



Tausend und DEIN Angebot

Geh auf Kurs

UWE

reist mit uns
durch Kunst und
Kultur.



PROGRAMM
FRÜHJAHR | SOMMER 2026

www.vhs-saarbruecken.de

vhs
Volkshochschule
Regionalverband Saarbrücken


REGIONALVERBAND
SAARBRÜCKEN



Ich bin
aktiv

FÜR MEINE GESUNDHEIT

Wir unterstützen Sie gerne dabei, Ihre Gesundheit zu fördern und Krankheiten vorzubeugen – mit unseren kostenfreien Seminaren und Vorträgen zum Wohlfühlen.



Werden auch Sie aktiv!
www.ikk-lifeaktiv.de

ikk
Südwest

LIFEaktiv
Gesund leben

Das vhs Programm Frühjahr | Sommer 2026 ist da

Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer,

Bildung ist nie neutral. Sie fordert heraus, positioniert und verändert – genau dafür steht die Volkshochschule Regionalverband Saarbrücken. Zum Jahresbeginn konnten wir – die frühere und die neue vhs-Direktorin – gemeinsam auf unser erstes Jahr der Zusammenarbeit anstoßen. Dieses Bild steht für Aufbruch, Verantwortung und den Mut, Dinge weiterzuentwickeln statt sie nur zu verwalten.

Im vergangenen Jahr haben wir gezeigt, was das konkret bedeutet: Mit unserer Kochaktion „Gemeinsam Gutes tun“ haben wir zusammen mit Ihnen an zahlreichen Abenden die Kältehilfe unterstützt und Lernen mit Solidarität verbunden. Unsere Französisch-Sprach-

kurse für Gesundheitsberufe sind inzwischen ein fester Bestandteil unseres Programms – ein Beispiel dafür, dass Bildung dort ansetzen muss, wo unsere Gesellschaft sie braucht.

Auch im kommenden Semester stellen wir unsere Werte bewusst in den Mittelpunkt. Die Semestereröffnung greift das Thema Fairtrade auf und stellt eine einfache, aber zentrale Frage: Fairness – was bedeutet das eigentlich für Sie? Lebenslanges Lernen heißt, solchen Fragen Raum zu geben, den eigenen Standpunkt zu schärfen und offen für neue Sichtweisen zu bleiben.

Unser Engagement bauen wir konsequent weiter aus. Weltoffenheit, Rechtsstaatlichkeit, Menschlichkeit, Teilhabe und Inklusion prägen unser Programm und unsere Haltung. Ein besonderer Höhepunkt erwartet uns am 02. Oktober 2026 mit der Langen Nacht der Demokratie, die wir im kommenden Semester vorbereiten. Sie lädt ein mitzudenken, mitzudiskutieren und mitzugestalten.

Bildung bewegt – Menschen, Ideen und Gesellschaft. Gehen Sie diesen Weg auch im neuen Semester mit uns.

Wir freuen uns auf Sie!

C. Lehberger Nicole Boissier

Dr. Carolin Lehberger Nicole Boissier
Regionalverbandsdirektorin vhs-Direktorin



KUNST IM ÖFFENTLICHEN RAUM

Liebe Leserinnen und Leser,

mit dem Bildmotiv dieser Seite machen wir auch im Programm Herbst/Winter 2025-2026 auf die Kunst im öffentlichen Raum in der Region Saarbrücken aufmerksam, denn sie schärft bekanntermaßen die Sinne, lenkt den Blick auf Unbeachtetes und macht allzu oft sogar Verborgenes sichtbar.

Kunst ist Bildung, insbesondere wenn sie sich jedem, der sehen will, öffentlich offenbart. In diesem Sinne bewirken in unseren Städten und Gemeinden eine ganze Reihe von Kunstwerken namhafter Künstlerinnen und Künstler historische oder aktuelle Bezüge zu unterschiedlichsten Orten. Vielfach lenken sie die Aufmerksamkeit auf aktuelle Themen, die im öffentlichen Interesse stehen.

In Zusammenarbeit mit dem ehemaligen Kulturreferenten des Regionalverbandes Saarbrücken, Peter Michael Lupp, machen wir diese Kunstwerke in loser Reihenfolge zum Thema und richten unsere Frage an Sie: ***Wer kennt das Werk, seinen Künstler oder seine Künstlerin und den Ort, an dem es heute im Regionalverband Saarbrücken zu bestaunen ist?***

Wenn Sie die Antwort wissen, senden Sie eine Postkarte an:

vhs Regionalverband Saarbrücken
Drago-Paul Barth
Altes Rathaus
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken

Oder mailen Sie unter:
drago-paul.barth@rvsbr.de



Foto: Peter Michael Lupp

Einsendeschluss ist der 01.08.2026.

Den ersten drei Gewinnern winken wieder drei Sparbücher im Wert von 250, 150 und 100 Euro, die die Sparkasse Saarbrücken freundlicherweise zur Verfügung stellt.

Die Lösung des Preisrätsels aus dem letzten Programm:

Gesucht war das Wandbild „Phönix aus der Asche“ des Künstlers Rudolf Kaster aus der Zeit um 1955. Es handelt sich um ein sogenanntes Sgraffito – ein Begriff, der sich vom italienischen Verb sgraffiare beziehungsweise graffiare („kratzen“)

ableitet. Bei dieser Dekorationstechnik werden verschiedenfarbige Putzschichten aufgetragen, von denen anschließend Teile der oberen Schicht abgekratzt werden, sodass die darunterliegende Farbe sichtbar wird und durch den Kontrast ein Bild entsteht. In der typischen Formsprache der 1950er Jahre zeigt Rudolf Kaster einen aufliegenden Vogel, den „Phönix“, der sich aus den Flammen erhebt. Das Motiv erinnert an das im Krieg zerstörte Saarbrücken und symbolisiert zugleich die Aufbruchsstimmung der Nachkriegszeit.

INHALT

	1 Gesellschaft und Leben	14
	2 Kultur und Kunst	122
	3 Gesundheit und Ernährung	172
	4 Sprachen	218
	5 Arbeit und Beruf	264
	6 Grundbildung und Schulabschlüsse	300
	7 vhs vor Ort	310



vhs-Testimonial des Semesters



Uwe,
72 Jahre

» Neues zu entdecken war mir schon immer wichtig. Als Naturwissenschaftler bewege ich mich täglich in einer Welt aus Daten, Modellen und Technologien. Um wirklich neue Ideen zu entwickeln, reicht mir das aber nicht aus. Inspiration entsteht für mich vor allem dort, wo ich mein gewohntes Terrain verlasse – in Kunst, Kultur und unerwarteten Eindrücken, die meinen Blick weiten und neue Gedanken anstoßen.

Schon seit meiner Studienzeit begleitet mich das kulturelle Angebot der Volkshochschule. Damals waren es vor allem Dichterlesungen, häufig in Kooperation mit dem studentischen Veranstalter UNIKULT, bei dem ich einige Jahre aktiv war.

Unvergessen bleibt für mich der Auftritt des Autors Wolf Wondratschek, der sein Publikum mit den „Gesammelten Gedichten“ herausforderte und begeisterte. Rund 50 Jahre später tauchte das Plakat dieser Lesung wieder auf – und ich konnte es für eine Ausstellung im Alten Rathaus aufhängen. Ein Moment, der vieles miteinander verbunden hat.

Heute sind es vor allem Kunstexkursionen, die mich begeistern: Fahrten zur Leipziger Buchmesse, Sonderausstellungen zu Kunst und Architektur oder Besuche in Künstlerateliers. „This is Tomorrow“, Katharina Grosses „The Sprayed Dear“ in Stuttgart und die Atelierbesuche in der Leipziger Baumwollspinnerei gehörten 2025 zu meinen Höhepunkten.

Infoseiten

- vhs-Geschäftsführung 8
- Zentraler Service und Allgemeine Hinweise 9
- Anmeldevordrucke 11, 469
- SEPA-Lastschrift Vordrucke 12, 470
- Themenregister 460
- Dozentinnen- und Dozentenregister 462
- Allgemeine Geschäftsbedingungen 466
- Datenschutzerklärung 468

2026 verspricht noch spannender zu werden. Besonders schätze ich die Exkursionsführungen der vhs: gut vorbereitet, kenntnisreich und immer offen für Gespräche. Mit Hintergrundinfos, Kontext und anregenden Diskussionen gelingt es jedes Mal, die Teilnehmenden mitzunehmen. Die Mischung aus Austausch, gemeinsamer Neugier und spontanen Entdeckungen schafft ein echtes Gefühl von Zugehörigkeit – und macht Lust, selbst Neues auszuprobieren.

Wer Neues wagt, entdeckt andere Perspektiven. Probieren Sie einen Kurs, den Sie sonst nie gewählt hätten, und lassen Sie sich von der vhs überraschen – es gibt immer etwas zu entdecken. <<

INHALT

1 Gesellschaft und Leben	14	• Kampfkunst	194	• Office-Anwendungen	288
• Deutsch-Französisches Programm	15	• Tanzen	194	• Mediengestaltung	294
• Junge vhs	23	• Ernährung und Kochen	201	• Webdesign und Content-Management	297
• Akademie für Ältere	39	• Grundwissen Ernährung und Gesundheit	202	• Agentur für Lernförderung	299
• Geschichte, Geografie	63	• Ernährungstrends	202		
• Politische (Jugend-) Bildung	73	• Andere Länder, andere Küchen	203		
• Natur, Umwelt, Nachhaltigkeit	81	• Backkurse	206		
• Pädagogik, Psychologie	97	• Wein- und Getränkemkultur	209		
• Recht und Beratung/ Verbraucherschutz	103	• Weinkultur	210		
• Philosophie, Theologie, Soziologie	117	• Getränkemkultur	214		
		• Weinlehrfahrten	216		
2 Kultur und Kunst	122	4 Sprachen	218	6 Grundbildung und Schulabschlüsse	300
• Literatur	123	• Englisch	223	• Lesen und Schreiben	302
• Musik, Theater	133	• Französisch	231	• Digitale Grundbildung	305
• Film, Medien	139	• Spanisch	239	• Grundbildung Mathematik	306
• Kunstgeschichte, Bildende Kunst	143	• Italienisch	243	• Grundbildung Finanzen	306
• Fotografie	159	Weitere Sprachen	247	• Grundbildung Englisch	307
• Skulptur, Plastik, Kunsthandwerk	165	• Arabisch, Chinesisch, Griechisch, Japanisch, Koreanisch, Niederländisch, Polnisch, Portugiesisch, Russisch, Thailändisch, Türkisch		• Grundbildung Gesundheit	308
				• Grundbildung Landeskunde	308
3 Gesundheit und Ernährung	172	Deutsch und Integration	252	• Schulabschlüsse	309
• Gesundheitsbildung	173	• Prüfungen	254		
• Prävention	175	• Integration	258		
• Entspannung und Stressbewältigung	178	• Crashkurse	260		
• Yoga	180	• Abendkurse	261		
• Tai Chi, Qi Gong	186	• Zusatzangebote	262		
• Gesundheitspflege	188				
• Bewegung und Fitness	189	5 Arbeit und Beruf	264		
• Outdoor	193	• Schlüsselkompetenzen	266		
		• Kaufmännische Weiterbildung	272		
		• EDV-Grundlagenkurse	282		
				7 vhs vor Ort	310
				• Dudweiler	311
				• Halberg	331
				• Klarenthal/Altenkessel/ Gersweiler	339
				• Friedrichsthal	343
				• Großrosseln	349
				• Heusweiler	377
				• Kleinblittersdorf	389
				• Püttlingen	399
				• Quierschied	419
				• Riegelsberg	435

Leitung



Nicole Boissier
vhs-Direktorin
Altes Rathaus, Zi. 39
Schlossplatz 1, 66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4300
Fax 0681 506-4390
nicole.boissier@rvsbr.de

Verwaltungsleitung



Nicole Wendels
Verwaltungsleiterin
Altes Rathaus, Zi. 38
Schlossplatz 1, 66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4302
nicole.wendels@rvsbr.de

Öffentlichkeitsarbeit



Laura Stoffel
Öffentlichkeitsarbeit
Altes Rathaus, Zi. 34
Schlossplatz 1, 66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4323
laura.stoffel@rvsbr.de

Assistenz



Drago-Paul Barth
Assistenz vhs-Direktorin
Allgemeine Verwaltungsaufgaben
Altes Rathaus, Zi. 40
Schlossplatz 1, 66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4301
Fax 0681 506-4390
drago-paul.barth@rvsbr.de

Interne Ablaufsicherung



Christian Rebeck
Fon 0681 506-4308
und 0173 7058931



Anita Ovszjanyikova
Fon 0681 506-4309
und 0152 09200893

vhs-Beirat

- Gisbert Oberkirch
(Leitung)
- Gregor Asmus
- Ralf Hektor
- Jörg Schwindling
- Thorsten Sokoll
- Markus Knosp
- Gina Macher
- Susanne Wiesen
- Stephan Körner
- Gernot Abrahams
- Alexander Heinz
- Dr. Mustafa Akin
- Dr. Birgit Roßmanith
(Universität des Saarlandes)
- Prof. Dr. Thomas Tinnefeld
(htw saar)
- Daniela Schumann
(Saarländischer Rundfunk)

Finanzbuchhaltung

Anja Himbert

Fon 0681 506-4304
anja.himbert@rvsbr.de

Jasmine Sauer

Fon 0681 506-4307
jasmine.sauer@rvsbr.de

Zentraler Service im Alten Rathaus



Altes Rathaus, Zi. 1
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4343
info@vhs-saarbruecken.de

Der Zentrale Service ist montags
bis mittwochs von 08:00 bis 17:00 Uhr,
donnerstags von 8:00 bis 18:00 Uhr und
freitags von 08:00 bis 15:00 Uhr geöffnet.

Anmeldung und Service

Zu allen Kursen und Veranstaltungen der
vhs ist eine schriftliche Anmeldung erforder-
lich. Folgende Möglichkeiten stehen
Ihnen dabei offen:

Persönliche Anmeldung

beim Zentralen Service im Alten Rathaus

Anmeldung per Post | Fax

Vordrucke im Heft Seite 11 und 469

Anmeldung per E-Mail

unter Angabe Ihrer vollständigen Adresse.

**Die entsprechende E-Mail-Adresse mit
AnsprechpartnerInnen finden Sie auf den
Eingangsseiten der jeweiligen Programm-
und Themenbereiche.**

Internet-Anmeldung

www.vhs-saarbruecken.de

Bankverbindung

Sparkasse Saarbrücken
IBAN: DE08 5905 0101 0000 0006 53
Kontoinhaber:
Regionalverband Saarbrücken

Die vhs versendet keine Rechnungen
über Kursgebühren.

Geschenkgutscheine

Für unsere Kurse stellen Ihnen die
MitarbeiterInnen des Zentralen Service im
Alten Rathaus gerne Geschenkgutscheine
aus.

Feiertage/Ferien

An gesetzlichen Feiertagen und während
der Schulferien finden in der Regel keine
Kurse statt.

Parkmöglichkeiten

Parkmöglichkeiten bestehen hinter dem
Alten Rathaus, vor der Schlosskirche, im
Parkhaus Talstraße und ab 17 Uhr im
Bereich des KBBZ/Friedrich-List-Schule
(Stengel-/Keplerstraße).

Öffentliche Verkehrsmittel

Busverbindungen:

Buslinien der Saarbahn GmbH
105, 108 und 121,
Haltestelle „Schlossplatz“



SEMESTERERÖFFNUNG

der vhs Regionalverband Saarbrücken

Foto: Fairtrade Tim Kewertisch



VORTRAG

„Mit Fairem Handel
zu einer nachhaltigen
Weltwirtschaft“

Claudia Brück,
Vorständin für Kommunikation und
Politik des Fairtrade Deutschland
e. V.

Unter der Schirmherrschaft
der Ministerin für Bildung und Kultur
des Saarlandes
Christine Streichert-Clivot



Foto: Holger Kiefer

➤ Mo. 09.03.2026 | 17:30 Uhr

PROGRAMM

- Begrüßung: Dr. Carolin Lehberger, Regionalverbandsdirektorin und Nicole Boissier, vhs-Direktorin
- Grußwort: Christine Streichert-Clivot, Ministerin für Bildung und Kultur des Saarlandes
- Claudia Brück, Vorständin für Kommunikation und Politik des Fairtrade Deutschland e. V.
Vortrag: „Mit Fairem Handel zu einer nachhaltigen Weltwirtschaft“
- Musikalische Umrahmung

VERANSTALTUNGSORT

vhs-Zentrum | Saal 4 OG
Schlossplatz 15 | 66119 Saarbrücken

Eine Anmeldung zur Veranstaltung ist erforderlich unter:
www.vhs-saarbruecken.de
Kursnummer 1300

Eintritt frei

Mit freundlicher Unterstützung durch:

Ministerium für
Bildung und Kultur
SAARLAND



vhs
Volkshochschule
Regionalverband Saarbrücken



Verbindliche Anmeldung mit Zahlungsverpflichtung

bei der vhs Regionalverband Saarbrücken
Altes Rathaus | Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4343
Fax 0681 506-4390, 506-4399 bzw. 506-4398 (nur Bildungsurlaub)

Bitte in Druckschrift ausfüllen und möglichst Ihre E-Mail-Adresse und Ihre Mobil-Telefonnummer angeben, damit wir Sie bei Bedarf zeitnah informieren können.

Name Vorname

Straße/Nr. PLZ/Ort

Telefon (bis 16:00 Uhr)

Mobiltelefon

E-Mail

Kurs Nr. Kurs Nr.
Kurs Nr. Kurs Nr.

Hiermit melde ich mich verbindlich an und verpflichte mich zur Zahlung der Kursgebühr. Mir ist bekannt, dass für die Kursgebühren keine Rechnung versandt wird. Abmeldungen sind nur schriftlich vor dem 2. Kurstermin möglich, bei Kursen im Rahmen der Freistellung zur Weiterbildung (SBFG) spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn, bei Wochenendseminaren, Exkursionen und Studienfahrten spätestens 4 Wochen vor Kursbeginn. Die Abmeldung zu Koch- bzw. Degustationskursen ist bis zwei Arbeitstage vor Kursbeginn möglich.

- ☐ **per Barzahlung/Kartenzahlung**
möglich innerhalb einer Woche nach Anmeldung
im Zentralen Service der vhs
- ☐ **per Überweisung**
innerhalb einer Woche nach Anmeldung
- ☐ **per Lastschrift**
Bitte das Lastschriftmandat auf der Rückseite unterschreiben
und per Post/per Fax/per Mail an die vhs schicken oder im
Zentralen Service abgeben.

Kontoninhaber: Regionalverband Saarbrücken
Bankverbindung: Sparkasse Saarbrücken, Bankleitzahl: 59050101,
Konto-Nr.: 653, IBAN: DE08 59050101 0000 0006 53, BIC: SAKSDE55XXX

Bildungsurlaub

☐ Ich möchte den angegebenen Kurs Nr.
vom _____ bis _____ als Bildungsurlaub
belegen und bitte um Zusendung der erforderlichen Unterlagen.

Gebührenermäßigung

Ich bitte um Reduzierung der Kursgebühren auf die im Programm
in Klammern ausgewiesenen Beträge (Nachweis, z. B. Schüler-
ausweis, bitte bei der Anmeldung in der Geschäftsstelle der vhs
vorlegen oder Kopie mitfaxen).

Ich bin bzw. beziehe (Zutreffendes bitte ankreuzen und ggfs. ausfüllen):

- ☐ SchülerIn/Auszubildende(r), Schule u. Klasse: _____
- ☐ StudentIn Uni oder Fachhochschule (kein Senioren- oder
Fernstudium und keine berufsbegleitenden Studiengänge)
- ☐ Bürgergeld
- ☐ Ehrenamtskarte
- ☐ Arbeitslosengeld I (nur bei Sprachkursen, Kursen der
beruflichen Weiterbildung, Kreativkursen)
- ☐ Grundsicherung
- ☐ SozialCard
- ☐ Bundesfreiwilligendienst/FSJ/FÖJ

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die allgemeinen Geschäftsbedingungen und die
Datenschutzerklärung der vhs Regionalverband Saarbrücken an und bin mit der
elektronischen Erfassung und Speicherung meiner personenbezogenen Daten für
Anmeldung und Gebührenerhebung einverstanden.

Datum und Unterschrift



12

Deine Erfahrung. Deine Leidenschaft. Gestalte Bildung kreativ – als Quereinsteiger:in in Kunst und Musik.

Dein Weg ins Klassenzimmer!

Ob mit einem Quereinstiegsmaster an der HBK Saar oder an der HfM SAAR oder über den Vorbereitungsdienst – Du bringst Deine Erfahrung und Deine Leidenschaft gezielt in den Unterricht ein.

So gestaltest Du Bildung kreativ, stärkst junge Menschen und trägst nachhaltig zur Entwicklung der nächsten Generation bei.



Foto: Holger Kiefer



Christine
Streichert-Clivot

„Starke Schülerinnen und Schüler brauchen starke Lehrkräfte. Und eine vielfältige Schulgemeinschaft braucht Lehrkräfte, die diese Vielfalt und die Herausforderungen unserer Zeit abbilden können. Mit ihrer Perspektive bereichern Quereinsteigerinnen und Quereinsteiger unsere Klassenzimmer und sichern auch in Zukunft den Unterricht in diesen Fächern.“

• Ministerium für
Bildung und Kultur

SAARLAND
Großes entsteht immer im Kleinen

Verantwortlich für den Programmbereich



Dr. Elisabeth Schmitt

Programmbereichsleiterin

Altes Rathaus, Zi. 35

Schlossplatz 1

66119 Saarbrücken

Fon 0681 506-4335

Fax 0681 506-4390

elisabeth.schmitt@rvsbr.de

Inhalt

• Deutsch-französisches Programm	15
• Junge vhs	23
• Akademie für Ältere	39
• Geschichte, Geografie	63
• Politische (Jugend-) Bildung	73
• Natur, Umwelt, Nachhaltigkeit	81
• Pädagogik, Psychologie	97
• Recht und Beratung/ Verbraucherschutz	103
• Philosophie, Theologie, Soziologie	117

Gesellschaft und Leben



Beratung und Information

**Dr. Elisabeth Schmitt**

Programmbereichsleiterin
Altes Rathaus, Zi. 35
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4335
Fax 0681 506-4390
elisabeth.schmitt@rvsbr.de

Anmeldung und Service

**Martina Müller**

Sachbearbeiterin
Rathaus-Carré
Gerberstr. 2
66111 Saarbrücken
Fon 0681 506-4318
Fax 0681 506-4399
martina.mueller@rvsbr.de

Deutsch-französisches Programm/
Programme Franco-Allemand

Das deutsch-französische Programm bietet eine vielfältige und abwechslungsreiche Erfahrung im Herzen des grenzüberschreitenden Raums. Es umfasst kulturelle, akademische und gesellige Aktivitäten. Zu den Highlights zählt ein Tagesausflug nach Paris, der in Zusammenarbeit mit der Universität des Saarlandes organisiert wird, sowie ein Besuch beim Europäischen Gerichtshof in Luxemburg und in Schengen. Eine Exkursion nach Verdun rundet das Programm ab. Darüber hinaus prägen literarische Veranstaltungen, anregende Vorträge und weitere Angebote das Jahr.

Le programme franco-allemand offre une expérience riche et variée au cœur de l'espace transfrontalier. Il propose un ensemble d'activités culturelles, académiques et conviviales. Parmi les temps forts figurent des sorties d'une journée à Paris, organisées en coopération avec l'Université de la Sarre, ainsi que des visites à la Cour de justice de l'Union européenne à Luxembourg et à Schengen. Une excursion à Verdun complète ce programme. Des événements littéraires, des conférences stimulantes et d'autres rencontres enrichissantes viennent également rythmer l'année.



DEUTSCH-FRANZÖSISCHES PROGRAMM/PROGRAMME FRANCO-ALLEMAND

MEDIATHEK



Online-Kurs

Léa Linster:

Deutschland küsst Frankreich

Léa Linster ist seit Jahrzehnten Luxemburgs erfolgreiche Gourmet-Botschafterin. Ihre Leidenschaft fürs Kochen und die Liebe zu den Gästen entwickelte sie schon während ihrer Kindheit. 1989 gewann sie – als bis heute einzige Frau – den „Bocuse d’Or“, die „Weltmeisterschaft der Köche“. Ihr Sternerestaurant übergab sie 2019 an ihren Sohn Louis Linster. Nach der Pflicht genießt Léa Linster nun die Kür. Sie erfreut sich an den Gästen ihres Boutique-Café in Luxemburg-Stadt und ist weiterhin medial aktiv. Im Mai 2024 erschien ihr 20. Kochbuch: „Deutschland küsst Frankreich“. Meine liebsten Rezepte aus beiden Ländern.“ Lassen Sie sich entführen in die kulinarische Welt der

deutsch-französischen Freundschaft ohne Grenzen, mit großartigen kulinarischen Hochgenüssen! Das Gespräch mit Léa Linster fand am 10.03.2025 im Rahmen der vhs-Semestereröffnung statt.

● Kurs 2912

Léa Linster/Brigitte Gode (Moderation)

ab Mo. 09.03.2026

online

gebührenfrei

Nach der Anmeldung erhalten Sie den Veranstaltungslink, um sich die Veranstaltung anzuschauen.



Online-Kurs

Sprachen und Kulturen verbinden: Mehrsprachigkeit als Chance für das Saarland

Prof. Dr. Claudia Polzin-Haumann ist Sprachwissenschaftlerin und eine anerkannte Expertin für Mehrsprachigkeit und interkulturelle Kommunikation. Ihre Forschung zeichnet sich durch die enge Verknüpfung von Wissenschaft und Praxis aus. Mit ihren zahlreichen innovativen Projekten, darunter z.B. Französisch und

mehr, prägt sie die deutsche und internationale Forschungslandschaft und setzt Impulse für nachhaltiges Sprachenlernen in Bildung, Beruf und Gesellschaft. Ein zentrales Anliegen ihrer Arbeit ist es, die Bedeutung des Französischen als Nachbarsprache sowie weiterer Sprachen in der Großregion sichtbar und erlebbar zu machen. Im interaktiven Vortrag lädt sie dazu ein, Mehrsprachigkeit nicht nur als Bildungsziel, sondern als gelebte Chance für das Saarland zu entdecken und mitzugestalten. Der Vortrag fand am 15.09.2025 im Rahmen der vhs-Semestereröffnung statt.

● Kurs 3400A

Prof. Dr. Claudia Polzin-Haumann

ab Mo. 09.03.2026

online

gebührenfrei

Nach der Anmeldung erhalten Sie den Veranstaltungslink, um sich den Vortrag anzuschauen.



FÜHRUNGEN UND EXKURSIONEN

Stadtführung

Metz Impérial – Architektur des deutschen Kaiserreichs

Auf dem Rundgang besichtigen wir bauliche Highlights aus der Wilhelminischen Kaiserzeit: den schönsten Bahnhof Frankreichs, die burgähnliche Post, den ehemaligen Kristallpalast, den Triumphbogen Porte Serpenoise, den märchenhaften Gouverneurspalast, den mystischen Jugendstilbrunnen, die malerische Stadtkirche auf der Moselinsel, das Hauptportal der Kathedrale sowie herrliche Villen und Bürgerhäuser an der Prachtstraße der Neustadt.

● **Kurs 1003**

Stefan Schneider

Sa. 02.05.2026, 10:00 – 13:00 Uhr

Treffpunkt: Hauptbahnhof Metz, Uhrenturm

Eigene Anreise, Weglänge ca. 5 km, Dauer ca. 3 Std. gebührenfrei

Wanderung

Wandern mit Hörkomfort:**Unterwegs zum Garten der Fayencen**

Eine Hochebene mit wunderschönen Ausblicken, das Wandern durch die typischen Streuobstwiesen, die Strecke entlang der Blies und nicht zuletzt der Besuch des Keramikmuseums mit seinem wunderschönen Garten sind die Highlights dieser Wanderung im deutsch-französischen Grenzgebiet. Mit etwas Glück hat die Bliesgau-Scheune geöffnet und die Wanderer können dort nach der Tour einkehren.

Hinweis: Diese Veranstaltung ist auch für Menschen mit Höreinschränkung geeignet. Unterwegs keine Einkehrmöglichkeit, Rucksackproviant und Flüssigkeiten

mitnehmen, Hunde (angeleint) dürfen die Gruppe begleiten allerdings bleibt ihnen der Zugang zum Museum und dem Garten der Fayencen verwehrt.

● **Kurs 1331**

Martin Bambach,

Erlebnis-Wandern-Saarland

So. 03.05.2026, 11:15 – 16:15 Uhr, Strecke:

11,8 km, 138 Höhenmeter,

Dauer: ca. 5 Std.

Startpunkt: Wiesenparkplatz gegenüber

Adventure-Golf, Zum Bergwald, 66271

Kleinblittersdorf

EUR 12,00 (Erwachsene)/EUR 8,00 (Kinder)

Exkursionen in Kooperation mit dem Verein Geographie ohne Grenzen e.V./ StattReisen Saar

Sofern nicht anders vermerkt, ist keine Anmeldung erforderlich. Falls man sich anmelden muss, dies bitte direkt bei GoG vornehmen, nicht bei der Volkshochschule. Die Zahlung der Kursgebühr erfolgt bar vor Ort. Weitere Informationen bei Geographie ohne Grenzen e.V., Fon 0681 30140289 oder www.geographie-ohne-grenzen.de.

Rundgang

Unsere französische Nachbarstadt**Forbach – So nah und doch so fern**

Lassen Sie sich überraschen, wie viel Geschichte(n) die Saarbrücker Nachbarstadt birgt. Unser Weg führt durch das einstige Judenviertel und um den mittelalterlichen Stadtkern herum. Deutsche und französische Politiker, Stadtplaner und Unternehmer haben die Stadt Forbach ab Mitte des 19. Jhd. abwechselnd erweitert und gestaltet. Bei dieser Tour werden Sie die unterschiedlichen Prägungen in Stadtbild und Architektur wahrnehmen, verblüffende historische Persönlichkeiten

Dozentinnen und Dozenten



PROF. DR. CLAUDIA POLZIN-HAUMANN
Inhaberin des Lehrstuhls für Romanische Sprachwissenschaft an der Universität des Saarlandes

» Prof. Dr. Claudia Polzin-Haumann forscht und lehrt im Bereich der Angewandten Sprachwissenschaft unter anderem zu Mehrsprachigkeit, Sprachenpolitik, interkultureller Kommunikation und Sozio-/Varietätenlinguistik. Mit Projekten wie „Französisch und mehr“ oder dem Aufbau der Arbeitsstelle für die wissenschaftliche Frankophonie und Universitätskooperationen engagiert sie sich aktiv für die Förderung der Frankophonie und des Sprachenlernens im Saarland, in der Großregion und darüber hinaus. Ihr besonderes Anliegen ist die Verbindung von Wissenschaft, Praxis und gesellschaftlichem Dialog. <<

kennen lernen und Forbach danach mit ganz anderen Augen sehen. Nach der Stadtführung bietet sich die Gelegenheit über den monatlichen Genießer-Markt (marché des saveurs) auf dem Marktplatz Aristide-Briand zu schlendern.

● **Kurs 1006**

Silvia Buss, Journalistin

Sa. 25.04.2026, 14:30 Uhr,

Dauer: ca. 2,5 Std.

Treffpunkt: F-Forbach, Office de Tourisme/ Château Barrabino, Ecke Av. Saint-Rémy/ rue du Château

EUR 10,00 (7,00)

Rundgang

Geschichte der Fayancerie in Saargemünd – Le Moulin de la Blies, Museum und Garten der Fayence-Techniken

Eine Industriebrache? Ein Garten? Ein Kunstwerk? Der Jardin des Faïenciers ist all das auf einmal! Zwischen den zerfallenen Resten der alten Fabrikanlagen, neben riesigen Mühlsteinen und hohen Ziegelschornsteinen stehen üppige Rosen- und Pfingstrosenstauden, Lilien und Hortensien. Bei unserem Spaziergang durch die weitläufige Anlage, die seit über einem Vierteljahrhundert zum Projekt „Gärten ohne Grenzen“ gehört, erfahren Sie Wissenswertes über die Herstellungsprozesse der berühmten Saargemünder Keramik.

Die Eintrittskosten ins Museum von derzeit 6 Euro/pro Person sind nicht im Preis enthalten und müssen vor Ort entrichtet werden.

● **Kurs 1007**

Gabriele Sauer,

Gästeführerin der Großregion

So. 17.05.2026, 14:30 Uhr,

Dauer: ca. 4 Std.

Treffpunkt: F-Saargemünd, Bahnhofsvorplatz

EUR 12,00 (9,00)

In Kooperation mit dem Volksbund Deutsche Kriegsgräberfürsorge e.V.

Exkursion

Tagesfahrt nach Verdun

Verdun ist wie kein anderer Ort geeignet, die Sinnlosigkeit des Krieges aufzuzeigen. Verdun steht für übersteigerten Nationalismus, aber auch für den Überlebenswillen eines Volkes. Kein anderer Ort hat die deutsch-französischen Beziehungen so geprägt, hat die Demokratisierung Europas so nachhaltig beeinflusst. In Verdun wird Vergangenheit erlebbar. Der Ort gibt Anstöße, sich kritisch mit Gegenwart und Zukunft auseinanderzusetzen. Wir besuchen das Mémorial de Verdun, das zerstörte Dorf Fleury-devant-Douaumont, das Beinhaus und die französische Kriegsgräberstätte in Hautecourt, das Fort de Douaumont sowie die Altstadt von Verdun.

Hinweise: Wetterfeste und warme Kleidung sowie festes Schuhwerk sind angebracht. Während des Programms gibt es nur wenige Sitzmöglichkeiten. Wir werden viel zu Fuß unterwegs sein, Trittfestigkeit wird vorausgesetzt. Nicht alle Bereiche sind barrierefrei zu erreichen.

● **Kurs 1205**

MitarbeiterIn Volksbund Deutsche Kriegsgräberfürsorge e.V.

Sa. 13.06.2026, 08:00 – 20:00 Uhr

Abfahrt: 08:00 Uhr, SB, Bushaltestelle „Messegelände“ auf der Seite des Möbelgeschäfts MÖMAX

Rückfahrt: 18:00 Uhr, Verdun

(Rückankunft in SB: 20:00 Uhr)

EUR 70,00 (Busfahrt, Eintritte, Mittagessen)

Schriftliche Anmeldung erforderlich beim Volksbund Deutsche Kriegsgräberfürsorge e.V. unter saarland@volksbund.de (Nennung der Personenanzahl, E-Mail-Adresse und Telefon-/Handynummer).

Exkursion

Europa erfahren in Luxemburg – Besuch des Europäischen Gerichtshofs und des Schengen-Museums

Erleben Sie den Europäischen Gerichtshof in Luxemburg hautnah! Diese Exkursion bietet Einblicke in die Arbeit und Rolle des Gerichtshofs für die EU. Wir besuchen den Sitzungssaal, in dem die RichterInnen aus den 27 Mitgliedsländern der EU Recht sprechen. Sie erfahren außerdem mehr über die Geschichte und Struktur des Gerichtshofs. Darüber hinaus führt uns die Tagesfahrt nach Schengen, wo wir uns mit dem Thema „Europa ohne Grenzen“ auseinander setzen.

● **Kurs 1214**

Dr. Elisabeth Schmitt/Franziska Bartosch

Mo. 01.06.2026, 07:00 – 19:00 Uhr

Treffpunkt: SB, Schlossmauer,

Franz-Josef-Röder-Straße

gebührenfrei

Anmeldung bis 03.05.2026 erforderlich.

In Kooperation mit der Universität des Saarlandes im Rahmen des Projektes „Französisch und mehr: Sprachenlernen im Saarland“

Exkursion

Tagesfahrt nach Paris

Sprache, Politik, Begegnungen

Die Tagesfahrt führt uns nach Paris. Geplant ist u. a. eine Führung durch den geschichtsträchtigen Palais du Luxembourg, in dem sich der französische Senat seit 1799 befindet. Außerdem wird viel Raum zum Austausch geboten: Loan Etienne (Leiter des Verbindungsbüros des Saarlandes in Frankreich) und Jean-Baptiste Leguen (Administrateur Adjoint im französischen Senat) freuen sich auf interessante Gespräche und Ihre Fragen rund um Frankreich, Frankophonie und die französische Sprache. Die Exkursion wird fachlich begleitet von Dr. Fabienne Korb und Max Penth (Universität des Saarlandes) und ihren Studierenden, so dass Sie nicht nur Einblicke in relevante sprachwissenschaftliche Konzepte erhalten, sondern auch in die Arbeit hierfür einschlägiger Akteure und Institutionen (z. B. der Académie Française). Sie werden selbstverständlich auch etwas Zeit haben, Paris zu erkunden.

Leistungen: Hin- und Rückreise mit der Bahn, Mittagessen, Exkursionsbegleitung.

● Kurs 1008

Dr. Fabienne Korb/Max Penth, Universität des Saarlandes/Dr. Elisabeth Schmitt, vhs Regionalverband Saarbrücken

Mo. 29.06.2026, 08:00 – 21:00 Uhr

Abfahrt: 08:00 Uhr, Hbf. Saarbrücken/

Rückfahrt: 19:00 Paris, Gare de l'Est

(Rückkehr: gegen 21:00 Uhr in Saarbrücken)

Treffpunkt: 07:40 Uhr Bahnhofshalle Saarbrücken

EUR 50,00 (inkl. Bahntickets, Mittagessen und Exkursionsprogramm)

Anmeldung erforderlich bis 03.05.2026.

SONSTIGE ANGEBOTE

Abendkurs

Maigret und der Weinhändler (Maigret et le marchand de vin) von Georges Simenon

Ein reicher Pariser Weinhändler wird tot in seiner Wohnung aufgefunden. Im Zentrum der Aufklärung durch Kommissar Maigret steht die Persönlichkeit des erfolgreichen Weinunternehmers. Georges Simenon entfaltet dabei ein Kaleidoskop des großbürgerlichen Pariser Umfelds des Opfers. Und spiegelt dies mit einer Welt von Kleinganoven. Mit der Ausarbeitung der Charaktere und dem Aufbau des sozialen Spannungsfelds zählt dieser 71. Maigret-Roman (1969) zu den besten Romanen der Maigret-Reihe. Begleitend zur Lektüre von Textpassagen und Erörterung der literarischen Methode Simenons sowie der Einordnung ins Genre des Kriminalromans besteht die Möglichkeit einer Degustation von Weinen mit Bezug zum Thema. Vorgestellt und degustiert werden beste Weine der Händler-Kategorie. *Die Veranstaltung kann auf Wunsch auch als reine Literaturveranstaltung – ohne Degustation – belegt werden.*

● Kurs 2973

Gerhard Rouget, Weinberater

Fr. 06.03.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 17,00 (inkl. EUR 10,00 für Weine)

Degustationskurse und Exkursionen zu Frankreich als Weinland finden Sie auf S. 210 ff. und 216 f. im Programmbereich Gesundheit und Ernährung unter den Kursnummern 2954 - 2691 und 2990 - 2991.

Dozentinnen und Dozenten



GERHARD ROUGET
*Romanist und Berater für
Weinwissen und Weinkultur*

» Als Romanist kam ich durch Frankreich in Berührung mit Wein und zur professionellen Beschäftigung mit ihm. Auf der Grundlage von Fachliteratur und Degustationen auf Weingütern und in Restaurants geht es mir um beste Weine und Weingüter und um Wein als kulturhistorisches Gut. Vor diesem Hintergrund konzipiere und leite ich seit vielen Jahren Weinseminare. Ein Weinseminar verstehe ich als Geschmacksschulung und Orientierung im Dschungel einer enormen Produktvielfalt. Ein vhs-Weinseminar ist ein Angebot, über Qualität zu sprechen, und gibt Gelegenheit, an einem Abend für relativ kleines Geld hervorragende Weine und das Profil von Rebsorten und Weinregionen kennenzulernen. «

Lektürekurs**«Leurs enfants après eux»
(„Wie später ihre Kinder“)
von Nicolas Mathieu**

Drei Jugendliche suchen in den Industrieruinen Lothringens nach Anerkennung und Erfüllung – in Nicolas Mathieus 2019 erschienenem, mit dem Prix Goncourt ausgezeichneten Roman begleiten wir sie über drei Jahre auf ihrem Weg. Zwischen ehemaligen Kohlegruben und Hoch-

öfen entwirft Mathieu eine detailreiche, sozialkritische Milieustudie und zeichnet mit viel Empathie die emotionalen Höhen und Tiefen des Erwachsenwerdens nach. Entstanden ist eine eindrucksvolle Gesellschaftschronik – in der Tradition Zola wie auch Annie Ernaux – über das vergessene Frankreich der 1990er Jahre, voller Lebendigkeit und erzählerischer Kraft.

Die Textpassagen werden in deutscher und französischer Sprache besprochen.

Trois adolescents en quête de reconnaissance et d'épanouissement, trois jeunes vies perdues dans une France périphérique marquée par la désindustrialisation – „Leurs enfants après eux“, roman de Nicolas Mathieu paru en 2018 et lauréat du Prix Goncourt, retrace leur parcours dans le bassin houiller de Lorraine dans les années 1990. Entre anciennes mines de charbon et hauts-fourneaux, Mathieu dresse une étude de milieu soci-

GEOGRAPHIE OHNE GRENZEN e.V.



**Exkursionen
Stadtrundgänge
Wanderungen
Tagesfahrten
Gruppentouren**

**Lernen Sie mit Geographie ohne Grenzen
die Stadt kennen. Schauen Sie mit uns
hinter die Kulissen. Erfahren Sie auf
unseren Touren warum es so ist wie es ist
und wie es dazu kam...**

Unser Jahresprogramm finden Sie unter
www.geographie-ohne-grenzen.de



DEUTSCH-FRANZÖSISCHES PROGRAMM

ale détaillée et critique, tout en retraçant avec une grande empathie les intempéries émotionnelles que traverse inévitablement toute jeunesse. Il en résulte une chronique sociale saisissante – dans la tradition de Zola comme d’Annie Ernaux – sur la France oubliée des années 1990, pleine de vie et de puissance narrative. *Les passages seront discutés en allemand et en français.*

● **Kurs 2121**

**Dr. Matthieu Choblet, Ökonom/
Gerhard Rouget, Romanist**

Fr. 27.03.2026, 17:00 – 18:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 25
(Textiler Werkraum)

EUR 9,00

In Kooperation mit der Vereinigung zur Förderung der Zweisprachigkeit – Association pour la Promotion du Bilinguisme e.V.

Abendkurs

Gesprächskreis zur Förderung der Zweisprachigkeit: Erzählende Dichtung mit Beispielen von Lafontaine, Schiller und Goethe jeweils in der Originalsprache/Poésie épique avec des exemples de Lafontaine, Schiller et Goethe, chacun dans la langue originale
Vorgetragen, erklärt und diskutiert von Werner Schwarz.

● **Kurs 1040**

Werner Schwarz

Mi. 15.04.2026, 18:00 – 20:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 2 OG
gebührenfrei

Vortrag

Clervaux – Die Cité de l’Image

Unter dem Leitbild „Clervaux – Cité de l’Image“ positioniert sich Clervaux, eine

Stadt im Norden Luxemburgs, gezielt als Zentrum der Fotografie. Mit Ausstellungen im öffentlichen Raum sowie temporären Projekten im Innen- und Außenbereich eröffnet die Stadt immer wieder neue Perspektiven. Nationale und internationale KünstlerInnen erhalten durch Residenzen die Möglichkeit zur kreativen Weiterentwicklung, während der Prix de la Photographie herausragende Arbeiten auszeichnet. So entsteht eine Cité de l’Image, die zukunftsorientiert agiert, innovative Konzepte entwickelt und das Bild der Stadt im Einklang mit ihrer urbanen Landschaft respektiert.

● **Kurs 2512**

Sandra Schwender

Do. 30.04.2026, 18:30 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 1 OG
EUR 5,00

Bildvortrag

Schlösser der Loire

Mit vielen Bildern und wesentlichen Informationen zu Geographie und Geschichte der Loire stellt der Referent einige der bekannten und weniger bekannten Loireschlösser vor – darunter Amboise, Chambord, Usse und Villandry. Landschaften und Besonderheiten werden gezeigt und beschrieben. Ein kurzer Blick auf Tours und Orléans rundet das Gesamtbild der Touraine ab.

● **Kurs 1005**

Werner Michaltzik

Do. 28.05.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 27
EUR 5,00

Unser Angebot an Französischkursen für unterschiedliche Sprachniveaus sowie als Bildungsurlaub finden Sie im Bereich Sprachen auf S. 231 ff. sowie bei unseren örtlichen vhs.

Dozentinnen und Dozenten**WERNER MICHALTZIK**

» Jahrgang 1952, pensionierter Polizeibeamter, reist gerne und liest viel, mehrsprachig, sammelt unnützes, aber dennoch interessantes Wissen, das er gerne in Vorträgen weitergibt. «





JUNGE VHS

Mach mit beim Zukunftsdiplom der Volkshochschule

Auch im Sommer 2026 erwartet dich das Zukunftsdiplom für Kinder mit bunten und vielfältigen Aktivitäten zu Klimaschutz, Artenvielfalt oder fairem Handel.

Erfahre, wie du mit deinem Engagement die Welt verändern kannst. Beim Besuch von mindestens 3 Veranstaltungen bekommst du dein persönliches Zukunftsdiplom.

- Das ausführliche
- Programm erscheint
- Anfang Juni 2026.
-
-
-
-
- Nähere Infos unter:
- www.vhs-saarbruecken.de

Koordination

**Dr. Elisabeth Schmitt**

Programmbereichsleiterin
Altes Rathaus, Zi. 35
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4335
Fax 0681 506-4390
elisabeth.schmitt@rvsbr.de

ANMELDUNG UND SERVICE



Die AnsprechpartnerInnen für Anmeldung und Service zu den einzelnen Angeboten finden Sie in den jeweiligen Programmbereichen.

Junge vhs

Unter dem Label „Junge vhs“ bieten wir zahlreiche Veranstaltungen für Kinder und Jugendliche an. Um Ihnen einen schnellen Überblick der Angebote aus den einzelnen Programmbereichen zu ermöglichen, haben wir die Veranstaltungen hier zusammengestellt.

Das Zukunftsdiplom hält in den Sommerferien für Kinder wieder viele attraktive Workshops, Wanderungen, Exkursionen und anderen Aktivitäten zu Natur, Umwelt und Nachhaltigkeit bereit. Das ausführliche Programm erscheint Anfang Juni 2026. In „Vorhang auf für kleine Zauberer!“ können sich Zauberlehrlinge ausprobieren. „Stimmbildung/Vocalcoaching vom Profi“ bietet wertvolle Tipps für Gesangstechnik, Bühnenpräsenz und vieles mehr.

Bei „Kreativer Kindertanz“ erleben die jungen Tänzerinnen und Tänzer die Welt des Tanzes über alle Sinne. Ob Pizza, Muffins oder Torten – auf alle Backbegeisterten warten spannende Workshops. In unseren Programmierkursen lernen Kinder und Jugendliche spielerisch, wie man eigene Programme und Spiele entwickelt. Außerdem erwarten sie Workshops, in denen Ferienvideos gedreht und zugeschnitten sowie Fotos professionell präsentiert werden. Wer sich im „Zehnfinger-Schreiben“ am PC ausprobieren will, ist in unseren Ferienkursen genau richtig. Die Kursreihe „Saar-Brücken für junge Ausbildungssuchende“ bietet zielgerichtete Unterstützung und Informationen zum Bewerbungsprozess. Weitere Angebote für Kinder und Jugendliche gibt es auch bei den örtlichen vhs.



JUNGE VHS

Geschichte, Geografie

In Kooperation mit dem Historischen Museum Saar

Öffentliche Museumsführungen

Das Historische Museum Saar hat das Angebot an öffentlichen Führungen erweitert. Die BesucherInnen zahlen keine Führungsgebühr, sondern lediglich den Eintritt, der zur Besichtigung der Dauerausstellung zur Saargeschichte seit 1870, der Unterirdischen Burg und der Sonderausstellung berechtigt. Bitte beachten: Im Zuge der Neugestaltung sind der Burgbereich und der Rote Turm vom 5. Januar bis Mai 2026 geschlossen. Informationen zu den öffentlichen Führungen beim Historischen Museum Saar unter www.historisches-museum.org oder unter Fon 0681 506-4506 (während der Öffnungszeiten).

Führung

Geschichte erleben im Historischen Museum Saar – Kostümführung mit Ritter oder Burgherrin

● Kurs 1153

Sonn- und feiertags, 16:00 – 17:00 Uhr
Die Führung findet erst wieder nach der Neueröffnung des Burgbereichs im Mai 2026 statt. Historisches Museum Saar gebührenfrei (zuzüglich Eintritt)

Politische (Jugend-) Bildung

Workshop

Was bedeutet RADIKAL? – Radikalität, Extremismus und Demokratie verstehen

⚡ 16 bis 25 Jahre

Was heißt „radikal“ – und ab wann wird daraus Extremismus? In diesem Kurs setzen wir uns mit Formen von Radikalität in unserer Gesellschaft auseinander und lernen, wie Meinungen, Sprache und Konflikte eskalieren können. Anhand von Beispielen, Übungen und Diskussionen reflektieren wir, wie demokratische Werte, Vielfalt und Respekt geschützt werden können. Der Kurs fördert Urteilsfähigkeit und stärkt den professionellen Umgang mit kontroversen Themen.

Der Kurs richtet sich an Jugendliche und junge Erwachsene von 16 bis 25 Jahre.

● Kurs 1210

Franziska Bartosch, vhs Regionalverband Saarbrücken

Sa. 13.06.2026, 10:00 – 15:00 Uhr
(inkl. Pause)

Altes Rathaus, Raum 26
gebührenfrei

Natur, Umwelt, Nachhaltigkeit

In Kooperation mit der Gemeinde Großselt

Wanderung

Zu Heidschnuckenlämmern und Büffelkälbern – Familienwanderung um Karlsbrunn und St. Nikolaus

Die Familienwanderung bringt uns zu den Kinderstuben von schwarzgelockten, quirligen Heidschnuckenlämmern, hellbraunen Limousin-Kuhkälbern und ungewöhnlichen schwarzen Wasserbüffelkälbern. Den Lämmern ganz nah, gewährt uns zum Abschluss der Landschaftspflegeverein Karlsbrunn Einblick in den Alltag und die Arbeit mit diesen Tierkindern. *Hunde sind bei dieser Familienwanderung nicht erlaubt.*

● Kurs 1309

Ellen Litzenburger, Dipl.-Geogr.

Dozentinnen und Dozenten



ELLEN LITZENBURGER

Diplom-Geographin und vielseitige Landschaftsgenießerin

» Ellen Litzenburger ist Mitautorin eines seit 1990 erscheinenden Wanderführers für den Saar-Mosel-Raum, der ihr in seinem ganzen Facettenreichtum bestens vertraut ist. Sie möchte beim Wandern zum „Lesen“ in unserer Landschaft einladen, den Blickwinkel des Betrachtens mal zu verändern, dabei „Altvertrautem“ wieder zu begegnen und vielleicht auch völlig Neues zu entdecken. 2021 ist ihr Buch „Saarland. Wandern für die Seele“ erschienen. <<

Sa. 18.04.2026, 09:30 – 13:30 Uhr
 Treffpunkt: Parkplatz am Friedhof Orts-
 eingang Karlsbrunn, Strecke: ca. 4 km
 EUR 8,00 (5,00, Erwachsene)/5,00 (Kinder)

Exkursion

Fledermaus-Führung

✚ 5 bis 13 Jahre in Begleitung Erwach-
 sener

Komm mit in die spannende Welt der Fledermäuse. Erfahre in kleinen Experimenten und Spielen vieles über ihre Fähigkeiten, teste dein Wissen in einem kleinen Quiz, lass dich in die Rolle einer Fledermaus versetzen und gehe auf Motenjagd oder übe dein Gehör in „fledermäusisch“. Wenn du dann gut vorbereitet bist und es langsam dunkel wird, rückt sie endlich näher, die lang erwartete Stunde der Fledermäuse und ihrer wilden Jagd auf Insekten. Lass dich entführen in die geheimnisvolle Welt der „Schönen der Nacht“ und erlebe sie hautnah bei ihren wilden Flugmanövern über dem nächtlichen See. Eine Veranstaltung des Zukunftsdiploms 2026.

Warme Kleidung, feste Schuhe und Taschenlampe erforderlich.

● Kurs 1334

**Silke Reinig, BuchundBaum,
 Naturerlebnis-Pädagogin und
 NABU-Wolfsbotschafterin**

Fr. 03.07.2026, 21:00 – 23:00 Uhr
 Treffpunkt: Parkplatz Netzbachweiher
 (Kreuzung L260, L127, L256)
 EUR 10,00 (Erwachsene)/EUR 8,00 (Kinder)

● Kurs 1334A

**Silke Reinig, BuchundBaum,
 Naturerlebnis-Pädagogin und
 NABU-Wolfsbotschafterin**

Fr. 10.07.2026, 20:45 – 22:45 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz Netzbachweiher
 (Kreuzung L260, L127, L256)
 EUR 10,00 (Erwachsene)/EUR 8,00 (Kinder)

● Kurs 1334B

**Silke Reinig, BuchundBaum,
 Naturerlebnis-Pädagogin und
 NABU-Wolfsbotschafterin**

Do. 16.07.2026, 20:45 – 22:45 Uhr
 Treffpunkt: Parkplatz Netzbachweiher
 (Kreuzung L260, L127, L256)
 EUR 10,00 (Erwachsene)/EUR 8,00 (Kinder)

Ferienkurs

Hofführung für die ganze Familie

Bei dieser Hofführung erhalten Sie und Ihre gesamte Familie interessante Einblicke in die ökologische Landwirtschaft auf dem Wintringer Hof. Die Hofführung wird mit einer gemeinsamen Apfelsaftverkostung vollendet. Eine Veranstaltung des Zukunftsdiploms 2026.

● Kurs 2940

Gabi Hoffmann, Wintringer Hof

Sa. 04.07.2026, 10:00 – 11:30 Uhr
 Treffpunkt: Hofladen Wintringer Hof
 EUR 9,00 (inkl. Apfelsaftverkostung)

In Kooperation mit dem Zoo Saarbrücken

Führung

Nachts im Saarbrücker Zoo – das ist etwas ganz Besonderes!

✚ Ab 5 Jahre in Begleitung Erwachsener
 Komm mit in die unbekannte Welt des abendlichen Zoos und entdecke, was die Tiere machen, wenn die Tore geschlossen sind. In welchen Revieren herrscht schon beizeiten Bettruhe, welche Tiere schlafen lieber outdoor und wessen Tag beginnt überhaupt erst nach Sonnenuntergang? Wie zum Beispiel bei den Fledermäusen. Mit etwas Glück kannst du die „Schönen der Nacht“ sogar hautnah erleben bei

Dozentinnen und Dozenten



SILKE REINIG

**Naturerlebnis-Pädagogin und
 NABU-Wolfsbotschafterin**

» Silke Reinig führt schon seit vielen Jahren kleine und große Menschen durch Wald und Zoo. Verbindung zu schaffen zur natürlichen Umgebung, den Pflanzen und Tieren, aber auch zu sich selbst, liegt der ausgebildeten Naturerlebnis-Pädagogin sehr am Herzen. Flankiert werden ihre Veranstaltungen immer wieder durch spielerische Aktivitäten und die eine oder andere Geschichte, sodass Natur nicht nur mit allen Sinnen erfahren, sondern auch emotional erlebt werden kann. «

ihren wilden Flugmanövern über dem nächtlichen Flamingo-Weiher. Erlebe den Zoo und seine Bewohner zu ungewohnter Stunde, frag der Zoopädagogin Löcher in den Bauch und lass dich entführen in diese geheimnisvolle Welt. Eine Veranstaltung des Zukunftsdiploms 2026. *Bitte der Witterung entsprechende Kleidung tragen und Taschenlampe mitbringen.*

● **Kurs 1362**

Silke Reinig, BuchundBaum, Naturerlebnis-Pädagogin und NABU-Wolfsbotschafterin

Do. 02.07.2026, 21:00 – 23:00 Uhr
Zoo Saarbrücken,
Graf-Stauffenberg-Straße,
66121 Saarbrücken
EUR 15,00 (inkl. Eintritt zum Zoo)

● **Kurs 1362A**

Silke Reinig, BuchundBaum, Naturerlebnis-Pädagogin und NABU-Wolfsbotschafterin

Fr. 07.08.2026, 20:00 – 22:00 Uhr
Zoo Saarbrücken,
Graf-Stauffenberg-Straße,
66121 Saarbrücken
EUR 15,00 (inkl. Eintritt zum Zoo)

In Kooperation mit dem Zoo Saarbrücken

Führung

Die kleine ZooNacht – ein Erlebnis der besonderen Art

✶ Ab 7 Jahre in Begleitung Erwachsener
Warst du schon einmal im Zoo Saarbrücken? Vielleicht, aber warst du es auch schon einmal bei Nacht, wenn alle anderen Besucher längst nach Hause gegangen sind und du und deine Gruppe die einzigen Menschen in einer spannenden Welt aus Tierlauten und Naturgeräuschen sind? Nein? Dann komm mit

in den abendlichen Zoo und erlebe diese besondere Stimmung. Beobachte, welche Tiere noch unterwegs und welche längst zu Bett gegangen sind, frag der Zoopädagogin Löcher in den Bauch und staune über die Fledermäuse und ihre waghalsigen Flugmanöver über dem nächtlichen Flamingo-Weiher. Und wer weiß, vielleicht gilt es ja sogar noch ein kleines Abenteuer zu bestehen. Lass dich entführen in den Zoo bei Nacht, erlebe unser abwechslungsreiches Programm und diese außergewöhnliche Atmosphäre gemeinsam mit deinen Freunden. Eine Veranstaltung des Zukunftsdiploms 2026.

Bitte der Witterung entsprechende Kleidung tragen, Taschenlampe und Rucksackverpflegung mitbringen.

● **Kurs 1363**

Silke Reinig, BuchundBaum, Naturerlebnis-Pädagogin und NABU-Wolfsbotschafterin

Fr. 17.07.2026, 18:00 – 22:30 Uhr
Zoo Saarbrücken,
Graf-Stauffenberg-Straße,
66121 Saarbrücken
EUR 17,00 (inkl. Eintritt zum Zoo)

● **Kurs 1363A**

Silke Reinig, BuchundBaum, Naturerlebnis-Pädagogin und NABU-Wolfsbotschafterin

Fr. 31.07.2026, 18:00 – 22:30 Uhr
Zoo Saarbrücken,
Graf-Stauffenberg-Straße,
66121 Saarbrücken
EUR 17,00 (inkl. Eintritt zum Zoo)

Wanderung

Biberexkursion mit Hörkomfort: Zu Besuch bei Meister Bockert

✶ Kinder nur in Begleitung Erwachsener
Auf der Exkursion in ein Biberrevier werden die Teilnehmer vom „Biberpaten“

Dozentinnen und Dozenten



DANIEL CLEMENS

Dipl. Musikpädagoge & Gitarrist

» Daniel Clemens spielt seit seinem 11. Lebensjahr Gitarre und studierte später Musik mit Hauptfach Jazzgitarre am Konservatorium der Stadt Luxemburg sowie an der Hochschule für Musik Saar. Nach seinem Abschluss als Diplom-Musikpädagoge intensivierte er seine Konzerttätigkeit als Solist und Mitglied verschiedener Formationen. Sein Wissen und Können gibt er gern im Unterricht an verschiedenen Musikschulen sowie in einem Workshop für die Junge vhs weiter. «

JUNGE VHS

Martin Bambach (www.wander.saarland) begleitet. Auf dem Weg wird er Kurioses und Interessantes aus dem Leben des größten europäischen Nagers berichten. Danach geht es gemeinsam auf Spurensuche. Mit einbrechender Dämmerung bezieht die Gruppe ihren Beobachtungsposten und versucht, die pelzigen Gesellen in ihrem Revier zu entdecken. Bei Dunkelheit geht es dann über einen gut ausgebauten Weg zurück zum Ausgangspunkt der spannenden Exkursion. *Feste Schuhe, warme Kleidung, eine Sitzunterlage, ausreichend Flüssigkeiten und bei Bedarf „leise“ Rucksackverpflegung, eine Taschenlampe und eventuell ein Fernglas mitbringen. Wir bitten um Verständnis, dass uns Hunde bei dieser Veranstaltung ausnahmsweise nicht begleiten dürfen.*

Hinweis: Diese Veranstaltung ist auch für Menschen mit Höreinschränkung geeignet. Bei Bedarf steht eine mobile Phonak-Höranlage zur Verfügung.

● **Kurs 1332****Martin Bambach,
Erlebnis-Wandern-Saarland**

Sa. 11.07.2026, 19:00 – 23:00 Uhr, Strecke: 3,5 km, 19 Höhenmeter, Dauer: ca. 4 Std. Startpunkt: Wanderparkplatz Steinbachtal, Neuhauser Straße 10, 66113 Saarbrücken
EUR 12,00 (Erwachsene)/EUR 8,00 (Kinder)

Musik, Theater**Abendkurs****Stimmbildung/Vocalcoaching vom Profi**

✶ Für Fortgeschrittene ab 14 Jahre
Dieser Kurs bietet Gruppenunterricht mit bis zu 10 Personen, der die individuelle Betreuung der einzelnen Teilnehmenden ermöglicht, ohne dass der Leistungsdruck eines großen Chors entsteht. Vermittelt

werden u. a. Gesangstechnik, Atemtechnik, Körperhaltung, Artikulation, Warm-ups, Songinterpretation und Bühnenpräsenz.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Notenheft, Bleistift, etwas zu Trinken

● **Kurs 2203B****Stefan Röttig, Gesangssolist am
Saarländischen Staatstheater**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 16.03.2026, 6 Termine
16.03., 23.03., 30.03., 20.04., 27.04.,
04.05.2026
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss
EUR 60,00

Abendkurs**Stimmbildung/Vocalcoaching vom Profi**

✶ Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene ab 14 Jahre
Dieser Kurs bietet Gruppenunterricht mit bis zu 10 Personen, der die individuelle Betreuung der einzelnen Teilnehmenden ermöglicht, ohne dass der Leistungsdruck eines großen Chors entsteht. Vermittelt werden u. a. Gesangstechnik, Atemtechnik, Körperhaltung, Artikulation, Warm-ups, Songinterpretation und Bühnenpräsenz.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Notenheft, Bleistift, etwas zu Trinken

● **Kurs 2203C****Stefan Röttig, Gesangssolist am
Saarländischen Staatstheater**

Mo. 19:45 – 21:15 Uhr
ab 16.03.2026, 6 Termine
16.03., 23.03., 30.03., 20.04., 27.04.,
04.05.2026
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss
EUR 60,00

**Dozentinnen und
Dozenten****MARCO LAUER
Zauberkünstler & Illusionist**

» Komm, lass uns zaubern!
Seit meinem sechsten Lebensjahr fasziniert und fesselt mich die Zauberkunst im wahrsten Sinne des Wortes. Angefangen hat alles ganz klassisch mit dem ersten Zauberkasten. Zauberkunst ist mehr als Täuschung und Illusion. Zauberkunst ist eine internationale Sprache, die jeder versteht: die Sprache des Staunens. Ob Groß oder Klein, Jung oder Alt und egal welcher Herkunft – Zauberkunst verbindet! Genau dieses Gefühl möchte ich durch meine Kurse transportieren und hinaus in die Welt tragen. Und wer weiß, vielleicht hat Dich ja auch schon bald das Zaubergefühl gepackt! «

Workshop**Klingende Geschichten – Mit Fantasie eine Geschichte vertonen**

✶ 6 bis 12 Jahre

In diesem kreativen Workshop vertonen wir gemeinsam eine spannende Geschichte – mit Trommeln, Klanghölzern, Rasseln, einfachen Melodieinstrumenten und anderen Rhythmusinstrumenten. Die Kinder hören zunächst eine fantasievolle Erzählung und überlegen dann gemeinsam, wie sie bestimmte Szenen und Geräusche aus der Geschichte klanglich darstellen können: Wie klingt ein Gewitter? Welche Instrumente passen zu Vogelstimmen, klappernden Hufen oder dem Rascheln im Gebüsch? Dabei probieren wir viele Instrumente aus und entdecken, wie man mit Klängen Bilder im Kopf entstehen lassen kann.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig – nur Lust auf Musik, Geschichten und ein bisschen Fantasie!

● **Kurs 2205**

Daniel Clemens, Dipl.-Musikpädagoge, Gitarrist

Di. 07.04.2026, 11:00 – 14:00 Uhr
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalaïs)
EUR 20,00

Workshop**Vorhang auf für kleine Zauberer!**

✶ 5 bis 10 Jahre

Hokus Pokus Fidibus – mein Zauberkurs feiert Jubiläum! Zum besonderen Anlass öffnen wir die Zauberschule für alle kleinen Magier von 5 bis 10 Jahren – mit vielen Überraschungen, neuen Tricks und einem ganz besonderen Extra! In unserem beliebten Jubiläums-Zauberkurs lernen Kinder mit viel Spaß und Begeisterung einfache, verblüffende Zaubertricks, die sie schon bald selbst vorführen können – ob zuhause, in der Schule oder auf der

nächsten Geburtstagsfeier vor Freunden. Das erwartet die Kinder: Coole Tricks mit Alltagsgegenständen, magisches Auftreten und großer Bühnenzauber, eigene Zaubertensilien, exklusives Seminarheft mit allen Tricks – zum Nachlesen und Üben inklusive, teilweise mit Videoanleitungen für zu Hause. Keine Vorkenntnisse nötig. Abschluss mit kleiner Zaubershow. Unser erfahrener Zaubertainer weiß genau, wie man Kinder begeistert – mit Witz, Geduld und jeder Menge Magie! Jedes Kind erhält seinen eigenen „Zauberbuch“ samt einigen zugehörigen Utensilien.

Die Materialkostenpauschale in Höhe von 10,00 Euro ist in der Kursgebühr enthalten. Wir bitten Sie, Ihren Kindern für die Mittagspause etwas zu Essen sowie ausreichend zu Trinken mitzugeben.

● **Kurs 2218**

Marco Lauer Magic, Zauberkünstler & Illusionist

Mi. 15.04.2026, 10:00 – 15:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
EUR 30,00 (inkl. Materialkosten EUR 10,00)

Workshop**Vorhang auf für große Zauberer!**

✶ 10 bis 16 Jahre

Hokus Pokus Fidibus – mein Zauberkurs feiert Jubiläum! Zum besonderen Anlass öffnen wir die Zauberschule für alle großen Magier von 10 bis 16 Jahren – mit vielen Überraschungen, neuen Tricks und einem ganz besonderen Extra! In unserem beliebten Jubiläums-Zauberkurs lernen die Teilnehmenden mit viel Spaß und Begeisterung einfache, verblüffende Zaubertricks, die sie schon bald selbst vorführen können – ob zuhause, in der Schule oder auf der nächsten Geburtstagsfeier vor Freunden. Das erwartet die Kinder und Jugendlichen: Coole Tricks mit Alltagsgegenständen, magisches Auftreten

und großer Bühnenzauber, eigene Zaubertensilien, exklusives Seminarheft mit allen Tricks – zum Nachlesen und Üben inklusive, teilweise mit Videoanleitungen für zu Hause.

Keine Vorkenntnisse nötig. Abschluss mit kleiner Zaubershow. Unser erfahrener Zaubertainer weiß genau, wie man Kinder und Jugendliche begeistert – mit Witz, Geduld und jeder Menge Magie! Alle Teilnehmenden erhalten ihr eigenes „Zauberbuch“ samt einigen zugehörigen Utensilien.

Die Materialkostenpauschale in Höhe von 10,00 Euro ist in der Kursgebühr enthalten. Wir bitten Sie, den Kindern und Jugendlichen für die Mittagspause etwas zu Essen sowie ausreichend zu Trinken mitzugeben.

● **Kurs 2219**

Marco Lauer Magic, Zauberkünstler & Illusionist

Mo. 27.07.2026, 10:00 – 15:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
EUR 30,00 (inkl. Materialkosten EUR 10,00)

Entspannung und Stressbewältigung**Workshop****Kundalini Kids Yoga**

✶ 5 bis 10 Jahre

Beim Kundalini Yoga für Kids spielen wir mit den Kindern Yoga. Der Leitsatz „Begreifen kommt durch greifen“ (Motorik/ Erfahrung) spielt eine entscheidende Rolle. Das erwartet mein Kind: Steigerung der Konzentrationsfähigkeit, Stärkung der Muskulatur, Förderung des sozialen Miteinanders, Umgang mit den eigenen Gefühlen verbessern, Schaffen von Sicherheit mit Ritualen u.v.m.

● **Kurs 2782**

David Müller, Kundalini-Yogalehrer für Kinder & Jugendliche

JUNGE VHS

Mi. 08.04.2026, 10:00 – 11:00 Uhr
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 6,00

● **Kurs 2782A**

**David Müller, Kundalini-Yogalehrer für
Kinder & Jugendliche**

Mi. 15.04.2026, 10:00 – 11:00 Uhr
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 6,00

Selbstverteidigung/Gewaltprävention**Ferienkurs****Selbstbehauptung für Kinder**

✦ 6 bis 10 Jahre

Es ist wichtig, dass Kinder wissen, wie sie sich selber schützen können, wenn sie alleine unterwegs sind. Das Selbstvertrauen des Kindes soll gestärkt und gefährliche Situationen erkannt werden. Einfache und effektive Techniken zur Abwehr werden vermittelt, gleichzeitig wird versucht, das Selbstwertgefühl zu steigern. Auch die Grenzen der Selbstverteidigung werden aufgezeigt.

● **Kurs 2857**

Udo Freidinger, Polizeibeamter i. R.

Mo. – Fr. 11:00 – 12:00 Uhr
ab 29.06.2026, 5 Termine
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
EUR 33,00

Tanzen

In Kooperation mit dem
Saar 05 Tanzsport e.V.

Nachmittagskurs**Dance Mix Kids – Tänzerische
Früherziehung Standard/Latein**

✦ 4 bis 6 Jahre

Dieser Kurs kombiniert spielerisch tänzerische Früherziehung mit ersten Schritten aus Standard- und Lateintänzen. Die Kinder lernen Rhythmusgefühl, Koordination und Körperbewusstsein – kindgerecht, kreativ, mit viel Spaß an Bewegung, Musik und Lachen.

● **Kurs 2880D**

**Saar 05 Tanzsport e.V./Oliver Reichardt,
Trainer C Breitensport**

Do. 16:30 – 17:30 Uhr
ab 23.04.2026, 5 Termine
Clubheim SV Saar 05 Tanzsport e.V.,
Straße des 13. Januar 10,
66121 Saarbrücken
EUR 48,00

● **Kurs 2880E**

**Saar 05 Tanzsport e.V./Oliver Reichardt,
Trainer C Breitensport**

Do. 16:30 – 17:30 Uhr
ab 11.06.2026, 5 Termine
Clubheim SV Saar 05 Tanzsport e.V.,
Straße des 13. Januar 10,
66121 Saarbrücken
EUR 48,00

Nachmittagskurs**Kreativer Kindertanz –
ein fantastischer Einstieg in die Welt
des Tanzes**

✦ 3 bis 5 Jahre

Spielerisch und kindgerecht wird in die Welt des Tanzes eingeführt. Mit Vorstellungsbildern, Material, Rhythmus und

**Dozentinnen und
Dozenten**

DAVID MÜLLER
*Kundalini-Yogalehrer
für Kinder & Jugendliche*

» Ich bin vor mehreren Jahren, scheinbar zufällig auf Yoga gestoßen. Seither praktiziere ich regelmäßig mein Sadhana und habe mich auch zum Yogalehrer ausbilden lassen. Mein Wunsch ist es, mit den Kursen der vhs Regionalverband Saarbrücken, Kindern und Jugendlichen einen spielerischen Einblick in die Philosophie des Yogas zu geben. «

Musik wird die Fantasie der Kinder angeregt und ihr Bewegungsdrang gefördert.

● **Kurs 2883**

Eva Lajko, staatl. gepr. Tanzpädagogin

Fr. 15:00 – 15:45 Uhr

ab 13.03.2026, 10 Termine

Movimento, Dudweiler Landstr. 141,

3. Etage, 66123 Saarbrücken

EUR 70,00

Nachmittagskurs

**Kreativer Kindertanz –
die Welt des Tanzes erleben**

✶ 6 bis 8 Jahre

In diesem Kurs erleben die Kinder die Welt des Tanzes über alle Sinne. Mit Vorstellungsbildern, Material, Rhythmus und Musik wird die Fantasie der Kinder angeregt, ihr Bewegungsdrang gefördert und ihre sinnliche Wahrnehmung angeregt. Spielerisch entwickeln die Kinder alleine, zu zweit und in der Gruppe ihr kreatives tänzerisches Potential.

● **Kurs 2883A**

Eva Lajko, staatl. gepr. Tanzpädagogin

Fr. 16:00 – 17:00 Uhr

ab 13.03.2026, 10 Termine

Movimento, Dudweiler Landstr. 141, 3.

Etage, 66123 Saarbrücken

EUR 85,00

Nachmittagskurs

**Kreativer Kindertanz – vom Erleben
zum Ausdruck**

✶ 9 bis 12 Jahre

Mit Tanz, Ausdruck und Bewegung werden Geschichten erzählt. Mit Vorstellungsbildern, Material, Rhythmus und Musik wird die Fantasie der Kinder angeregt, ihr Bewegungsdrang gefördert und ihre sinnliche Wahrnehmung angeregt. Spielerisch entwickeln die Kinder alleine, zu zweit und in der Gruppe ihr kreatives tänzerisches Potenzial, welches sie in einer

Tanzgeschichte präsentieren werden.

● **Kurs 2883B**

Eva Lajko, staatl. gepr. Tanzpädagogin

Fr. 17:00 – 18:15 Uhr

ab 13.03.2026, 10 Termine

Movimento, Dudweiler Landstr. 141,

3. Etage, 66123 Saarbrücken

EUR 100,00

Backen

Workshop

Pizzameister-Backkurs

✶ Ab 6 Jahre

Gemeinsam rollen wir unseren Pizzateig aus, bereiten eine leckere Soße zu und belegen unsere Pizza mit allem, was gut schmeckt – Wurst, Käse oder Gemüse, jedes Kind belegt sich seine Pizza, wie es diese gerne haben möchte.

● **Kurs 2907**

Orchelle Rodrigue Theresa Happi

Do. 07.05.2026, 17:00 – 20:00 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche,

Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken

EUR 32,00 (inkl. EUR 13,00 Lebensmittelkosten)

Workshop

Letter Cake Herz

✶ 9 bis 14 Jahre

In diesem Kurs backen und dekorieren wir trendige Number- oder Letter-Cakes – kunstvolle Torten in Zahlen- oder Buchstabenform. Gemeinsam bereiten wir alles vor: vom saftigen Teig über die cremige Füllung bis zur kreativen Dekoration mit Früchten, Gebäck und süßen Verzierungen.

● **Kurs 2930**

Orchelle Rodrigue Theresa Happi

Do. 19.03.2026, 17:00 – 20:00 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche,

Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken

EUR 34,00 (inkl. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

Workshop

Ostergebäck

✶ Von 3 bis 6 Jahre in Begleitung eines Erwachsenen

In diesem fröhlichen Osterkurs backen und dekorieren wir gemeinsam bunte Osterkekse. Die Kinder bereiten auch die Creme selbst zu und gestalten ihre Kunstwerke ganz individuell. Als besonderes Highlight entsteht ein großer gemeinsamer Osterhase, der vor Ort verziert und natürlich gleich vernascht wird!

● **Kurs 2931**

Orchelle Rodrigue Theresa Happi

Do. 26.03.2026, 17:00 – 20:00 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche,

Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken

EUR 28,00 (inkl. EUR 9,00 Lebensmittelkosten)

Workshop

Tortenwerkstatt

✶ 9 bis 14 Jahre

In dieser Tortenwerkstatt lernen die Kids, wie aus einfachen Zutaten echte Meisterwerke entstehen. Wir backen den Tortenboden, bereiten köstliche Füllungen zu und dekorieren mit Creme oder frischen Früchten. So entsteht Schritt für Schritt Ihre individuelle Torte – kreativ, lecker und garantiert ein Blickfang.

● **Kurs 2932**

Orchelle Rodrigue Theresa Happi

Do. 30.04.2026, 17:00 – 20:00 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche,

Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken

EUR 34,00 (inkl. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

JUNGE VHS

Workshop**Backen wie die Profis**

✶ 9 bis 14 Jahre

In diesem Nachmittagskurs lernen die Kids Tricks und Kniffe! Wir bereiten saftige Marmor- oder Zitronenkuchen zu und veredeln sie mit raffinierten Glasurtechniken.

● **Kurs 2933**

Orchelle Rodrigue Theresa Happi

Do. 28.05.2026, 17:00 – 20:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 32,00 (inkl. 13,00 Lebensmittelkosten)

Workshop**Muffins backen**

✶ Von 3 bis 6 Jahre in Begleitung eines Erwachsenen, ab 7 Jahre ohne Begleitung
In diesem Kurs backen Kinder ihre eigenen Muffins – vom Abwiegen der Zutaten über das Mischen bis hin zum Dekorieren. Spielerisch lernen sie, worauf es bei luftigen, leckeren Muffins ankommt. Zum Abschluss gibt es das Rezept zum Mitnehmen, damit das Backvergnügen auch zu Hause weitergeht.

● **Kurs 2934**

Orchelle Rodrigue Theresa Happi

Do. 11.06.2026, 17:00 – 20:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 28,00 (inkl. 9,00 Lebensmittelkosten)

Workshop**Fruchtige Tartes**

✶ 9 bis 14 Jahre

In diesem Kurs zaubern wir köstliche, fruchtige Tartes – von der Herstellung eines perfekten, buttrig-zarten Mürbe- teigs bis zur Zubereitung einer feinen Creme und dem kunstvollen Belegen mit frischem Obst. Schritt für Schritt lernen die Kinder, wie aus einfachen Zutaten kleine Kunstwerke entstehen, die nicht

nur köstlich schmecken, sondern auch das Auge erfreuen.

● **Kurs 2935**

Orchelle Rodrigue Theresa Happi

Do. 18.06.2026, 17:00 – 20:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 32,00 (inkl. 13,00 Lebensmittelkosten)

Sprachen**Summer week at the old town hall****Let's practice English! – Englisch A1/ A2 in den Sommerferien**

Wie funktioniert Englisch? Dieser Kurs bietet euch ein abwechslungsreiches Programm und trainiert eure mündliche Ausdrucksfähigkeit. Er richtet sich an Schüler der Klassenstufen 6 und 7 mit mindestens einem Jahr Englischunterricht.

● **Kurs 3214**

Janek Margardt

Mo. – Fr. 09:00 – 12:00 Uhr
ab 29.06.2026, 5 Termine
Altes Rathaus, Raum 5
20 UST, EUR 68,00
Anmeldung erforderlich bis 22.06.2026

Arbeit und Beruf**Workshop****Computerschreiben/Tastschreiben für Kinder und Jugendliche**

✶ 10 bis 16 Jahre

In diesem Ferienkurs lassen wir „die Finger rundgehen“: Wir erarbeiten uns mit Hilfe einer „multisensorischen Lernsoftware“ schnell und effektiv das „Zehnfinger-Schreiben“ am PC (früher: Schreibmaschinenschreiben). Damit lassen sich zukünftig Referate, Emails, Blogs und anderes schneller schreiben, gut investierte Zeit also.

Voraussetzungen: keine, Computerkennt-

Dozentinnen und Dozenten

ORCHELLE RODRIGUE THERESA HAPPI

» Als Ausgleich zu meinem Beruf als Diplom-Kauffrau liebe ich es, kreativ zu sein.

Die Leidenschaft für das Kochen und Backen habe ich von meiner Mutter mit auf den Weg bekommen.

Als Tochter eines Lehrerehepaars habe ich bereits früh gelernt, pädagogisch zu arbeiten und liebe es, Kinder und Jugendliche mit meiner Leidenschaft fürs Kochen und Backen zu begeistern. In meinen vhs-Kursen vermittele ich die Grundlagen des Backens, das kreative Dekorieren und möchte mit einfachen und leckeren Rezepten und den dazugehörigen Techniken die Freude am Kochen und Backen vermitteln. «

nisse hilfreich, bitte eigene Kopfhörer mitbringen

● **Kurs 4620**

Gerhard Zägel

Di. – Fr. 09:00 – 12:45 Uhr
ab 07.04.2026, 4 Termine
Rathaus-Carré PC-Saal 1
20 UST, EUR 60,00

● **Kurs 4621**

Gerhard Zägel

Mo. – Fr. 09:00 – 12:00 Uhr
ab 29.06.2026, 5 Termine
Rathaus-Carré PC-Saal 1
20 UST, EUR 60,00

● **Kurs 4622**

Gerhard Zägel

Mo. – Fr. 09:00 – 12:00 Uhr
ab 03.08.2026, 5 Termine
Rathaus-Carré PC-Saal 1
20 UST, EUR 60,00

Workshop

Handy-Ferienvideos drehen und schneiden & Fotos ansprechend präsentieren

✶ 12 bis 16 Jahre

Du möchtest dich gerne fit dafür machen, damit deine Ferienerlebnisse gekonnt in Szene gesetzt und beim Schneiden professionell zusammengefügt werden? Dazu noch etwas coole Mucke zur Untermalung deiner Heldentaten? Und weil Oma von deinen Videos immer schwindelig wird, hätte sie lieber eine stilvolle Fotopräsentation? Nach diesem Workshop kannst du beides: Oma beeindrucken und Videos drehen wie ein YouTuber.

Na dann: Smartphone einpacken, check; Ladekabel und evtl. Powerbank am Start, check – anmelden und Film ab dafür!

● **Kurs 4610**

Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)

Di. 14.04.2026, 09:00 – 16:00 Uhr
Rathaus-Carré PC-Saal 2
8 UST, EUR 50,00

● **Kurs 4610A**

Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)

Di. 30.06.2026, 09:00 – 16:00 Uhr
Rathaus-Carré PC-Saal 2
8 UST, EUR 50,00

Workshop

Hurra, ich lerne Programmieren! Scratch und Handy-Spiele

✶ 10 bis 14 Jahre

Du möchtest gerne richtig programmieren können? Wir machen gemeinsam die ersten Schritte und verwenden dafür u. a. die grafische Programmiersprache „Scratch“. Das erspart uns die Buchstabensuche auf der Tastatur, und wir können bequem mit der Maus den Programmcode mittels bunter Blöcke generieren und Comicfiguren quer über den Bildschirm fliegen lassen! Im Kurs programmierst du einen Mini-Zeichentrickfilm oder dein eigenes kleines Spiel, das deine Freunde und du auf einem PC oder Smartphone zocken können.

Voraussetzungen: sicherer Umgang mit Maus und Tastatur, E-Mail-Adresse (falls vorhanden)

● **Kurs 4611**

Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)

Mi. 15.04.2026, 09:00 – 16:00 Uhr
Rathaus-Carré PC-Saal 2
8 UST, EUR 50,00

● **Kurs 4611A**

Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)

Mo. 29.06.2026, 09:00 – 16:00 Uhr
Rathaus-Carré PC-Saal 2
8 UST, EUR 50,00

Dozentinnen und Dozenten



GERHARD ZÄGEL

Dozent im Bereich der kaufmännischen Weiterbildung

» Seit 1984 biete ich als Dozent der Saarbrücker vhs Bewerbungstraining und das Fach Computerschreiben (früher Maschinenschreiben) an. Für jede Tastatur, die man mit zehn Fingern bedienen kann, kann ich Ihre Anschlagszahl erhöhen und testen – Daumen-training für Smartphones kostet aber extra ... <<

Workshop**WM 2026 – Excel Spezial
Bastle dir deine eigene
WM-Turnier-Tabelle**

🌟 10 bis 14 Jahre

Du bist schon im WM-Fieber und möchtest die Fußball-Weltmeisterschaft 2026 in Amerika in einer eigenen Turniertabelle mitverfolgen? Nichts leichter als das! Wir erstellen schrittweise gemeinsam eine Gesamttabelle der ausgelosten Gruppen, allen Spielen der Gruppenphase sowie dem anschl. KO-System des Turniers. Selbstverständlich funktioniert die Turniertabelle auch mit vergleichbaren Wettkämpfen, sodass du sie nach unserem Kurs wiederverwenden kannst. Außerdem kannst du beim ultimativen WM-Quiz dein Fußballwissen rund um die Meisterschaft unter Beweis stellen, also meld' dich an, wirf dich in dein Lieblingstrikot und sei dabei!

Voraussetzungen: sicherer Umgang mit Maus und Tastatur.

● **Kurs 4612**

Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)

Do. 16.04.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

8 UST, EUR 50,00

Workshop**Hurra, ich lerne Programmieren!
Meine erste Drohne & mein
erstes Minecraft-Level**

🌟 12 bis 16 Jahre

Du hast Lust, kleine Games zu programmieren und dazu deinen eigenen Quelltext in der Sprache Python zu schreiben? In diesem Workshop wirst du bei deinen ersten Schritten begleitet und lernst neben den Basics auch praktische Algorithmen kennen, um deine Ideen umzusetzen. Dabei wird von Grund auf alles erklärt, was du wissen musst, damit deine Programmierprojekte gelingen und

der Spaß beim kooperativen Coding im Team nicht zu kurz kommt. Im Workshop wirst du Zufallszahlen generieren und daraus ein Zahlenratespiel coden, bei dem du gegen den Computer antrittst. Weiterhin schauen wir uns an, wie man Kommandos für eine Drohne programmiert, überträgt und sie fliegen lassen kann. Und die Minecraft-Fans unter euch dürfen sogar ihr eigenes Level coden. *Voraussetzungen: Scratch-Kurs (oder vergleichbare Kenntnisse), sicherer Umgang mit Maus und Tastatur, E-Mail-Adresse (falls vorhanden).*

● **Kurs 4613**

Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)

Fr. 17.04.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

8 UST, EUR 50,00

Workshop**Hurra, ich lerne Programmieren!
Crashkurs: Meine erste Webseite**

🌟 12 bis 16 Jahre

Du hast Lust, kleine Games zu programmieren und dazu deinen eigenen Quelltext zu schreiben? In diesem Intensiv-Workshop wirst du bei deinen ersten Schritten begleitet und lernst neben den Basics auch praktische Algorithmen kennen, um deine Ideen umzusetzen. Dabei wird von Grund auf alles erklärt, was du wissen musst, damit deine Programmierprojekte gelingen und der Spaß beim kooperativen Coding im Team nicht zu kurz kommt.

Voraussetzungen: sicherer Umgang mit Maus und Tastatur, E-Mail-Adresse (falls vorhanden)

● **Kurs 4616**

Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)

Do. 02.07.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

8 UST, EUR 50,00

**Dozentinnen und
Dozenten**

© Sarah Pulvermüller | Photography

RALF KUHN

**Trainer für IT- und
MS-Office-Anwendungen**

» Sie kennen Excel oder Word und wollten es schon immer mal von Grund auf richtig lernen, um schneller und eleganter ans Ziel zu gelangen? Schauen Sie gerne in einem meiner kurzweiligen Office-Workshops vorbei, in denen wir in angenehmer Lernatmosphäre geschickte Lösungen für Ihre mitgebrachten Fragestellungen entwickeln. Ob im Präsenz- oder Onlinekurs: Individuelle Betreuung in verständlicher IT-Sprache ist mir dabei ein besonderes Anliegen seit über zehn Jahren als erfahrener Trainer an der vhs. Und wenn Sie mögen, mache ich auch Ihren Nachwuchs in IT-Themen fit bei unseren beliebten Ferienkursen. «

NEUE KURSREIHE

Saar-Brücken für junge Ausbildungssuchende



In dieser Reihe bieten wir jungen Menschen zielgerichtete Unterstützung und Informationen in der Übergangsphase Schule und Beruf.

Unser Angebot richtet sich an alle potenziellen Ausbildungssuchenden in der Altersgruppe von 16 bis 25 Jahren, die unkomplizierte und leicht zugängliche Hilfestellung im beruflichen Orientierungsprozess, im Bewerbungsprozess oder auch bei der Entwicklung praktischer Handlungskompetenz in Anspruch nehmen möchten.

Während der Ferienzeit organisieren wir im Laufe des Jahres 6 abwechslungsreiche Themenwochen und regelmäßige Berufsinformationstage, bei denen die Teilnehmenden beispielsweise die Möglichkeit erhalten, Einblicke in den regionalen Ausbildungsmarkt zu gewinnen, ein Verständnis für die lokalen wirtschaftlichen Veränderungen zu entwickeln oder mit Unternehmen und beruflichen Institutionen aus der Region in Kontakt zu treten.

Die Teilnahme an allen Angeboten ist komplett kostenfrei.

In Kooperation mit

 Montan-Stiftung-Saar

vhs
Volkshochschule
Regionalverband Saarbrücken

Workshop

Erfinde dein eigenes Brettspiel

 10 bis 16 Jahre

Lass deiner kreativen Ader freien Lauf und entwickle ein Konzept für dein eigenes Brett-, Karten oder Würfelspiel! Du erfährst, was ein spannendes Spiel ausmacht und wie du Word zum Basteln von Spielmaterialien gekonnt verwendest. Dabei erhältst du Tipps vom Spielexperten zum Verfassen verständlicher Spielanleitungen sowie der Durchführung von Testspielrunden, um dein Werk zu perfektionieren, das wir gemeinsam im Workshop ausprobieren.

Voraussetzungen: Bitte Buntstifte (Holz oder Filz) und Karopapier (DIN-A4-Block oder -Heft) nach Wahl mitbringen.

● **Kurs 4618**

Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)

Fr. 03.07.2026, 09:00 – 16:00 Uhr
Rathaus-Carré Seminarraum 10
8 UST, EUR 50,00

Saar-Brücken für junge Ausbildungssuchende

Themenwoche 4 von 6 (Osterferien 2026) – Wie bewerbe ich mich?

Workshop

Erfolgreich bewerben

 16 bis 25 Jahre

Unser Kurs konzentriert sich darauf, wie junge Erwachsene Bewerbungsunterlagen optimal erstellen können. Beginnend mit der individuellen Selbstreflexion über die gezielte Ausarbeitung von Lebenslauf und Anschreiben bis hin zur professionellen Aufbereitung bekommt Ihr Tipps und Tricks für eine erfolgreiche Bewerbung. Durch praktische Übungen und individuelles Feedback entwickelt Ihr aussagekräftige Bewerbungsunterlagen.

● **Kurs 4631****Michael Bernardi**

Di. 07.04.2026, 11:00 – 17:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

8 UST, gebührenfrei

Workshop**Microsoft Word kompakt:
Effizientes Textverarbeiten**

★ 16 bis 25 Jahre

Entdecke in diesem Kurs die Grundlagen von Microsoft Word. Von Texteingabe bis Formatierung – Du erlernst essentielle Fertigkeiten, die du benötigst, um Texte effektiv zu bearbeiten. Du lernst Textdokumente zu erstellen und zu bearbeiten. Egal, ob für Schule, Studium oder den beruflichen Alltag – dieser Kurs ist der perfekte Einstieg in die Welt der Textverarbeitung.

● **Kurs 4630****Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Mo. 13.04.2026, 11:00 – 17:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

8 UST, gebührenfrei

Workshop**Chat GPT****Schule und Bewerbung**

★ 16 bis 25 Jahre

In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden, wie ChatGPT als Lernbegleiter eingesetzt werden kann. Es werden personalisierte Lernstrategien vermittelt und gezeigt, wie ChatGPT in verschiedenen Fächern sinnvoll unterstützt. Zahlreiche praktische Beispiele und Prompts laden zum Ausprobieren ein.

Gemeinsam wird ein Leitfaden für den verantwortungsvollen Einsatz von KI im Schulkontext entwickelt. Dabei geht es um Regeln, Chancen und Grenzen sowie um wichtige Themen wie Datenschutz, Bias, Fake News und Urheberrecht. Alle

Ergebnisse werden auf einem digitalen Whiteboard festgehalten.

● **Kurs 4632****Nadine Jungfleisch, Dipl.-Betriebswirtin (FH)**

Mi. 15.04.2026, 11:00 – 17:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

8 UST, gebührenfrei

Workshop**Chat GPT****Prüfungsvorbereitung und
Stressbewältigung**

★ 16 bis 25 Jahre

ChatGPT kann als digitales Stressmanagement-Tool helfen, persönliche Stressoren zu erkennen, Gedanken zu ordnen und individuelle Strategien zur Entlastung zu entwickeln. Gleichzeitig unterstützt die KI bei der Prüfungsvorbereitung durch strukturierte Lernhilfen, Erklärungen und passende Lernstrategien. In kurzen Arbeits- und Rechercheaufträgen sowie mit vielfältigen Prompt-Beispielen erproben die Teilnehmenden, wie ChatGPT als Stresscoach und Lernbegleiter eingesetzt werden kann. So wird die KI zu einer praktischen Hilfe für effektives und entspannteres Lernen.

● **Kurs 4633****Nadine Jungfleisch, Dipl.-Betriebswirtin (FH)**

Do. 16.04.2026, 11:00 – 17:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

8 UST, gebührenfrei

**Themenwoche 5 von 6 (Sommerferien
2026, 1. Woche) – Selbstvermarktung
im Bewerbungsprozess!****Workshop****Business Knigge**

★ 16 bis 25 Jahre

Der Kurs vermittelt zeitgemäße Umgangsformen für den Berufsalltag. Die Teilnehmenden lernen, wie sie höflich und sicher begrüßen, sich vorstellen und verabschieden. Weitere Themen sind Kleidung, Auftreten und Körpersprache, Tischkultur, Smalltalk, der verantwortungsvolle Umgang mit vertraulichen Informationen sowie respektvolle Kommunikation über Hierarchiegrenzen hinweg.

● **Kurs 4640****Nadine Jungfleisch, Dipl.-Betriebswirtin (FH)**

Mo. 29.06.2026, 12:00 – 16:30 Uhr

Rathaus-Carré Seminarraum 9

6 UST, gebührenfrei

Workshop**Was ändert sich alles durch eine
Ausbildung?**

★ 16 bis 25 Jahre

Dieser Kurs begleitet dich bei den wichtigsten Schritten zu Beginn deiner Ausbildung. Du lernst, welche Rechte, Pflichten und ungeschriebenen Regeln im Berufsalltag gelten, wie der Übergang vom Schul- in den Arbeitsalltag gelingt und wie du souverän mit Nervosität, Unsicherheiten und neuen Anforderungen umgehst. Zudem werden Grundlagen der Lern- und Arbeitsorganisation vermittelt, damit du selbstbewusst und gut vorbereitet ins erste Ausbildungsjahr startest.

● **Kurs 4641****Nadine Jungfleisch, Dipl.-Betriebswirtin (FH)**

Di. 30.06.2026, 12:00 – 16:30 Uhr

Rathaus-Carré Seminarraum 9

6 UST, gebührenfrei

Workshop**Microsoft-Powerpoint kompakt**

✦ 16 bis 25 Jahre

In diesem Kurs lernst du nicht nur die grundlegenden Funktionen von Microsoft PowerPoint kennen, sondern auch, wie du sie praktisch anwendest. Du erhältst eine Einführung in die Benutzeroberfläche und die wichtigsten Grundlagen von PowerPoint. Außerdem erfährst du, wie Texte ansprechend gestaltet und überzeugend präsentiert werden können. Darüber hinaus entdeckst du die kreative Seite von PowerPoint, indem du Zeichnungsobjekte einfügst und bearbeitest, und lernst, wie sich mithilfe von SmartArts komplexe Informationen anschaulich und übersichtlich darstellen lassen.

● **Kurs 4642**

Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)

Mi. 01.07.2026, 11:00 – 17:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

8 UST, gebührenfrei

Workshop**Das perfekte Vorstellungsgespräch**

✦ 16 bis 25 Jahre

Bereite dich gezielt auf den entscheidenden ersten Schritt zu deiner Ausbildung vor und lerne, im Vorstellungsgespräch zu überzeugen. Unser Kurs bietet dir einen umfassenden Leitfaden, um dich optimal vorzubereiten. Du erhältst praxisnahe Einblicke, wie du typische Fragen souverän beantwortest und dir effektive Strategien zur Selbstvermarktung aneignest. Zusätzlich teilen wir hilfreiche Tipps, um Nervosität im Vorstellungsgespräch erfolgreich zu bewältigen.

Gewinne das Selbstvertrauen, das du benötigst, um deine Stärken überzeugend zu präsentieren und einen bleibenden Eindruck zu hinterlassen. Mit diesem Kurs legst du den Grundstein für eine erfolg-

reiche Ausbildung und öffnest Türen zu neuen beruflichen Möglichkeiten.

● **Kurs 4643**

Michael Bernardi

Do. 02.07.2026, 12:00 – 16:30 Uhr

Rathaus-Carré Seminarraum 9

6 UST, gebührenfrei

Workshop**Persönlichkeitsentwicklung und Selbstliebe**

✦ 16 bis 25 Jahre

Wer du wirklich bist und welchen Weg du einschlagen möchtest, sind Fragen, die uns alle beschäftigen. Hast du Schwierigkeiten herauszufinden, was dich wirklich begeistert? Fühlst du dich manchmal unsicher und weißt nicht, wie du damit umgehen sollst? In diesem Kurs möchten wir dir vermitteln, dass die Pubertät eine einzigartige Zeit ist, um herauszufinden, wer du bist und welche Potenziale in dir schlummern. Durch inspirierende Übungen erfährst du, wie du selbstbewusster wirst, mehr Selbstliebe entwickelst, deine Gefühle besser verstehst und deine individuellen Stärken optimal nutzen kannst. Lass uns gemeinsam auf Entdeckungreise gehen und die besten Seiten deiner Persönlichkeit erkunden.

● **Kurs 4644**

Lea Bauer

Fr. 03.07.2026, 11:00 – 17:00 Uhr

Rathaus-Carré Seminarraum 9

8 UST, gebührenfrei

Themenwoche 6 von 6

**(Sommerferien 2026, 6. Woche) –
Trainiere deine Soft Skills!**

Workshop**Gewaltfreie Kommunikation**

✦ 16 bis 25 Jahre

Der Alltag von uns Menschen ist so schnelllebig geworden, dass wir teilweise vergessen haben, wie wir kommunizieren sollen. Diese Schnelllebigkeit wirkt sich auf unsere Achtsamkeit aus, die sich in unseren Gefühlen und somit auch in unseren Worten widerspiegelt. Gewaltfreie Kommunikation ist die erste Lektion, um ein liebevolles Miteinander zu erzielen. Mit verschiedenen Übungen und Tools möchte wir dir zeigen, welche Macht Worte haben können und wie du diese Macht für dich persönlich und gleichzeitig für mehr Verständnis in der Welt einsetzen kannst.

● **Kurs 4647**

Lea Bauer

Mo. 03.08.2026, 12:00 – 16:30 Uhr

Rathaus-Carré Seminarraum 10

6 UST, gebührenfrei

Workshop**Resilienz stärken und Mobbing überwinden**

✦ 16 bis 25 Jahre

Mehr als die Hälfte aller Kinder und Jugendlichen erlebt in der Schule Ausgrenzung, Hänseleien oder körperliche Gewalt, wie eine Studie der Bertelsmann Stiftung zeigt – eine alarmierende Realität. Diese Formen der Gewalt hinterlassen tiefe Spuren bei den Betroffenen, die oft nicht wissen, wie sie diesem Teufelskreis entkommen können. In diesem Kurs möchten wir dir Wege aufzeigen, wie du dich schützen und achtsam mit dir selbst umgehen kannst. Du wirst erfahren, wie

JUNGE VHS

du dein Wohlbefinden steigerst und Mobbing in deinem Leben keine Chance mehr hat. Durch passende Übungen lernst du, Unsicherheiten und Ängste zu bewältigen und deine eigene innere Stärke aufzubauen.

● **Kurs 4648**

Lea Bauer

Di. 04.08.2026, 12:00 – 16:30 Uhr
Rathaus-Carré Seminarraum 9
6 UST, gebührenfrei

Workshop

Besser kommunizieren

✱ 16 bis 25 Jahre

Entdecke in diesem Kurs die Macht der Worte und die Wirkung der Sprache. Wir beleuchten verschiedene Kommunikationsmodelle, zeigen dir, wie man konstruktives Feedback gibt und vermitteln die Kunst der Anpassungsfähigkeit in der Kommunikation. Lerne, wie du deinem Gesprächspartner auf Augenhöhe begegnest und erweitere deine Fähigkeiten, die Nuancen der Sprache für dich zu nutzen. Ein Kurs, der nicht nur deine Kommunikationskompetenz stärkt, sondern auch einen nachhaltigen Einfluss auf deine zwischenmenschlichen Beziehungen haben wird. Sei dabei und meistere die Kunst der wirkungsvollen Kommunikation.

● **Kurs 4650**

Mi. 05.08.2026, 12:00 – 16:30 Uhr
Rathaus-Carré Seminarraum 9
6 UST, gebührenfrei

Workshop

**Softwareentwicklung als Beruf
Einstieg, Alltag, Karrierewege**

✱ 16 bis 25 Jahre

Dieser Kurs gibt einen realistischen Blick hinter die Kulissen der Softwareentwicklung. Sie lernen typische Aufgaben, Spezialisierungen wie Frontend, Backend oder Mobile sowie gefragte Fähigkeiten kennen. Zudem erfahren Sie, welche Wege in den Beruf führen und wie der Einstieg gelingt. Praxisbeispiele, Einblicke in Arbeitsumfelder und klare Orientierung helfen Ihnen einzuschätzen, ob dieser Berufsweg zu Ihnen passt. Eine ausführlichere Beschreibung der Kursinhalte finden Sie unter dieser Kursnummer auf unsere Homepage.

Vorkenntnisse sind nicht nötig.

● **Kurs 4651**

Marcel Zinnow, Diplom-Informatiker (FH)

Do. 06.08.2026, 09:00 – 12:45 Uhr
Fr. 07.08.2026, 09:00 – 12:45 Uhr
Rathaus-Carré PC-Saal 2
10 UST, gebührenfrei

Schärfe dein politisches Bewusstsein.



Finde deinen Kurs

www.vhs-saarbruecken.de

vhs
Volkshochschule
Regionalverband Saarbrücken

**REGIONALVERBAND
SAARBRÜCKEN**



WWW.GRUENDEN.SAARLAND



Saarland Offensive Gründung



Alles beginnt mit deiner Idee.
Entdecke jetzt unsere Unter-
stützungsangebote für deine
erfolgreiche Gründung.

Beratung und Information



Franziska Bartosch

Pädagogische Mitarbeiterin
Rathaus-Carré
Gerberstr. 2
66111 Saarbrücken
Fon 0681 506-4339
Fax 0681 506-4390
franziska.bartosch@rvsbr.de

Anmeldung und Service



Martina Müller

Sachbearbeiterin
Rathaus-Carré
Gerberstr. 2
66111 Saarbrücken
Fon 0681 506-4318
Fax 0681 506-4399
martina.mueller@rvsbr.de

Akademie für Ältere

Mit einem abwechslungsreichen Kursangebot, das gezielt auf die Interessen und Lebenswelten der älteren Generation abgestimmt ist, lädt die Akademie für Ältere im kommenden Semester zu vielfältigen Möglichkeiten der Weiterbildung und persönlichen Entfaltung ein.

Neben bewährten Angeboten in den Bereichen Kunst, Kultur und Sprachen setzen wir auch in diesem Semester unsere erfolgreiche Zusammenarbeit mit EUROP'age Saar-Lor-Lux e. V. fort.

Neu im Programm sind Kurse zum gemeinsamen Musizieren – zum Beispiel für Blockflöte –, die Freude an Musik und das gemeinsame Erleben verbinden.

„Die HerbstGoldenen“ bieten auch in diesem Semester wieder einen unterhaltenden Nachmittag in der Breite 63 an. Freuen Sie sich auf besondere Evergreens! Ergänzt wird das Programm durch Wanderungen, Fitnesskurse sowie EDV-Schulungen, die nicht nur Wissen vermitteln, sondern auch Begegnung und gemeinsames Erleben fördern.

Gut zu wissen:

Ein Großteil der Kurse ist gebührenfrei – es wird lediglich ein Mitgliedsbeitrag in Höhe von 75,00 EUR pro Semester erhoben. Etwaige zusätzliche Gebühren sind im Programm entsprechend vermerkt. Ausgewählte Kurse und Kooperationsveranstaltungen sind von dieser Regelung ausgenommen. Teilnehmen können alle Interessierten ab 65 Jahren – wir freuen uns auf Sie!



AKADEMIE FÜR ÄLTERE

Veranstaltungen in Kooperation mit
EUROP'age Saar-Lor-Lux e. V.

Die vhs Regionalverband Saarbrücken arbeitet eng mit dem Verein EUROP'age Saar-Lor-Lux e. V. zusammen. Diese Veranstaltungen sind in ihrer Teilnehmerzahl begrenzt. Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich. **Weitere Informationen zu den Veranstaltungen & Anmeldung unter:** EUROP'age e. V.,
Fon: 0681 88378623 oder 0173 6983977,
Mail: info@europ-age.eu

Vortrag

Entzündungen lindern mit entsprechender Ernährung

Bei Erkrankungen wie Rheuma, Arthrose, Diabetes oder Gefäßleiden sind Entzündungen im Spiel. Welche Stellschrauben haben wir über unsere tägliche Nahrung? Können Beeren, grünes Blattgemüse, Ingwer, Nüsse und fetter Fisch wirklich dazu beitragen, Entzündungen zu reduzieren? Was bewirken stark verarbeitete Lebensmittel, Transfette oder Zucker? Was passiert mit dem Immunsystem, der Regeneration, wenn man sie weg lässt?

● Kurs 1601A

**Judith Giese, Dipl. Oecotrophologin,
Ernährungsberaterin DGE**

Mi. 04.03.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 23
gebührenfrei

Vortrag

Crashkurs „KI für jedermann – Chancen, Risiken und alltagsnahe Anwendungsmöglichkeiten

Künstliche Intelligenz verständlich erklärt und von Beginn an praxisorientiert nutzbar. Der Kurs bietet eine verständliche Einführung in grundlegende Funktionsweisen der Künstlichen Intelligenz sowie eine praxisnahe Annäherung an ChatGPT. Im Mittelpunkt steht, wie KI im Alltag von Nutzern unterschiedlichen Alters sinnvoll eingesetzt werden kann.

● Kurs 1601B

**Marco Weber, Koordination Demenzarbeit
DEMENZ-Verein im Köllertal e. V.**

Do. 19.03.2026, 15:00 – 18:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
gebührenfrei

Workshop

Träumen, kreativ glücklich sein – Solarkugeln farblich gestalten

Gönnen Sie sich eine kleine Auszeit und lassen Sie uns gemeinsam Solarkugeln zu neuem Glanz verhelfen. Heike Altpeter, Autorin und eine kreative Frau, die in keine Schublade passt, hilft Ihnen beim Gestalten von dekorativen Solarkugeln.

● Kurs 1601C

Heike Altpeter

Mi. 15.04.2026, 14:00 – 17:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 1 OG
gebührenfrei (Eigenanteil für Material:
13,00 EUR, zahlbar vor Ort)

In Kooperation mit der Fédération Seniors
Moselle

Workshop

SeniorInnen Sport-Wettbewerb in Saarbrücken (Mini-Olympiaden)

Eine Veranstaltung mit unterschwelligen Angeboten, die angepasste körperliche Aktivität und soziale Kontakte miteinander verbindet und die engagiertesten Teilnehmer*innen belohnt.

● Kurs 1601D

EUROP'age e. V.

Di. 28.04.2026
gebührenfrei

Exkursion

Région Grand-Est mit Reims in der Champagne

Hauptziel der zweitägigen Fahrt ist Reims mit seinem reichen Kulturerbe in der Champagne. Wir besichtigen die Kathedrale Notre Dame de Reims, in der früher französische Könige gekrönt wurden. Jetzt UNESCO-Weltkulturerbe mit architektonischen Highlights und den berühmten Chagall-Fenstern! Zum Abschluss halten wir am Mémorial in Verdun und gehen der Frage nach: Erinnerungsarbeit aus deutscher und französischer Sicht? Ist ein gemeinsames Gedenken heute möglich?

● Kurs 1601E

EUROP'age e. V.

Do. – Fr. 14.05. – 15.5.2026
gebührenfrei

Vortrag mit Verkostung

Könnte mir bitte jemand das Wasser reichen? Was uns Mineralwasser wirklich schenkt

Sie trinken gern Mineralwasser und möchten mehr darüber erfahren? Warum das „perfekte Match“ mit Weinen, Kaffeespezialitäten, Tee und Whiskys

keine Marketingfloskel ist, erfahren Sie in diesem Vortrag. Im Vortrag werden Mineral-, Heil-, Quell- und Tafelwasser sowie die Wasserfiltration ganzheitlich auf Einflüsse zu unserer Gesundheit und Wohlbefinden betrachtet. Eine begleitete Wasserverkostung demonstriert, wie sich Wassergattungen durch unterschiedliche Mineralstoffzusammensetzungen im Geschmack unterscheiden. Exklusive Kostprobe: Verkostung besonderer Mineral- und Heilwässer, nicht handelsüblich, u. a. aus Luxemburg, Frankreich und Belgien.

● Kurs 1601F

Armin Schönenberger, zert. Wassersommelier/staatl. geprüfter Gastronom

Mi. 01.07.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 2 OG

gebührenfrei (3,00 EUR Kostenbeteiligung, zahlbar vor Ort)

In Kooperation mit der Europa Union Saar und JEF (Junge europäische Föderalisten)

Diskussionsveranstaltung

Europäischer Tag der Solidarität zwischen den Generationen

Seit 2009 wird der „Europäische Tag der Solidarität zwischen den Generationen“ gefeiert. An diesem Tag sollen die Beziehungen zwischen den Generationen gestärkt und die Bedeutung von Solidarität und Zusammenhalt in der Gesellschaft hervorgehoben werden. Fakt ist jedoch: Alte und junge Menschen stehen vor ähnlichen gesellschaftlichen Herausforderungen. Einige Bereiche treffen beide: Einsamkeit, Wohnungssituation, Infrastruktur, Rente und Altersvorsorge, Partizipation ...

● Kurs 1601G

Mi. 29.04.2026, 18:00 – 20:00 Uhr

gebührenfrei

Gesprächskreis

Gesprächskreis Französisch – Mitmachen leicht gemacht

Treffpunkt zum Französischübigen in entspannter Atmosphäre. Ob neugierig oder fortgeschritten – gemeinsam sprechen wir, lachen und lernen voneinander. Themen: Alltagsgespräche, Wie ticken unsere Nachbarn? Was bewegt sie?

● Kurs 1601J

Esther Ribic

Do. 12.03.2026, 10:00 – 11:30 Uhr

Do. 09.04.2026, 10:00 – 11:30 Uhr

Do. 07.05.2026, 10:00 – 11:30 Uhr

Do. 18.06.2026, 10:00 – 11:30 Uhr

Rathaus-Carré Seminarraum 10

gebührenfrei

Gesprächskreis

Gesprächskreis in französischer Sprache

● Kurs 1601I

Suzanne Toussaint

Mi. 10:30 - 12:00 Uhr

ab 18.03.2026, 11 Termine

Altes Rathaus, Raum 8 Literaturlounge

gebührenfrei

Vortrag

Mobilität und Bewegung im Alter: Entdecke Bewegungsfreude, die dich stärkt statt

Der Vortrag beleuchtet die Bedeutung von körperlicher Aktivität für ältere Menschen. Er thematisiert, wie regelmäßige Bewegung nicht nur die physische Gesundheit fördert, sondern auch das geistige Wohlbefinden steigert. Dabei werden praktische Bewegungsangebote vorgestellt, die auf die Bedürfnisse und Fähigkeiten von Seniorinnen und Senioren abgestimmt sind. Zudem wird auf die sozialen Aspekte eingegangen, die durch gemeinsames Training und Aktivitäten entstehen. Ziel

des Vortrags ist es, Inspiration für ein aktives und selbstbestimmtes Leben im Alter zu vermitteln.

● Kurs 1601K

Christopher Reichardt

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 23.03.2026, 2 Termine

vhs-Zentrum, Saal 1 OG

gebührenfrei

Zusatzveranstaltung:

Montag, 30.03.26, 18 Uhr

Führung in der Praxis für Ergotherapie & Physiotherapie, Zeringerstr. 7 in Saarbrücken.

Begrenzte Teilnehmerzahl!

Nachmittagskurs

Digit-Stammtisch für Ältere: Smartphone, Tablet (Android), Laptop, PC (Windows 11)

Um das allgemeine Verständnis zu unterstützen, werden zunächst Fachbegriffe zu Hardware, Software und digitaler Kommunikation vermittelt. In einem 14-tägigen Rhythmus folgt darauf ein Angebot für Anfängerinnen und Anfänger oder Fortgeschrittene, ohne Leistungsdruck. Die Möglichkeit zur Fragestellung zu eigenen Problemen im Umgang mit der Technik ist gegeben. Hinzu kommen Sonderveranstaltungen, die der Anwendung digitaler Möglichkeiten im Alltag dienen, den sozialen Zusammenhalt der Gruppe fördern und auch Spaß machen sollen.

● Kurs 1601L

Franziskus Sauer

Di. 15:30 – 17:00 Uhr

ab 10.03.2026, 12 Termine

Altes Rathaus, Raum 17

gebührenfrei

Vortrag**Was tun für Demenz-Vermeidung?**

Demenzkrankungen stellen für Betroffene und ihre Angehörige eine erhebliche Belastung dar. Mittlerweile sind viele Möglichkeiten zur Prävention bekannt. Dabei geht es darum, begünstigende Faktoren zu minimieren und gesunderhaltende Maßnahmen zu stärken. Damit kann der Beginn der häufigsten Demenzerkrankungen wie, z. B. die Alzheimerkrankheit, verzögert werden.

● **Kurs 1601M**

Prof. Dr. Rosa Adeline Fehrenbach,
Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie, Geriatrie

Mi. 10.06.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss
gebührenfrei

Verbraucherschutz**Vortrag****Vorsorgevollmacht und Betreuung**

Informationsveranstaltung der Betreuungsbehörde des Regionalverbandes zu den Themen Vorsorgevollmacht und Betreuungsrecht: Was bedeutet rechtliche Betreuung und wem hilft sie? Wie kann ich selbst bestimmen, wer für mich entscheiden soll, wenn ich es selbst nicht mehr kann?

● **Kurs 1605**

Betreuungsbehörde Regionalverband Saarbrücken

Mi. 11.03.2026, 14:00 – 16:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 23
gebührenfrei

Vortrag**Ratgeber Rentensteuer**

Sie haben bei den hochkomplizierten Steuerregeln den Überblick verloren? Viele neue Steuervorteile, auch für Ruheständler und aktive Arbeitnehmer bergen eine Menge Steuersparpotential. Bei dieser Informationsveranstaltung erhalten Sie durch nachvollziehbare Praxisbeispiele einen Überblick über alle Rentenarten und deren unterschiedliche Besteuerung. Sie erfahren mehr über alle Steuererleichterungen wie Werbungskosten, Sonderausgaben, Altersentlastungsbetrag etc. Auch die wichtigen Fristen werden genau erläutert. Sie bekommen fachliche Unterstützung zum Ausfüllen der komplexen Formulare. Aktuelle gesetzliche Neuerungen (z. B.: energetische Gebäudesanierung, Wachstumschancengesetz, Energiepreispauschale, Doppelbesteuerung, ...) sind lohnendes Wissen. Der Kurs endet mit nützlichen Steuertipps und der Erörterung von persönlichen Fragen zum Thema.

● **Kurs 1606**

Klaus-Peter Schäfer, Beratungsstellenleiter Lohnsteuerhilfe HILO e. V.

Mo. 04.05.2026, 17:00 – 19:15 Uhr
Altes Rathaus, Raum 23
gebührenfrei

Vortrag● **Kurs 1606A**

Klaus-Peter Schäfer, Beratungsstellenleiter Lohnsteuerhilfe HILO e. V.

Mi. 02.09.2026, 17:00 – 19:15 Uhr
Altes Rathaus, Raum 23
gebührenfrei

Vortrag**Der Übergang in die gesetzliche Rente: Was ändert sich finanziell?**

Was ändert sich finanziell, wenn die Rente beginnt? Der Kurs gibt einen verständlichen Überblick über die Struktur der Alterssicherung in Deutschland und die wichtigsten Einflussfaktoren auf die Rentenhöhe. Sie erfahren, wie sich die eigene Rente einschätzen lässt und welche finanziellen Veränderungen im Ruhestand typisch sind. Ideal für alle, die sich erstmals mit dem Thema Rente befassen und ihre finanzielle Zukunft besser verstehen möchten.

Inhalte: Dreisäulenmodell der Altersvorsorge in Deutschland, Grundbegriffe gesetzliche Rente, Renteninformationen richtig lesen.

● **Kurs 1607**

Malte Scherpelz

Mo. 27.04.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Rathaus-Carré Seminarraum 9
gebührenfrei

Vortrag**Mein Geld im Ruhestand – gut vorbereitet in die neue Lebensphase**

In dieser Veranstaltung erfahren Sie, wie Sie Ihre finanzielle Situation beim Eintritt in den Ruhestand vorausschauend planen können: Welche Einnahmen stehen Ihnen zur Verfügung? Welche Ausgaben verändern sich und worauf sollten Sie achten, damit das Geld reicht? Wir prüfen gemeinsam typische Kostenfallen im Alter, erstellen anhand von Fallbeispielen eine einfache Haushaltsübersicht und zeigen Wege auf, wie Sie finanzielle Engpässe vermeiden. Der Kurs richtet sich an alle, die den Übergang in den Ruhestand aktiv gestalten wollen und ihre Finanzen im Griff behalten möchten. Inhalte: Reflexion des Ausgabeverhaltens nach dem

AKADEMIE FÜR ÄLTERE

Erwerbsleben (typische Veränderungen und Finanzierungsbedarf), Abgleich der geschätzten Ausgaben mit statistischen Vergleichsdaten (Fallbeispielen), Sensibilisierung für die Vorteile eines Haushaltsplans.

● Kurs 1608

Malte Scherpelz

Mo. 04.05.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Rathaus-Carré Seminarraum 9
gebührenfrei

Vortrag

Wenn die Rente knapp wird – Unterstützung bei finanziellen Engpässen im Alter

Was tun, wenn das Geld im Ruhestand knapp wird? In dieser Veranstaltung erfahren Sie, welche staatlichen Unterstützungsleistungen Ihnen zustehen, wie Sie Ihr Budget überprüfen und Ausgaben gezielt senken können. Außerdem erhalten Sie Informationen zur kostenlosen Schuldnerberatung und dazu, wie ein Leben mit Schulden trotzdem gelingen kann. Inhalte: Staatliche Hilfen und Zuschüsse, Budgetoptimierung und Kostenkontrolle, Umgang mit Schulden/Informationen zur Schuldnerberatung.

● Kurs 1609

Malte Scherpelz

Mo. 01.06.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Rathaus-Carré Seminarraum 9
gebührenfrei

Vortrag

Straftaten zum Nachteil von Senioren

Der Vortrag der Kriminalpolizeilichen Beratungsstelle beantwortet die Frage „Wie kann ich mich im Alter schützen?“. Enkeltrick, falsche Polizeibeamte, Gewinnversprechen, Trickdiebstahl an der Haustür, Geldwechseltrick oder auch KI (Künstliche Intelligenz) ... – die Phantasie

der Straftäter scheint nahezu unerschöpflich zu sein. Bei dem Vortrag werden diese und andere Methoden veranschaulicht. Ebenso geht es um die Minimierung des Risikos, selbst zum Opfer zu werden. Gerne kann auch die Thematik „Sicherheit im Straßenverkehr“ mit angesprochen werden.

● Kurs 1815

Patrick Ruback, Landespolizeipräsident

Mi. 10.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
gebührenfrei

Zeitgeschehen

Vormittagskurs

Gesprächskreis zum aktuellen Zeitgeschehen

Zeitgeist, Mode, Mainstream, Nachrichten, Fake News ... Eine Fülle von Informationen wirken auf unser Leben und beeinflussen es. Sich damit auseinanderzusetzen ist eine Herausforderung, der sich jede/jeder Einzelne gegenübersehen. Einen eigenen Standpunkt zu entwickeln, ihn im gemeinsamen Gespräch zu bestätigen oder auch zu verändern, ist ein stetiger Prozess, der erheitern, aber auch nachdenklich stimmen kann. Der erste Kurstermin dient als Vorbesprechung für Dozent und TeilnehmerInnen.

● Kurs 1610

Ulf Bächle

Di. 10:30 – 12:00 Uhr
ab 10.03.2026, 12 Termine
Altes Rathaus, Raum 6
gebührenfrei

Vormittagskurs

„Bildung“ – Alles, was Mann/Frau wissen muss!

Professor Dietrich Schwanitz, der „Chefkritiker der deutschen Hochschulpolitik“

Dozentinnen und Dozenten



ULF BÄCHLE

» Seit mehr als vierzig Jahren beschäftige ich mich mit kulturellen, literarischen und bildungspolitischen Themen. Dabei bereitet es mir immer wieder eine große Freude, mich auch unterschiedlichen Perspektiven vielfältiger Themenbereiche zu nähern. Als Organisator, Veranstalter und Dozent war und ist es mir immer ein Anliegen, mit Interessierten gemeinsam Zugänge zu Literatur und Kultur – zu alternativen Welten – zu finden. So ist für mich meine Lehr- und Dozententätigkeit mehr als nur die Weitergabe von Information und Wissen. Ich lade ein zu gemeinsamen Entdeckungsreisen in Kultur, Sport und Sprache. <<

trug „Alles, was man wissen muss“ mit Witz und Verstand in einem einzigen dicken Buch zusammen. Gehen Sie mit mir auf eine intellektuelle Vergnügungsreise, lassen Sie sich von mir – unterlegt mit anschaulichen Bildbeispielen – durch den Bildungsschmöker führen und erleben Sie, wie spannend und vergnüglich all das ist, was Mann/Frau wissen sollten. Im kommenden Semester geht es darum, welche Werke der europäischen Literatur Mann/Frau kennen sollte.

● **Kurs 1611**

*Dr. phil. Heribert J. Leonardy,
Kulturwissenschaftler*

Mo. 10:30 – 12:00 Uhr

ab 09.03.2026, 8 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 10
gebührenfrei

Philosophie

Nachmittagskurs

Unter Philosophinnen – Eine philosophische Reise mit und für Frauen

Denken Frauen anders? Das wollen wir herausfinden, indem wir Denkerinnen aufspüren, die in der fast ausschließlich von Männern beherrschten Geschäftswelt der Philosophie bestenfalls ein Schattendasein führen konnten. Ganz unter Frauen wollen wir uns im ungezwungenen Gespräch darüber austauschen, inwieweit eine Reise durch die Gedankenwelt von Frauen in der Philosophie auch eine Reise zu uns selbst und unseren Themen ist. Drehen wir den Spieß doch einmal herum und erlauben wir uns mit einem Augenzwinkern, Männer in den Schatten zu stellen.

● **Kurs 1614**

Gisela Platz

Mi. 17:00 – 18:30 Uhr

ab 18.03.2026, 8 Termine

Altes Rathaus, Raum 8 Literaturlounge
gebührenfrei

Vormittagskurs

Philosophischer Lesekreis

Für die Philosophie waren die Aufklärung und das 19. Jahrhundert große, begeisternde Zeiten. Wir wollen in unserem Lesekreis an ihrer Aufbruchsstimmung angesichts der neu entdeckten Möglichkeiten des menschlichen Geistes teilhaben. Grundlage des Lesekreises sind ausgewählte Texte aus dem Reclam-Band „Philosophisches Lesebuch“ (14085) aus den Bereichen „Philosophie der Aufklärung“ und „Philosophie im 19. Jahrhundert“. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

● **Kurs 1615**

*Ewald Speicher, M.A., Philosoph und
Informatiker*

Do. 10:00 – 11:30 Uhr

ab 12.03.2026, 10 Termine

Altes Rathaus, Raum 5
gebührenfrei

Persönliche Lebenswege

Nachmittagskurs

Mein Leben – meine Geschichte – Autobiografisches Schreiben

„Ich erinnere mich ...“ So könnte ein Text in diesem Kurs beginnen. Und dann fügen sich Ereignisse, Menschen, Orte oder Zeitgeschehen aus unserer Kindheit und Jugend ein. Dazu gibt es inspirierende Schreibübungen, die Arbeit mit biografischem Material wie z. B. Fotos oder Briefen und Tipps, wie die eigene Geschichte auch für andere LeserInnen interessant gestaltet werden kann. Gerne können die Texte auch mit der Gruppe als erstem Publikum geteilt werden. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Bitte Stift und Papier mitbringen.

● **Kurs 1616**

Stefanie Mohra

Do. 14:30 – 16:30 Uhr

ab 19.03.2026, 6 Termine

Altes Rathaus, Raum 6
gebührenfrei

Nachmittagskurs

Mein Lebenshaus hat viele Räume

Mein Lebenshaus hat viele Räume“, so lautet der Titel eines Buchs von Susanne Hofmeister (Kösel, 3. Auflage 2023). In dem Kurs wollen wir einen wohlwollenden Blick auf unsere bisherige Biografie werfen, schauen, was war, was uns beim Wachsen geholfen hat, aber auch mit welchen persönlichen Schicksalsschlägen wir uns vielleicht auseinandersetzen mussten. Viele von Ihnen gehören der sogenannten Boomer Generation an, über die derzeit gesellschaftlich und politisch viel diskutiert wird. Im Kurs wollen wir nicht über einen Kamm scheren. Vielmehr individuell und wertschätzend auf unsere Biografien schauen. Gemeinsames im gesellschaftli-

chen Kontext verstehen lernen, Individuelles begreifen, innere Ordnungen spüren, mögliche Gesetzmäßigkeiten erkennen, aus dem, was vergangen ist, Kraft und neue Entwicklungsimpulse für das Jetzt und das Morgen sammeln. In der Biografiearbeit können wir mit unterschiedlichen kreativen Methoden arbeiten, die Sie kennenlernen und anwenden können. Vorerfahrungen sind nicht nötig. Im Kurs wird das Verschwiegenheitsprinzip gelten, damit Sie sich mit Ihrer Offenheit in einem geschützten Rahmen fühlen können.

● Kurs 1663

Christiane Theis, Pädagogin

Do. 05.03.2026, 14:00 – 16:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 8 Literaturlounge
gebührenfrei

Literatur & Film

Wochenendkurs

Lesecafe am Samstag: Biografische und Autobiografische Literatur

Sie interessieren sich für die Lebenserfahrungen von anderen Menschen? Dabei geht es Ihnen nicht nur um Prominente, die sogenannte Autobiografien über sich veröffentlichen lassen, sondern auch um Frauen und Männer, die authentisch Themen aus ihrem eigenen Schicksal und Leben betrachten. Dies kann in verschiedenen literarischen Formaten geschehen, z. B. auch in autobiografisch geprägten Romanen. Wir werden zu jedem der fünf Termine ein ausgewähltes Buch gelesen haben und darüber sprechen, Passagen vorlesen und eventuell Bezüge zu unserem eigenen Leben herstellen. Am ersten Termin sprechen wir über: Eva Jantzen, Merith Niehuss, Das Klassenbuch, Geschichte einer Frauengeneration, Rowohlt 1994

● Kurs 1619

Stefanie Mohra

Sa. 14.03.2026, 11.04.2026, 09.05.2026
13.06.2026, 04.07.2026,
jeweils 11.00 – 13.00 Uhr
Rathaus-Carré, Seminarraum 3
gebührenfrei

Vormittagskurs

Literaturkreis

Literatur lesen geht weit über eine bloße Faktenvermittlung hinaus. Lesen vermittelt uns Entspannung und Erbauung. Lesen wird zum Erlebnis. Lesen erschließt und eröffnet uns neue, andere Welten. Der Literaturkreis ist ein Gesprächskreis, in dem wir unsere Leseerlebnisse kommunizieren und teilen können. Gerade diese Möglichkeit des Austausches eröffnet neue Perspektiven, die wir vielleicht alleine nicht erkennen würden. Hierzu bietet der Literaturkreis Gelegenheit. Literaturwünsche, die besprochen werden sollen, können gerne eingebracht werden. In der Vorbesprechung wird dann gemeinsam das Leseprogramm festgelegt.

● Kurs 1617

Ulf Bächle

Do. 10:45 – 12:15 Uhr

ab 12.03.2026, 7 Termine

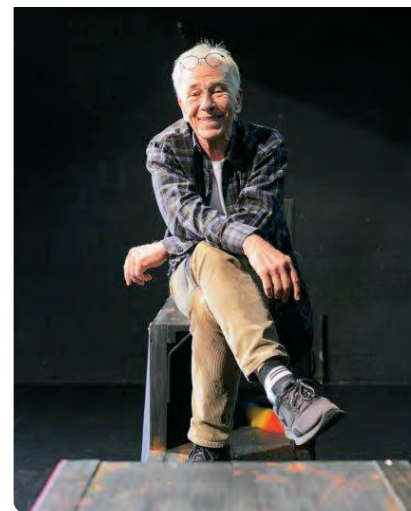
Altes Rathaus, Raum 6
gebührenfrei

Lesung

Johann Wolfgang von Goethe in Saarbrücken

Lesestunde mit Texten und Gedichten von Johann Wolfgang von Goethe anlässlich seines Aufenthaltes in Saarbrücken im Jahre 1770. Vom 22. Juni bis 06. Juli 1770 verweilte Johann Wolfgang von Goethe in Saarbrücken und schilderte vier Jahrzehnte später in seinem Opus „Dichtung und Wahrheit“ u. a. diesen erlebnisreichen Aufenthalt. Daran möchte die Lesestunde mit ausgewählten Texten erinnern. Dabei

Dozentinnen und Dozenten



BOB ZIEGENBALG

Dozent für Schauspiel und Theater

» Bob Ziegenbalg ist Schauspieler und Regisseur und war über viele Jahre Künstlerischer Leiter des überzwerg-Theaters am Saarbrücker Kästnerplatz. Unter seinem Einfluss entwickelte sich das 1978 gegründete überzwerg zum größten professionellen Kinder-, Jugend- und Familientheater im Saarland und in Rheinland-Pfalz. Seit über 40 Jahren steht Bob Ziegenbalg auf der Bühne, als Solist wie im Ensemble, und inszenierte in dieser Zeit parallel unzählige Schauspielproduktionen – für Kinder und ein erwachsenes Publikum. Außerdem ist er ein bundesweit gefragter Dozent für Schauspiel, Regie, Theaterpädagogik und „Darstellendes Spiel“. «

wird zur Sprache kommen, dass Goethe, wie kein zweiter Autor, Wissenschaft, Kunst, Kultur und Natur in einen Zusammenhang gestellt hat und ein äußerst wandlungsfähiger Künstler war.

● **Kurs 1618**

**Peter Michael Lupp, ehem. Kulturreferent
Regionalverband Saarbrücken**

Di. 17.03.2026, 17:00 – 18:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 8 Literaturlounge
EUR 5,00

Lesung

**Kunst und Natur – Lesestunde
mit Texten und Gedichten von
Rainer Maria Rilke**

Rainer Maria Rilke (1875–1926) gilt als einer der größten Dichter des 20. Jahrhunderts. Eine „Lesestunde“ in der Literaturlounge der VHS Saarbrücken widmet sich der Stellung des Dichters zur Kunst und Natur. Zur Sprache kommen Texte von Rainer Maria Rilke die sich mit der Annäherung an die Natur aus Sicht des Künstlers und der Künstlerin widmen. Künstlerin zu sein bedeutet bei Rilke sich vor allem auf die Suche zu begeben und wenn immer möglich dabei die Natur zu erfassen... „um sich selbst irgendwo in ihren Zusammenhang einzufügen“. In den drängenden Fragen wie wir Leben sinnvoll gestalten und unseren einzigartigen Lebensraum Erde zukunftsfähig bewahren können, bekomme die Gedanken des Dichters in der Gegenwart eine aktuelle Relevanz.

● **Kurs 1618A**

**Peter Michael Lupp, ehem. Kulturreferent
Regionalverband Saarbrücken**

Di. 10.03.2026, 17:00 – 18:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 8 Literaturlounge
EUR 5,00

**FilmReif – Kino für Menschen in den
besten Jahren**

FilmReif soll Menschen in den besten Jahren und denen, die sich – unabhängig vom Lebensalter – in den besten Jahren fühlen, schöne Filmerlebnisse vermitteln und die Möglichkeit bieten, soziale Kontakte zu erhalten, zu vertiefen und auch neu knüpfen zu können. Pro Monat werden zwei bis drei Filme im Filmhaus und ein Film im Kino 8 ½ zum Preis von 5,00 € angeboten. Vor der Filmvorführung werden Kaffee und Gebäck, manchmal auch Kuchen angeboten.

Ticketvorverkauf und Reservierungen:

Filmhaus
Mainzer Straße 8
66111 Saarbrücken
0681 905-4800
filmhaus@saarbruecken.de
www.filmhaus.saarbruecken.de
FilmReif ist eine Veranstaltungsreihe
des PARITÄTISCHEN Rheinland-Pfalz/
Saarland, dem Filmhaus
Saarbrücken und kino 8 1/2.

**Dozentinnen und
Dozenten**



DR. CHRISTEL WEINS
Logotherapeutin

» Ich liebe es in Harmonie zu leben und freue mich, wenn ich etwas Neues lernen kann. Durch ständiges Üben kann ich mich auch im Alter noch verbessern und das macht mir Mut. Diese Freude möchte ich gerne mit Ihnen teilen. «

Musik/Singen/Theater

Vormittagskurs

Singen kennt kein Alter

Bekannte Liederschätze – neue Melodien – Stimmbildung – Körperaktivität
Sie genießen das gemeinsame Singen in lockerer Atmosphäre? Dann sind Sie genau richtig. Das gemeinsame Singen entspannt den Körper, die ganzheitliche Körperaktivität sowie die Kommunikation untereinander werden gestärkt. Spielerische Stimmbildungsübungen tragen zur Erhaltung der Stimmgesundheit und zum Ausbau des Stimmklangs bei. Thematischer Schwerpunkt sind abwechslungsreiche Lieder, sowohl Altbekanntes, als auch Neues. Keine Voraussetzungen erforderlich, lediglich die Lust am Singen!

● Kurs 1620

Austeja Pezelyté

Di. 10:45 – 12:15 Uhr
ab 10.03.2026, 14 Termine
vhs-Zentrum, Saal 4 OG
gebührenfrei

Vormittagskurs

Singen kennt kein Alter – Stimmbildung

In diesem Kurs lernen Sie mithilfe von Stimmübungen und einer erfahrenen Gesangspädagogin Ihre Stimme gesund und kraftvoll zu nutzen. Sei es beim Sprechen oder Singen. Einsteiger willkommen!

● Kurs 1621

Austeja Pezelyté

Di. 10:00 – 10:45 Uhr
ab 10.03.2026, 14 Termine
vhs-Zentrum, Saal 4 OG
gebührenfrei

Nachmittagskurs

Die Herbstzeitlosen – Theater für Junggebliebene

Tauchen Sie in die Welt des Theaters ein. In einem geschützten Raum spielerisch gemeinsam an unterschiedlichen Rollen arbeiten. Spaß an der Darstellung entwickeln, Freude am Erkunden neuer Rollen, die man schon immer mal ausfüllen wollte. Was wir gemeinsam auf die Bühne bringen, entscheidet sich während des Kurses. Für dieses ambitionierte Projekt konnten wir den bekannten Schauspieler und Regisseur Bob Ziegenbalg gewinnen. Bob Ziegenbalg war langjähriger, künstlerischer Leiter des Kinder- und Jugendtheaters überzwerg. Unter seinem Einfluss entwickelte sich das 1978 gegründete überzwerg zum größten professionellen Kinder-, Jugend- und Familientheater im Saarland und in Rheinland-Pfalz.

● Kurs 1622

Bob Ziegenbalg

Di. 13:15 – 16:15 Uhr
ab 10.03.2026, 14 Termine
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss
EUR 60,00

In Kooperation mit dem Soziokulturellen Zentrum Saarbrücken Malstatt

BREITE63

Konzert

Die HerbstGoldenen: Memories & Evergreens

Wir feiern den Sommeranfang mit Memories und Evergreens. Schöne Erinnerungen beleben unser Gedächtnis und erwecken die Lebenslust und Lebensfreude. Neben stimmungsvollen Schlagern und zauberhaften Evergreens präsentieren die HerbstGoldenen einen Reigen bekannter Poesie, berührender Geschichten und

Dozentinnen und Dozenten



ARNE MENZEL

Diplom-Künstler, Maler und Bildhauer, Dozent für Grundlagen der Gestaltung und Freihandzeichnen an der HTW Saar/Schule für Architektur

» Jedes Kind hat den Drang zu malen. Mit den Jahren verliert sich das leider, aber die Anlage bleibt. Möchte man daran anknüpfen und die Malerei wieder beleben, muss man sich erst wieder an das Gestalten heranarbeiten. Regelmäßiges Üben und genaues Hinsehen sind der Schlüssel zum Erfolg! Der gemeinsame Austausch über das Geschaffene oder das Gesehene ist ein wesentlicher Aspekt, um effektiv und schnell zu lernen. Ganz wichtig ist es, die Freude an den gestalterischen Prozessen nicht zu verlieren. «

herzerfrischender Sketche. Lassen Sie sich verzaubern und erinnern Sie sich an die schönen Momente des Lebens. Die Herbst-Goldenen laden Sie dazu herzlich ein.

● **Kurs 1623**

**Doris Seiler, Mitglied „Die HerbstGoldenen“/
Vera Hewener, Gesamtleitung
„Die HerbstGoldenen“**

Fr. 12.06.2026, 15:00 – 18:00 Uhr
Soziokulturelles Zentrum Saarbrücken-Malstatt, Breite Straße 63
gebührenfrei
Platzreservierungen unter
Fon 0681 94757290, Fax 0681 59097898,
soziokulturelleszentrum@zbb-saar.de.

Vormittagskurs

Zurück zur Flöte

Haben Sie früher Sopran- oder Altblockflöte gespielt? Liegt Ihr Instrument noch im Schrank – und vielleicht auch ein wenig der Wunsch, es wieder einmal in die Hand zu nehmen? Dann ist jetzt die Gelegenheit! Wir laden Sie herzlich ein, ihre musikalischen Kenntnisse aufzufrischen und gemeinsam im Blockflöten-Ensemble zu spielen. Ganz gleich, wie lange es her ist – mit ein wenig Übung, Freude an der Musik und in guter Gemeinschaft finden viele schnell wieder hinein. Es geht nicht um Perfektion, sondern um gemeinsames Musizieren, Freude und neue Klänge. Ob leichte mehrstimmige Stücke, Kanons oder bekannte Melodien – wir gestalten das Repertoire nach den Möglichkeiten der Teilnehmenden.

● **Kurs 1624**

Dr. Christel Weins, Logotherapeutin

Fr. 11:00 – 12:30 Uhr
ab 20.03.2026, 8 Termine
Altes Rathaus, Raum 8 Literatlounge
gebührenfrei

Fotografie

Vormittagskurs

Fotografie.

Von der Bildidee zur Präsentation.

Dieser Kurs sich an Einsteiger und Fortgeschrittene, also an alle, die mehr wollen, als knipsen. Im Vordergrund steht die Arbeit an Projekten und der Austausch in der Gruppe. Die grundlegende Funktionsweise jeder Kamera kennenzulernen, wird uns helfen, mit diesem Werkzeug kreativ umzugehen. Licht und Schatten, Schärfe und Unschärfe, Farben und Grauwerte, Bildausschnitte und Perspektiven sind wesentliche Gestaltungsmittel der Fotografie, deren geschickten Einsatz wir üben wollen, um die gewünschte Bildaussage „auf den Punkt zu bringen“. Für fotografische Qualität gibt es – je nach Verwendung – unterschiedliche Maßstäbe. Wir werden uns darüber anhand von Werken prominenter FotografInnen austauschen. Heutzutage ist die Fotografie weitgehend digital. Deshalb wollen wir uns mit Computer und Bildbearbeitungssoftware vertraut machen, um die aufgenommenen Bilder unseren Vorstellungen entsprechend zu entwickeln. Zu gesondert bekannt gegebenen Terminen werden wir Fotoausstellungen besuchen.

● **Kurs 1625**

**Thomas Roessler, pädagogischer
Mitarbeiter**

Do. 10:30 – 12:00 Uhr
ab 12.03.2026, 14 Termine
Altes Rathaus, Raum 16
gebührenfrei

Kreativität

Nachmittagskurs

**Malen für AnfängerInnen
und Fortgeschrittene**

Sie lernen den Umgang mit Techniken wie Aquarell, Guache, Pastellkreide, Acryl. In jedem Semester gibt es neue thematische Schwerpunkte: Farbmischen mit den drei Grundfarben, Bildaufbau, Expression von Formen, Bildthemen. Alle Teilnehmenden werden zur individuellen Weiterentwicklung angeregt und gefördert.

● **Kurs 1626**

**Arne Menzel, Dipl. Künstler,
Meisterschüler von Prof. Winter,
Doz. an der HTW**
Mi. 14:00 – 16:15 Uhr
ab 11.03.2026, 14 Termine
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)
gebührenfrei

Nachmittagskurs

● **Kurs 1626A**

**Arne Menzel, Dipl. Künstler,
Meisterschüler von Prof. Winter,
Doz. an der HTW**
Do. 14:00 – 16:15 Uhr
ab 12.03.2026, 14 Termine
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)
gebührenfrei

Vormittagskurs

● **Kurs 1626B**

**Arne Menzel, Dipl. Künstler,
Meisterschüler von Prof. Winter,
Doz. an der HTW**
Do. 11:00 – 13:15 Uhr
ab 12.03.2026, 14 Termine
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)
gebührenfrei

Nachmittagskurs**Bildhauerisches Gestalten
in Speckstein oder Alabaster**

Die TeilnehmerInnen fertigen Skulpturen eigener Wahl in Speckstein oder Alabaster. Speckstein ist ein leicht zu bearbeitender Stein, der sich angenehm anfühlt und durch Vielfarbigkeit auszeichnet. Der Arbeitsprozess wird individuell betreut. Werkzeug- und Materialkosten fallen an.

● **Kurs 1627**

Barbara Hilgers, Dipl.-Bildhauerin

Termine werden zu Semesterbeginn bekannt gegeben.

Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)
gebührenfrei

Kunstgeschichte**Vormittagskurs****Architektur von der Quelle bis zur
Mündung: Saône und Rhône**

Flüsse bilden die Lebensadern von Ländern, sie können zugleich wichtige Handelsrouten sein. Die Baukunst, die an ihren Ufern entsteht, zeugt vom Austausch zwischen Menschen: Manchmal entstehen so zauberhafte Kunstlandschaften. Es geht diesmal los mit der Saône, entspringt sie doch in unserer Nähe, im Südwesten der Vogesen. Mit ihr gelangen wir über Chalon und Mâcon bis nach Lyon. Der Rhône folgen wir nun erst stromaufwärts bis zur Quelle im Goms. Danach wird die Reise immer nach Süden gehen, die Ziele heißen dann Avignon und schließlich Arles. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

● **Kurs 1630**

Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker

Mi. 10:45 – 12:15 Uhr

ab 18.03.2026, 14 Termine

Altes Rathaus, Raum 17
gebührenfrei

**Vortragsreihe:
Schlüsselwerke/Epochen**

Ein Werk aus Kunstgeschichte oder Archäologie dient als Türöffner, als Schlüssel zum Verständnis von Kunst und Kultur über Epochengrenzen hinweg. Von ihm aus können Fragestellungen oder Rückschlüsse auf andere Werke und Zusammenhänge, auch mit Bezug auf unsere Gegenwart, abgeleitet werden. Für TeilnehmerInnen der Akademie für Ältere sind diese Veranstaltungen gebührenfrei.

Nachmittagskurs**Der Pergamon-Altar**● **Kurs 1631A**

**Dr. Ulrike Bock, Archäologin
und Kunsthistorikerin**

Do. 19.03.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 2 OG
EUR 8,00

Nachmittagskurs**Der Palazzo Medici in Florenz**● **Kurs 1631B**

Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker

Do. 26.03.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 2 OG
EUR 8,00

Nachmittagskurs**Caravaggios Emmausmahl**● **Kurs 1631C**

Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker

Do. 23.04.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 2 OG
EUR 8,00

**Dozentinnen und
Dozenten****BEATRIX OMLOR**

Dozentin für Englisch

» Was zeichnet gelingenden Sprachunterricht aus? An erster Stelle sehe ich meine Aufgabe darin, die TeilnehmerInnen zu befähigen, sich mit Muttersprachlern, sei es im Urlaub oder im Beruf, unterhalten zu können. Um dieses Ziel zu erreichen, vermittele ich die dafür notwendigen Sprachregeln. Parallel dazu steht das Langzeitprojekt Sprachschatzerweiterung, denn je größer und facettenreicher der Wortschatz wird, desto präziser und differenzierter sind Gespräche und themenbezogene Diskussionen möglich. Nicht weniger wichtig ist mir eine entspannte und freundliche Lernatmosphäre. Die Kooperation steht im Mittelpunkt. Ergänzen sich die angesprochenen Elemente, wird der Besuch eines Sprachkurses eine Reise voller Freude und Anregungen sein. Ich freue mich darauf! «

Nachmittagskurs**Der Baldachin – Schlüsselwerk für einen modernen Gebrauchsgegenstand**● **Kurs 1631D****Dr. Ulrike Bock, Archäologin und Kunsthistorikerin**Do. 30.04.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 2 OG
EUR 8,00**Nachmittagskurs****Cézannes Bilder der Montagne Sainte-Victoire**● **Kurs 1631E****Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker**Do. 07.05.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 2 OG
EUR 8,00**Nachmittagskurs****Machhu Pichhu – Terrassen und Architektur ohne Mörtel**● **Kurs 1631F****Dr. Ulrike Bock, Archäologin und Kunsthistorikerin**Do. 21.05.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 2 OG
EUR 8,00**Vortragsreihe:****Das Material und die Kunst**

Diese Reihe nimmt die angewandte Kunst unter die Lupe, wo also Gebrauchs- und Schönheit vereint sind. Die Bandbreite der dazu verwendbaren Materialien ist enorm: Eine kleine Einführung in seine je besonderen Eigenschaften oder Bedingtheiten, auch in die zur Herstellung oder Bearbeitung notwendigen Werkzeuge, wird in jeder Sitzung stattfinden. Wir fragen danach, wie das Material die Form oder Komposition eines Werkes beeinflusst, wo die Gestaltung Rücksicht darauf nimmt, oder was Materialästhetik sein kann. Für TeilnehmerInnen der Akademie für Ältere sind diese Veranstaltungen gebührenfrei.

Nachmittagskurs**Chlorit und Speckstein**● **Kurs 1632A****Dr. Ulrike Bock, Archäologin und Kunsthistorikerin**Do. 11.06.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 2 OG
EUR 8,00**Nachmittagskurs****Intarsien**● **Kurs 1632B****Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker**Do. 18.06.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 2 OG
EUR 8,00**Nachmittagskurs****Wasser in der Antike**● **Kurs 1632C****Dr. Ulrike Bock, Archäologin und Kunsthistorikerin**Do. 25.06.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 2 OG
EUR 8,00**Nachmittagskurs****Ofenkacheln**● **Kurs 1632D****Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker**Do. 02.07.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 2 OG
EUR 8,00**Nachmittagskurs****Schilf, Stroh, Gras etc.**● **Kurs 1632E****Dr. Ulrike Bock, Archäologin und Kunsthistorikerin**Do. 09.07.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 2 OG
EUR 8,00**Nachmittagskurs****Bilderrahmen**● **Kurs 1632F****Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker**Do. 16.07.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 2 OG
EUR 8,00

SPRACHEN

Englisch

Vormittagskurs

Englisch für Anfänger – Niveau A1/A2

Der Kurs behandelt die Themen „Arbeit“ und „Familie“. Sie lernen, wie Verben in der 3. Person Singular Präsens in bejahten und verneinten Sätzen gebildet werden. Ein Text beschreibt das Leben der Yanomami in Brasilien und der Amish in den USA und ermöglicht spannende Einblicke in unterschiedliche Lebensweisen. Im Schreibeil erfahren Sie, wie sich durch die Verwendung von Pronomen Wiederholungen vermeiden lassen und ein natürlicher Schreibstil entsteht.

Lehrbücher:

Headway Elementary Student's Book (5th edition) ab Lektion 2

ISBN: 978-0-19-452423-0

Headway Elementary Workbook (5th edition)

ISBN: 978-0-19-452768-2

● **Kurs 1640**

Beatrix Omlor

Mo. 10:30 – 12:00 Uhr

ab 09.03.2026, 14 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 9

gebührenfrei

max. 12 TeilnehmerInnen

Vormittagskurs

English refresher course and easy conversation B1/B2

Unit 5 is entitled *Rights and Wrongs*.

You will explore what to do in different social situations and how to express yourself politely and correctly by deepening your knowledge of modal verbs. Through reading and discussing *The Jar of Pebbles*, you will discover how to find meaning and balance in

everyday life. Each lesson begins with a short review of previous topics, because repetition is the key to learning.

Books:

5th Edition Headway Intermediate

Student's Book

ISBN: 978-0-19-452915-0

5th Edition Headway Workbook with key

ISBN: 978-0-19-453968-5

● **Kurs 1641**

Beatrix Omlor

Mo. 09:00 – 10:30 Uhr

ab 09.03.2026, 14 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 9

gebührenfrei

Vormittagskurs

English course and conversation B2

You will read about the two women living in exotic places, which provides a perfect opportunity to revise the use of the Present Perfect and past tenses in meaningful contexts. Another article explores the environmental impact of single-use plastics, offering a basis for lively discussion and reflection. In the Writing Section, you will learn how to compose an effective letter of complaint, paying attention to tone, structure and appropriate expressions.

Books:

Headway Upper Intermediate Student's Book (from unit 2)

ISBN: 978-0-19-453969-2

Headway Upper Intermediate Workbook

ISBN: 978-0-19-454760-4

● **Kurs 1642**

Beatrix Omlor

Di. 10:45 – 12:15 Uhr

ab 10.03.2026, 14 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 9

gebührenfrei

Dozentinnen und Dozenten



CATHERINE SICURANI

Dozentin Französisch

» Was bewegt mich als sprachinteressierte Französin noch heute, nach langjähriger Tätigkeit in den Bereichen Zweisprachigkeit und grenzüberschreitende Projekte, gerade hier, im Saarland? Ganz einfach: das Bedürfnis, Ihnen in meiner Muttersprache Dialoge und Lektüren als Schlüssel zur französischen Welt anzubieten und Ihnen in meinen Kursen die Gelegenheit zu geben, Ihre Sprachkenntnisse aufzufrischen oder zu perfektionieren. Vielleicht werden wir auf diesem Wege auch gemeinsam lernen, einander aufmerksamer wahrzunehmen und besser zu verstehen. Das ist mein Ziel – mit Freude, immer wieder. «

Vormittagskurs**English course B1**

In unit 6, you will read about famous children who followed in their parents' footsteps, which provides a lively context for exploring the difference between the Simple Past and the Present Perfect. In the Writing Section, you will compose a short autobiography of Prince Wilhelm. Using helpful text-based prompts, you will learn how to link paragraphs effectively and develop a more coherent and natural writing style.

Books:

Headway Pre-Intermediate Student's Book
ISBN: 978-0-19-452769-9

Headway Pre-Intermediate Workbook
ISBN: 978-0-19-452914-3

● **Kurs 1643**

Beatrix Omlor

Mi. 09:00 – 10:30 Uhr
ab 11.03.2026, 14 Termine
Rathaus-Carré Seminarraum 9
gebührenfrei

Vormittagskurs**Englischkurs A2.2**

In Lektion 1 dreht sich alles um das Thema Arbeitsleben. Sie lernen, wann im Englischen das Simple Past und wann das Present Perfect verwendet wird. Während im Deutschen das Präteritum vor allem in der Schriftsprache und das Perfekt überwiegend in der gesprochenen Sprache vorkommt, gelten im Englischen klare Regeln für die Verwendung beider Zeitformen. Darüber hinaus werden bekannte Grammatikthemen wiederholt und gefestigt.

Lehrbuch:

Let's Enjoy English A2.2 – Hybrid Edition
ISBN: 978-3-12-501669-9

● **Kurs 1644**

Beatrix Omlor

Di. 09:00 – 10:30 Uhr
ab 10.03.2026, 14 Termine
Rathaus-Carré Seminarraum 9
gebührenfrei

Vormittagskurs**English Conversation**

Wir führen themenbezogene Gespräche und befassen uns mit mittelschweren Texten. Bei Bedarf wird die Grammatik aufgefrischt.

● **Kurs 1646**

Francesca Bertelli

Do. 09:00 – 10:30 Uhr
ab 12.03.2026, 14 Termine
Rathaus-Carré Seminarraum 9
gebührenfrei

Abendkurs**English Conversation 1 (Stufe B 2)**

Dieser Kurs richtet sich an TeilnehmerInnen, die auf fortgeschrittenem Niveau ihre Englischkenntnisse üben und vertiefen möchten. Bei Bedarf werden Redewendungen und Grammatik aufgefrischt.

● **Kurs 1647**

Riccardo Strozzi

Do. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 12.03.2026, 14 Termine
vhs-Zentrum, Saal 2 OG
gebührenfrei

Vormittagskurs**English Conversation 1 (Stufe B 2)**

Dieser Kurs richtet sich an TeilnehmerInnen, die auf fortgeschrittenem Niveau ihre Englischkenntnisse üben und vertiefen möchten. Wir arbeiten mit unterschiedlichem Material: aktuelle Ereignisse und Nachrichten, Themen von allgemeinem Interesse, Kurzgeschichten, usw. mit Schwerpunkt auf der Verbesserung des Wortschatzes und der Leichtigkeit der Kommunikation. Bei Bedarf werden Redewendungen und Grammatik aufgefrischt.

wendungen und Grammatik aufgefrischt.

● **Kurs 1648**

Francesca Bertelli

Do. 10:45 – 12:15 Uhr
ab 12.03.2026, 14 Termine
Rathaus-Carré Seminarraum 9
gebührenfrei

Französisch**Nachmittagskurs****On y va – Französisch für alltägliche Situationen A1.2**

In diesem Kurs vertiefen Sie Ihre ersten Französischkenntnisse. Wir üben einfache Gespräche für Alltag und Reisen, wiederholen wichtige Grammatik und erweitern den Wortschatz. Durch klare Erklärungen und Sprechübungen gewinnen Sie Sicherheit und Freude an der Sprache.

● **Kurs 1650**

Josette Oppermann-Poupon

Di. 15:30 – 17:00 Uhr
ab 10.03.2026, 14 Termine
Rathaus-Carré Seminarraum 10
gebührenfrei

Nachmittagskurs**Französisch Leichte Konversation A2/B1**

Le cours de conversation facile traite de thèmes sociaux, politiques, culturels. Les participants peuvent réanimer leurs connaissances en français. Si besoin est, la grammaire sera expliquée.

● **Kurs 1651**

Josette Oppermann-Poupon

Mo. 15:40 – 17:10 Uhr
ab 09.03.2026, 14 Termine
Rathaus-Carré Seminarraum 9
gebührenfrei

Nachmittagskurs**Französisch Konversation B1/B2**

Konversation, Informationen zu Land und Leuten, Texte aus den Medien, Übungen zum Wortschatz, Grammatik nach Bedarf.

● **Kurs 1652**

Catherine Sicurani

Mo. 14:00 – 15:30 Uhr

ab 09.03.2026, 14 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 9

gebührenfrei

Nachmittagskurs**Französisch Konversation B1**

Konversation, Informationen zu Land und Leuten, Texte aus den Medien, Übungen zum Wortschatz, Grammatik nach Bedarf.

● **Kurs 1653**

Catherine Sicurani

Di. 15:40 – 17:10 Uhr

ab 10.03.2026, 14 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 9

gebührenfrei

Italienisch**Nachmittagskurs****Italienisch für Anfänger (Niveau A1)**

In diesem Kurs dreht sich alles um Themen, die für einen Italienurlaub nützlich sind. Am Ende des Kurses können Sie eine E-Mail zur Reservierung einer Ferienunterkunft verfassen und im Hotel eine Reklamation melden. Um über vergangene Erlebnisse sprechen zu können, lernen Sie die Bildung des Passato Prossimo. Im Schreibteil schreiben Sie eine Postkarte in italienischer Sprache nieder und trainieren mit passenden Rollenspielen Ihre mündliche Ausdrucksfähigkeit in typischen Urlaubssituationen.

Lehrbuch:

Con piacere nuovo A1, ab Lektion 5

ISBN: 978-3-12-502202-7

● **Kurs 1655**

Beatrix Omlor

Fr. 09:00 – 10:30 Uhr

ab 13.03.2026, 14 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 9

gebührenfrei

Nachmittagskurs**Italienisch A2/B1**

Vertiefung der Grundkenntnisse mit Fokus auf Alltagssituationen. Training von Sprechen, Hören, Lesen und Schreiben in kommunikativen Unterrichtseinheiten zur sicheren Anwendung der Sprache.

● **Kurs 1656**

Riccardo Strozzi

Fr. 17:30 – 19:00 Uhr

ab 13.03.2026, 14 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 9

gebührenfrei

Spanisch**Vormittagskurs****Spanisch für Anfänger (Niveau A1)**

Die Lektion „Ciudades y pueblos“ widmet sich dem Thema Städte und Dörfer. Am Ende des Kurses können Sie einen Ort beschreiben, nach dem Weg fragen oder sich erkundigen, wo sich etwas befindet. Grammatikalisch lernen Sie die Bildung und Angleichung der Adjektive sowie die Konjugation der Verben „estar“ und „ir“. In praxisnahen Dialogübungen beschreiben Sie einem Kursteilnehmer den Weg zu einem Ziel. Nachdem der Zahlenraum erweitert wurde, sind Sie außerdem in der Lage, Entfernungen zu verstehen und gezielt nachzufragen.

Lehrbuch:

Camino hoy, Kurs- und Übungsbuch

ISBN: 978-3-12-515871-9

● **Kurs 1657**

Beatrix Omlor

Fr. 10:30 – 12:00 Uhr

ab 13.03.2026, 14 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 9

gebührenfrei

GESUNDHEIT UND BEWEGUNG

In Kooperation mit dem Gesundheitsamt und dem Klimaschutzmanagement des Regionalverbandes Saarbrücken

Vortragsreihe „Klimawandel und Gesundheit – Wie schütze ich mich und andere?“

Die Veranstaltungsreihe „Klimawandel und Gesundheit – Wie schütze ich mich und andere?“ beleuchtet, wie sich der Klimawandel auf unseren gewohnten Alltag und insbesondere auf unsere Gesundheit auswirkt. In drei Terminen stehen die Themen Hitze, UV-Strahlung sowie Allergien, Zecken und Mücken im Fokus. Dabei wird auf unterschiedliche Bedarfe von jung bis alt eingegangen und Tipps vermittelt, was wir selbst für uns wie auch für unsere Angehörigen aktiv tun können, um gesund zu bleiben. Neben informativen Vorträgen bleibt Zeit für Austausch und Fragen.

Vortrag**Hitze und Gesundheit – Wie komme ich gut durch Hitzewellen?**● **Kurs 2712**

Dr. Christina Schumacher/Lisa Wagner, Gesundheitsamt/Stephan Zander, Klimamanager Regionalverband

Mi. 10.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 3 OG

gebührenfrei

Vortrag**UV-Strahlung – Sommer, Sonne, Hautkrebsprävention**● **Kurs 2713**

Dr. Christina Schumacher/Lisa Wagner, Gesundheitsamt/Stephan Zander, Klimamanager Regionalverband

Mi. 01.07.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 23
gebührenfrei

Vortrag**Volkskrankheit Allergie und die kleinen großen Gefahren in der Natur: Zecken und Mücken**● **Kurs 2714**

Dr. Christina Schumacher/Dr. Sebastian Symank/Lisa Wagner, Gesundheitsamt/Stephan Zander, Klimamanager Regionalverband

Mi. 12.08.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
gebührenfrei

**Medizin im Dialog:
Expertise vom Winterberg**

In Kooperation mit dem Klinikum Saarbrücken und der Stadtbibliothek Saarbrücken

Vortrag**Gut aufgehoben im Darmkrebszentrum**

Jedes Jahr erkranken in Deutschland über 55.000 Menschen an Darmkrebs. Eine Erkrankung, die häufiger Männer betrifft. Für eine erfolgreiche Behandlung sind gut vernetzte Strukturen und individuell abgestimmte Therapien entscheidend, wie sie nur in einem sogenannten Darmkrebszentrum angeboten werden. In diesem Vortrag informieren Onkologe und Sektionsleiter Gregg Frost, Dr. Klaus Radecke,

Chefarzt der Klinik für Gastroenterologie, Hepatologie & interventionelle Endoskopie, und Dr. Gregor A. Stavrou, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie sowie Leiter des zertifizierten Darmkrebszentrums, über aktuelle Möglichkeiten der Diagnostik und der multimodalen Therapie. Die drei Fachärzte, die zum interdisziplinären Team des Darmkrebszentrums im Klinikum Saarbrücken gehören, erläutern, warum eine enge Vernetzung und abteilungsübergreifende Zusammenarbeit während der Darmkrebsbehandlung wichtig sind und wann man von einem optimalen Therapiepfad spricht.

● **Kurs 2720**

Gregg Frost, Onkologe und Sektionsleiter/Dr. Klaus Radecke, Chefarzt der Klinik für Gastroenterologie, Hepatologie & interventionelle Endoskopie/Dr. Dr. habil. Gregor A. Stavrou, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie
Do. 12.03.2026, 18:00 – 20:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 3 OG
gebührenfrei

Vortrag**Parkinson verstehen**

Bewegung ist Leben. Doch bei Morbus Parkinson wird genau diese Beweglichkeit zunehmend eingeschränkt. Was einst selbstverständlich war, wie ein sicherer Schritt oder ein ruhiger Griff, wird zur Herausforderung. Umso wichtiger sind Verständnis, frühzeitige Diagnose und moderne Therapieansätze, damit Bewegung wieder möglich wird und Lebensfreude erhalten bleibt.

Prof. Dr. Andreas Binder, Chefarzt der Klinik für Neurologie mit zertifizierter überregionaler Stroke Unit im Klinikum Saarbrücken, gibt sein Wissen über das Krankheitsbild Parkinson weiter. Der erfahrene Neurologe erklärt neben den

Ursachen und den typischen klinischen Symptomen ebenfalls die modernen diagnostischen Möglichkeiten sowie die aktuellen Therapieansätze dieser komplexen neurodegenerativen Erkrankung.

● **Kurs 2722**

Prof. Dr. Andreas Binder, Chefarzt der Klinik für Neurologie

Mi. 15.04.2026, 18:00 – 20:00 Uhr
Stadtbibliothek Saarbrücken
Gustav-Regler-Platz 1, 66111 Saarbrücken
gebührenfrei

Vortrag**Longevity: Lifestyle oder gesundes Altern mit Lebensqualität?**

Der Begriff „Longevity“ steht für mehr als nur ein langes Leben. Es beschreibt das Streben nach einem gesunden, vitalen und selbstbestimmten Altern. Prof. Dr. Florian Custodis, Chefarzt der Klinik für Kardiologie im Klinikum Saarbrücken, erklärt was sich hinter dem Begriff verbirgt. Der Kardiologe erläutert, welchen Einfluss eine gezielte Verlangsamung des Alterungsprozesses haben kann und wie sich Gesundheit, Vitalität und Lebensfreude bis ins hohe Alter erhalten lassen.

● **Kurs 2723**

Prof. Dr. Florian Custodis, Chefarzt der Klinik für Kardiologie

Do. 07.05.2026, 18:00 – 20:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 3 OG
gebührenfrei

Vortrag**Zufallsbefund erhöhter Leberwert – was ist zu tun?**

Die Leber ist ein wahres Multitalent, wird aber dennoch oft unterschätzt. Sie entgiftet den Körper, steuert den Stoffwechsel, produziert täglich rund einen Liter Gallensaft für die Verdauung, bildet Immunzellen für die Abwehr und stellt wichtige

AKADEMIE FÜR ÄLTERE

Proteine für die Blutgerinnung her. Ein besonderes Merkmal ist ihre Fähigkeit zur Regeneration, durch die sie sich selbst heilen kann.

Doch auch dieser „Alleskönner“ kann still erkranken, ohne dass Betroffene sofort Symptome bemerken. Erhöhte Leberwerte sind häufig ein Zufallsbefund, der unbedingt ernst genommen werden sollte. Eine frühzeitige Abklärung ist entscheidend, um schwerwiegende Erkrankungen zu verhindern und die Gesundheit der Leber langfristig zu schützen. Dr. Klaus Radecke, Chefarzt der Klinik für Gastroenterologie, Hepatologie & interventionelle Endoskopie, informiert über die Bedeutung erhöhter Leberwerte, mögliche Ursachen und warum eine rechtzeitige Diagnose so wichtig ist.

● Kurs 2724

Dr. Klaus Radecke, Chefarzt der Klinik für Gastroenterologie, Hepatologie & interventionelle Endoskopie

Mi. 10.06.2026, 18:00 – 20:00 Uhr
Stadtbibliothek Saarbrücken
Gustav-Regler-Platz 1, 66111 Saarbrücken
gebührenfrei

Ganzheitliches Lernen

Vormittagskurs

Lernen mit allen Sinnen

Aufweckübungen – Gedächtnistraining – Körperwahrnehmung – Entspannungs- und Fantasiereisen

Mit einem abwechslungsreichen Übungsangebot trainieren Sie spielerisch Leistungsfähigkeit, fördern Kreativität und erfahren Entspannungsübungen für Körper, Geist und Seele. Ein ganzheitliches Programm zur Stärkung und zur Steigerung der Lebensfreude.

Ohne große Anstrengung gelingen die Übungen und sind leicht durchzuführen.

● Kurs 1661

Ingrid Niegel, Musiktherapeutin FH, staatl. gepr. Gesangspädagogin

Mi. 11:00 – 12:15 Uhr
ab 11.03.2026, 12 Termine
vhs-Zentrum, Saal 02 EG
gebührenfrei

Nachmittagskurs

● Kurs 1661A

Ingrid Niegel, Musiktherapeutin FH, staatl. gepr. Gesangspädagogin

Di. 14:00 – 15:30 Uhr
ab 10.03.2026, 12 Termine
Rathaus-Carré Seminarraum 9
gebührenfrei

Tai Chi und Qi Gong

Nachmittagskurs

Qi Gong

Die aus China stammende heilgymnastische Bewegungsform bringt die Lebensenergie zum Fließen. Der Übende findet seine Mitte wieder und hält sich gesund. Qi Gong kann in jedem Alter gelernt und geübt werden.

● Kurs 1665

Elsbeth Bach, liz. ÜBL Entspannung und Qi Gong

Mi. 14:30 – 16:00 Uhr
ab 11.03.2026, 10 Termine
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
gebührenfrei

Vormittagskurs

Qi Gong und Tai Chi

Die aus China stammenden Gesundheitsübungen sind bereits mehrere Tausend Jahre alt. Wir lernen, den Körper aus seiner Mitte heraus in seiner Ganzheit zu bewegen. Dies mobilisiert die Gelenke, fördert die Beweglichkeit, und wir finden zu mehr Gelassenheit. Die langsamen,

Dozentinnen und Dozenten



RAINER HARTKORN
Pilates Master Instructor

» Geboren 1957 in Saarbrücken, war ich 45 Jahre in Berlin tätig und habe dort zahlreiche Qualifikationen in Bewegung und Gesundheit erworben – u.a. True Pilates (New York), Trainer A/B, Rückenschule, Seniorensport, PMR und FaszialX. Nach zehn Jahren mit eigenem Pilates-Studio bin ich seit 2023 zurück im Saarland und unterrichte an der Uni des Saarlandes sowie an der vhs. «

weichen Bewegungen können in jedem Alter ausgeführt werden und tragen zur Stärkung der Selbstheilungskräfte bei. Wir lernen auch eine kleine Tai-Chi-Form.

● **Kurs 1666**

Margareta Mathieu, Tai-Chi-Lehrerin

Di. 09:15 – 10:45 Uhr
ab 10.03.2026, 14 Termine
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
gebührenfrei

Feldenkrais

Nachmittagskurs

Feldenkrais

Die ganzheitliche Bewegungslehre nach Dr. Moshe Feldenkrais (1904 –1984) ist hilfreich bei Stress, Haltungproblemen, Bewegungseinschränkungen und Schmerzen, aber auch interessant für Bereiche, wo es um Eleganz und Effizienz von Bewegungen geht (z. B. Sportler, Tänzer u.ä.). Durch leichte und angenehme Bewegungsabläufe (überwiegend im Liegen) wird die Bewusstheit für sämtliche Körperpartien und deren Zusammenspiel verfeinert. Es sind keine besonderen Vorkenntnisse oder Fertigkeiten erforderlich. *Bitte mitbringen: bequeme und warme Kleidung, warme Socken.*

● **Kurs 1670**

Sabine Merz, Ärztin, Feldenkraislehrerin

Mo. 14:00 – 15:30 Uhr
ab 09.03.2026, 14 Termine
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
gebührenfrei

Nachmittagskurs

● **Kurs 1670A**

Sabine Merz, Ärztin, Feldenkraislehrerin

Di. 14:00 – 15:30 Uhr
ab 10.03.2026, 14 Termine
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
gebührenfrei

Yoga und Pilates

Nachmittagskurs

Yoga – für sich selbst und die eigene Gesundheit aktiv sein (für NeueinsteigerInnen und Geübte)

Yoga ist mehr Lebensphilosophie als Sport. Von den positiven Wirkungen kann man in jedem Alter profitieren. Gerade wer gestresst und kraftlos ist, fühlt sich nach einer Yogastunde entspannter und energiegeladener. Die körperlichen Übungen (Asanas) können helfen, Stresshormone abzubauen und den Körper wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Meditation hilft, den Geist zur Ruhe zu bringen, Atemübungen unterstützen die Konzentrationsfähigkeit. Die 20-minütige Endentspannung lässt Körper, Seele und Geist regenerieren.

● **Kurs 1671**

Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY, zert. Fünf-Tibeter-Trainer, zert. Tangolehrer

Mi. 13:45 – 15:15 Uhr
ab 11.03.2026, 12 Termine
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
gebührenfrei

Nachmittagskurs

● **Kurs 1671A**

Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY, zert. Fünf-Tibeter-Trainer, zert. Tangolehrer

Do. 14:00 – 15:30 Uhr
ab 12.03.2026, 12 Termine
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
gebührenfrei

Nachmittagskurs

Pilates

Pilates versucht den Muskelapparat auszubalancieren. Die tief liegende und quer verlaufende Muskulatur wird aufgebaut und stabilisiert, um den Körper zu

stützen. Pilates ist gelenkschonend und kann deshalb von Jung und Alt ausgeführt werden.

● **Kurs 1672**

Heidrun Becker, Dipl.-Sportlehrerin

Mo. 14:30 – 16:00 Uhr
ab 09.03.2026, 10 Termine
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
gebührenfrei

Vormittagskurs

SeniorInnen-Pilates – Sanftes Training für Kraft, Haltung und Wohlbefinden

Pilates ist ein ganzheitliches Körpertraining, das besonders die tiefe Kernmuskulatur, – das sogenannte Powerhouse, stärkt. Durch ruhige, kontrollierte Bewegungen verbessert sich die Haltung, die Beweglichkeit wird gefördert und häufig können Rückenschmerzen spürbar reduziert werden.

In diesem speziell seniorengerechten Kurs arbeiten wir in einem angepassten Tempo, mit klaren Anleitungen und vielen Varianten, damit jede Übung für alle Altersstufen gut machbar ist. Vorkenntnisse sind nicht nötig, und es gibt keine Altersbeschränkung. Jede*r ist willkommen, der sanft etwas für seine Gesundheit tun möchte.

● **Kurs 1677**

Rainer Hartkorn, Pilates Master Instructor

Do. 10:00 – 11:00 Uhr
ab 19.03.2026, 6 Termine
Raum für gesunde Balance, Stengelstraße
gebührenfrei

Fitness

Vormittagskurs

Fit 65+

Wir kräftigen die Bauch- und Rückenmuskulatur (Rückenkraft), mobilisieren und dehnen die Gelenke und Muskeln (Regeneration). Damit fördern wir einen gesunden Rücken, beugen Rückenbeschwerden vor und lernen, wie man sich im Alltag rückengerecht bewegt. Dazu gehören Übungen zur Körperwahrnehmung, Haltungs- und Bewegungsschulung und das Erlernen von Entspannungsmethoden zur Stressbewältigung. Auch dadurch vermindert sich das Risiko für Rückenschmerzen und wir stärken gleichzeitig die körperlichen und geistigen Gesundheitsressourcen.

● Kurs 1675

Rainer Hartkorn,
Pilates Master Instructor
Mo. 10:00 – 11:00 Uhr
ab 16.03.2026, 12 Termine
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
gebührenfrei

Vormittagskurs

● Kurs 1675A

Rainer Hartkorn,
Pilates Master Instructor
Mo. 11:15 – 12:15 Uhr
ab 16.03.2026, 12 Termine
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
gebührenfrei

Vormittagskurs

Stretch & Relax

In diesem Kombinationskurs dehnen wir im ersten Teil sanft alle Muskeln, Sehnen und Bänder und mobilisieren alle Gelenke. Dieser Teil enthält auch Elemente aus faszialXtraining®, Yoga und Übungen aus der Physiotherapie.

Im zweiten Teil entspannen wir mit der Technik der Progressiven Muskelentspannung (auch PMR genannt), oder einem Bodyscan nach Kabat-Zinn.

● Kurs 1676

Rainer Hartkorn,
Pilates Master Instructor
Mi. 09:45 – 11:00 Uhr
ab 18.03.2026, 12 Termine
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
gebührenfrei

Wassergymnastik

Nachmittagskurs

AquaFit

Ein sanftes und abwechslungsreiches Training zur Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems und zur Verbesserung der Kondition, der Koordination und der Beweglichkeit. Die Muskulatur kann aufgebaut und der Gleichgewichtssinn verbessert werden. Das Wasser bietet eine Gelenkentlastung und gleichzeitig einen größeren Widerstand bei den Trainingseinheiten. Das Training findet im Flachwasser statt, die Übungen werden mit Kleingeräten durchgeführt.

● Kurs 2842

Udo Freidinger, Übungsleiter B-Fitness
Mo. 17:30 – 18:15 Uhr
ab 09.03.2026, 10 Termine
Schwimmbecken Grundschule Gersweiler (Aschbachschule), Aschbachstr. 38,
66128 Saarbrücken
EUR 49,00

Nachmittagskurs

● Kurs 2843

Udo Freidinger, Übungsleiter B-Fitness
Mo. 18:30 – 19:15 Uhr
ab 09.03.2026, 10 Termine
Schwimmbecken Grundschule Gersweiler (Aschbachschule), Aschbachstr. 38,
66128 Saarbrücken
EUR 49,00

Nordic Walking

Nachmittagskurs

Nordic Walking

Nordic Walking ist eine Einstiegssportart für alle Altersgruppen. Hierbei wird die Technik den TeilnehmerInnen vermittelt und eine Steigerung der Kondition angestrebt. Nordic Walking ist ein sportliches, dynamisches Gehen mit speziellen Stöcken, abgestimmt auf den eigenen Leistungsstand. Sowohl für untrainierte Menschen, als auch für Sportler, die ihre Fitness verbessern wollen, ist diese Sportart hervorragend geeignet. Bei richtiger Ausführung ist es ein effektives Ganzkörpertraining. Dies ergibt sich dadurch, dass über 85 % aller Muskeln hierbei beansprucht und damit trainiert werden. Bei Bedarf kann auch eine Videoanalyse durchgeführt werden. Hinweis: Wenn alle TeilnehmerInnen damit einverstanden sind, kann der Kurs auch in den Ferien durchgeführt werden!

● Kurs 1679

Udo Freidinger, Übungsleiter B-Fitness
Mi. 14:00 – 15:00 Uhr
ab 11.03.2026, 10 Termine
Parkplatz gegenüber der Auffahrt
Schwarzenbergbad, Am Kieselhumes
gebührenfrei

Wanderungen und Exkursionen

Vormittagskurs

Stadt – Land – Fluss! Sommer in der Grenzregion

Draußen sein, mit anderen die Natur erkunden, Neues entdecken, dem eigenen Tempo folgen, auf dem Weg sein und auch das ein oder andere – kulturell interessante oder kulinarisch verführerische – Ziel anstreben. Der Kurs ist gedacht für alle Menschen, die gerne in der Natur sind und den großen Wanderetappen von früher mehr Achtsamkeit, Zeit und Pausen beim Wandern gegenüberstellen. In diesem Semester wollen wir uns während der Sommerferien und darüber hinaus zu Halb- und Ganztagestouren in die Grenzregion aufmachen. Zwischen zwei und drei Gehstunden, bei den Ganztagestouren dürfen es auch vier sein (max. 8 – 12 Km) wollen wir unterwegs sein, dazwischen Pausen einlegen, mal zum Picknick, mal zur Besichtigung, auch zum Sehen, Hören, Riechen, Schmecken oder Fühlen. Am Fluss entlang oder im ländlichen Ambiente, auch Wanderungen verbunden mit einer Stadt- oder Ortsbesichtigung stehen auf dem Programm. Zum Ausgangspunkt geht es gemeinsam mit den Öffentlichen oder in Fahrgemeinschaften. Wir erkunden die Natur und Wanderwege rund um Saarbrücken, im Saarland und im benachbarten Lothringen. Festes Schuhwerk, Trinkflasche, Picknick, Regen- und Sonnenschutz sind immer mit dabei.

● Kurs 1680

Christiane Theis, Pädagogin

Do. 23.07.2026, 12:00 – 16:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 8 Literaturlounge
EUR 10,00 (Für Mitglieder der Akademie für Ältere gebührenfrei.)

Vormittagskurs

● Kurs 1680A

Christiane Theis, Pädagogin

Do. 30.07.2026, 10:00 – 14:30 Uhr

Treffpunkt: wird noch bekannt gegeben.

EUR 10,00 (Für Mitglieder der Akademie für Ältere gebührenfrei.)

Vormittagskurs

● Kurs 1680B

Christiane Theis, Pädagogin

Do. 06.08.2026, 10:00 – 19:00 Uhr

Treffpunkt: wird noch bekannt gegeben.

EUR 10,00 (Für Mitglieder der Akademie für Ältere gebührenfrei.)

Vormittagskurs

● Kurs 1680C

Christiane Theis, Pädagogin

Do. 13.08.2026, 10:00 – 14:30 Uhr

Treffpunkt: wird noch bekannt gegeben.

EUR 10,00 (Für Mitglieder der Akademie für Ältere gebührenfrei.)

Vormittagskurs

● Kurs 1680D

Christiane Theis, Pädagogin

Do. 20.08.2026, 10:00 – 19:00 Uhr

Treffpunkt: wird noch bekannt gegeben.

EUR 10,00 (Für Mitglieder der Akademie für Ältere gebührenfrei.)

Tagesfahrt

Von Raubrittern und Essiggeistern – Von der Burg Berwartstein zum Doktorenhof

Hans Trapp – einst war er Heerführer der Kurpfälzischen Streitkräfte. 1480 übergab Kurfürst Philipp, der Aufrichtige, die Burg Berwartstein seinem Marschall Hans von Trotha, auch „Hans Trapp“ genannt. Dessen Raubzüge und Untaten sind ebenso legendär wie die Burg selbst, die bis auf den heutigen Tag perfekt erhalten ist. In einer Führung sehen wir Schlafgemächer, Folterkammer und einen speziellen „Aufzug“ für die edlen Damen. Im historischen Rittersaal aus dem 13. Jahrhundert werden wir anschließend Pfälzer Spezialitäten, Flammkuchen oder Kaffee und Kuchen genießen. Danach geht die Fahrt weiter zum Wein-essigut Doktorenhof in Venningen. Im Kerzen beleuchteten Essigkeller erfahren wir Interessantes, Mystisches und Wissenswertes über diese einzigartige Kunst der Essigherstellung. Essig nur für den Salat? Weit gefehlt! Haben Sie schon einmal Essigpralinen gegessen?
Anmeldung bis 01.04.2026 ist unbedingt erforderlich!

● Kurs 1685

*Stephanie Ludwig, M.A.,
Literaturwissenschaftlerin*

Do. 23.04.2026, 09:00 – 18:00 Uhr

Abfahrt: Schlossmauer SB,

Franz Josef Röder Str.

EUR 50,00

Die Kursgebühr beinhaltet die Busfahrt sowie Eintritt und Führungen auf Burg Berwartstein und beim Doktorenhof. Das gemeinsame Mittagessen/Kaffee und Kuchen im historischen Rittersaal ist freiwillig und nicht in der Kursgebühr enthalten.

Tagesfahrt**Salinen, Sagen und Saumagen – eine Exkursion in die Vorderpfalz**

Die Fahrt beginnt mit dem Besuch der Salinen in Bad Dürkheim, wo wir die gesunde, salzhaltige Luft bei einem Spaziergang durch die Salinenanlage atmen und unseren Bronchien etwas Gutes tun können. Danach geht es weiter nach Wachenheim. Wer hat noch nicht vom berühmten Saumagen gehört, mit dem Helmut Kohl seinerzeit alle seine Staatsgäste beglückte? Wir fahren zu der Metzgerei, in der diese original Pfälzer Spezialität hergestellt wird und haben Gelegenheit, sie im dazugehörigen Restaurant neben anderen pfälzischen Gerichten selbst zu probieren. Zum Schluss führt uns die Reise nach Neustadt an der Weinstraße zum berühmten Elwetridschebrunnen von Gernot Rumpf. Elwetridsche? So viel sei verraten: Die scheuen Wesen wohnen im Wald und fürchten sich vor Gewitter ...

Anmeldung bis 01.05.2026 ist unbedingt erforderlich!

● **Kurs 1686**

Stephanie Ludwig, M.A.,
Literaturwissenschaftlerin

Do. 21.05.2026, 09:00 – 18:00 Uhr
Treffpunkt: Schlossmauer SB,
Franz Josef Röder Str.
EUR 30,00

Die Kursgebühr beinhaltet die Busfahrt sowie den Eintrittspreis bei den Salinen in Bad Dürkheim. Das gemeinsame Mittagessen im Restaurant Hambel ist freiwillig und nicht in der Kursgebühr enthalten.

EDV und Kommunikationstechnik**Vormittagskurs****Smartphone für SeniorInnen: Ihr Handy verstehen und beherrschen**

Vielleicht haben Sie von Ihren Kindern oder Enkeln ein Smartphone geschenkt bekommen und sind unsicher in der Nutzung. Oftmals müssen Sie sich von Ihren Angehörigen erklären lassen, wie alles funktioniert. Für diejenigen, die bereits seit Jahren ein Smartphone besitzen, kann es schwierig sein, sich in die Lage von Anfängern zu versetzen. Unser Kurs bietet Unterstützung, um Ihr Smartphone besser zu verstehen und effektiver zu nutzen. Wir zeigen Ihnen, wie Sie Ihr Smartphone einrichten, Geräte sicher konfigurieren, Funktionen und hilfreiche Apps nutzen. Sie erhalten auch Informationen zur installierten Software und lernen, Updates durchzuführen. Bringen Sie Ihr eigenes Smartphone mit, und wir helfen Ihnen, das Gelernte direkt in der Praxis anzuwenden. Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte. Voraussetzungen: Eigenes iPhone oder Android-Smartphone (Akku aufgeladen!)

● **Kurs 1690**

Torsten Meyer

Mo. 11.05.2026, 09:00 – 12:00 Uhr
Di. 12.05.2026, 09:00 – 12:00 Uhr
Rathaus-Carré PC-Saal 2
gebührenfrei

Dozentinnen und Dozenten**TORSTEN MEYER**

**Techn. Ingenieur, Ausbilder,
Berufspädagoge**

» Seit über 20 Jahren bin ich in der Erwachsenenbildung tätig. Von meiner Erfahrung profitieren meine Teilnehmenden in den verschiedenen IT-Kursen an mehreren Standorten. Als Dozent in den Bereichen Elektronik und IT ist es mein Antrieb, den Teilnehmenden ein breites Wissen zu vermitteln. Jedes IT-Problem ist so vielfältig wie die Teilnehmenden selbst. In meinen Kursen werden nicht nur die technischen Probleme gelöst, sondern auch die entsprechenden Hintergründe erklärt. Eine nachhaltige Wissensvermittlung ist mein Anspruch. Ich bin immer wieder stolz, wenn ich am Ende meiner Kurse sehe, wie meine Teilnehmenden eigene Lösungsstrategien für komplexe Probleme entwickeln. Daher sehe ich meine Aufgabe in der Hilfe zur Selbsthilfe. «

Vormittagskurs**Erste Schritte am Computer mit Windows – Grundkurs**

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich zum ersten Mal mit dem Thema Computer befassen. Hier lernen Sie leicht, übersichtlich und ohne unnötigen Technik-Ballast anhand von praxisnahen Beispielen. Sie lernen den Computer und die wichtigsten Zusatzgeräte kennen. Sie starten Programme/Apps mit dem neuen Betriebssystem Windows 11 und üben den Umgang mit Maus und Tastatur bzw. Touchscreen. Sie lernen die feinen Unterschiede zu Windows 10 kennen. Sie erstellen und speichern einen Text. Sie ordnen Dokumente und Ordner. Sie passen Windows an Ihre Bedürfnisse an. Sie lernen verschiedene Programme für unterschiedliche Nutzungsbereiche kennen. Sie stellen eine Verbindung zum Internet her und besuchen Internetseiten. Sie lernen, wie Sie kleine Probleme und Fehler selbst beheben können. Voraussetzungen: Es werden keinerlei Computer-Kenntnisse vorausgesetzt.

● Kurs 1691**Stefan Breil**

Mo. 20.04.2026

Mi. 22.04.2026

Do. 23.04.2026

Mo. 27.04.2026

Mi. 29.04.2026, jeweils 10:00 – 13:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

gebührenfrei

Vormittagskurs**Erste Schritte am Computer mit Windows – Lerntreff**

Als Zusatz zum Anfängerkurs erhalten Sie Unterstützung bei sämtlichen Fragen rund um die Verwendung von Windows. Gezielt können spezifische Themen und Interessen wiederholt oder vertieft werden. In diesem Lerntreff liegt der Fokus auf den individuellen Schwierigkeiten der Teilnehmenden im Umgang mit Windows. In einer entspannten und offenen Atmosphäre werden gemeinsam Lösungen erarbeitet. Das Ziel besteht darin, dass die TeilnehmerInnen ihre persönlichen Herausforderungen bewältigen können

und in der Lage sind, ihren PC oder Laptop eigenständiger und selbstbewusster zu nutzen. Voraussetzungen: Es werden erste Erfahrungen im Umgang mit dem Computer vorausgesetzt.

● Kurs 1691A**Stefan Breil**

Mi. 10:00 – 13:00 Uhr

ab 27.05.2026, 5 Termine

Rathaus-Carré PC-Saal 2

gebührenfrei

Vormittagskurs**Erste Schritte am Android Smartphone – Grundkurs**

In unserem Kurs entdecken Sie gemeinsam die Grundlagen und Funktionen Ihres Android-Smartphones. Lernen Sie, wie Sie Ihr Gerät einrichten, Apps installieren und nutzen sowie grundlegende Sicherheitsmaßnahmen. Tauschen Sie sich in einer entspannten Atmosphäre mit anderen Teilnehmenden aus und erhalten Sie hilfreiche Tipps zur Nutzung von E-Mails, Internet und sozialen Medien. Dieser Kurs ist ideal für AnfängerInnen mit wenig Vorkenntnissen. Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone mit. Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

● Kurs 1692**Stefan Breil**

Mo. 16.03.2026

Do. 19.03.2026

Do. 26.03.2026

Mo. 30.03.2026

Do. 26.03.2026, jeweils 10:00 – 13:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

gebührenfrei

Vormittagskurs**Wie funktioniert mein Handy? – WLAN, Mobilfunk & Internet einfach erklärt**

In diesem Kurs erfahren Sie auf einfache

LOTTO 6aus49

ALLES IST MÖGLICH!

2 Millionäre pro Woche!

Spieleteilnahme ab 18 Jahren · Glücksspiel kann süchtig machen · Infos unter check-dein-spiel.de
Lizenzierter Glücksspielanbieter · www.saartoto.de · Gewinnwahrsch. Gewinnkl. 1 = 1 : 140 Mio.

LOTTO®
Saartoto

Weise, wie Ihr Handy mit dem Internet verbunden ist. Es wird erklärt, was WLAN, Mobilfunk, DSL und Glasfaser bedeuten und wie man Verbindungen erkennt, einrichtet und sicher nutzt. Praktische Übungen helfen dabei, Symbole zu deuten, WLAN ein- und auszuschalten oder den Flugmodus zu aktivieren. Zudem gibt es Tipps zum sicheren Surfen und zur Vermeidung von Kostenfallen – verständlich, alltagsnah und ohne Vorkenntnisse! Bitte bringen Sie Ihr eigenes Handy mit. Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

● **Kurs 1693**

Stefan Breil

Mo. 08.06.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
Rathaus-Carré PC-Saal 1
gebührenfrei

Vormittagskurs

Wie funktioniert WhatsApp?

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt den sicheren Umgang mit WhatsApp. Von der Installation über das Schreiben von Nachrichten bis hin zum Versenden von Fotos, Sprachnachrichten und der Teilnahme an Gruppen – alles wird verständlich erklärt. Außerdem erhalten Sie Tipps zu Datenschutz, Sicherheit und dem Erkennen von Kettenbriefen. Ziel ist es, WhatsApp selbstständig nutzen zu können, um mit Familie und Freunden in Kontakt zu bleiben. Keine Vorkenntnisse erforderlich! Bitte bringen Sie Ihr eigenes Handy mit. Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

● **Kurs 1694**

Stefan Breil

Mo. 15.06.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
Rathaus-Carré PC-Saal 1
gebührenfrei

**In Kooperation mit der
Sparkasse Saarbrücken**

Vortrag

Online-Banking für Digitale Starter

Unabhängig und selbstständig bis ins hohe Alter zu sein, das ist der Wunsch der meisten Menschen. Dazu gehört nicht nur die körperliche und gesellschaftliche Unabhängigkeit, auch seine Finanzen möchte man nicht einfach aus der Hand und in die Verantwortung anderer geben. Online-Banking ist einfach. Den Kontostand im Blick behalten, Überweisungen tätigen oder einen Dauerauftrag anlegen – mit Online-Banking ist das alles kein Problem: Jederzeit, von (fast) jedem Ort – und immer sicher und zuverlässig. Sie sehen also, Online-Banking bietet viele Vorteile und ist zudem einfacher als viele denken. Es ist nie zu spät – unabhängig zu sein. Auch wenn Sie bislang den Schritt in die digitale Welt noch nicht gewagt haben – wir helfen Ihnen beim Einstieg und begleiten Sie dabei. In unserer Informationsveranstaltung „Aller Anfang ist NICHT schwer“ machen wir Sie vertraut mit den vielfältigen Möglichkeiten des Online-Bankings und erklären Ihnen verständlich das 1 x 1 der digitalen Finanzen.

● **Kurs 1695**

Torsten Meyer

Di. 19.05.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
gebührenfrei

**Dozentinnen und
Dozenten**



STEFAN BREIL

Betriebswirt

» Als staatlich geprüfter Betriebswirt mit Schwerpunkt Datenverarbeitung und langjähriger Erfahrung als Dozent habe ich mich auf PC- und Microsoft-Windows-Kurse sowie Android-Smartphone-Kurse spezialisiert.

Mein Fokus liegt darauf, ältere Menschen dabei zu unterstützen, sich mit modernen Technologien vertraut zu machen.

Mit über 30 Jahren Berufserfahrung in den Bereichen IT, Grafik und Design besitze ich umfassende Kenntnisse, die ich gerne weitergebe.

Es ist meine Mission, den Teilnehmenden dabei zu helfen, das erforderliche Selbstvertrauen im Umgang mit Computern und Smartphones aufzubauen und ihre digitalen Fähigkeiten mit Freude weiterzuentwickeln. <<

Wir
pflegen
kein
Image.

**Pflegetag
SAAR 2026**

22.05.2026 – 10-17 Uhr
Schloss Saarbrücken

Mit DIR.

Wir
**stärken
die
Pflege.**



Ministerium für Arbeit,
Soziales, Frauen
und Gesundheit

SAARLAND



konzertierte aktion
PFLEGE saar

Beratung und Information

**Dr. Elisabeth Schmitt**

Programmbereichsleiterin

Altes Rathaus, Zi. 35

Schlossplatz 1

66119 Saarbrücken

Fon 0681 506-4335

Fax 0681 506-4390

elisabeth.schmitt@rvsbr.de

Anmeldung und Service

**Martina Müller**

Sachbearbeiterin

Rathaus-Carré

Gerberstr. 2

66111 Saarbrücken

Fon 0681 506-4318

Fax 0681 506-4399

martina.mueller@rvsbr.de

Geschichte, Geografie

Es erwarten Sie viele spannende Veranstaltungen zur Geschichte und Geografie unserer Region. In der Geschichtswerkstatt Saarbrücken können Sie aktiv regionalgeschichtliche Themen für sich entdecken. Unsere Exkursionsreihe mit Delf Slotta bringt Sie wieder zu Schätzen der Industriekultur und Denkmälern der Technikgeschichte im Regionalverband.

Ein wichtiger Schwerpunkt sind die Stadt- und Stadtteilrundgänge in Kooperation mit Geographie ohne Grenzen. Lernen Sie Neues und Bekanntes aus einem anderen Blickwinkel kennen. Auch die Multivisionsvorträge der Freunde des Abenteuer-museums e.V. gehen weiter. Dieses Mal führen sie uns nach Schweden, Bolivien und Chile.

Ob Kelten oder präkolumbische Hochkulturen in Nordamerika – in unserer Online-Reihe vhs.wissen live präsentieren sich wieder ausgewiesene ExpertInnen mit ihren Themen.



GESCHICHTE UND GEOGRAFIE

Geschichte vor Ort

Geschichtswerkstatt Saarbrücken

Die Geschichtswerkstatt Saarbrücken ist ein Projekt, in dem historische Themen erforscht, dokumentiert und vermittelt werden – meist mit einem lokalen oder regionalen Fokus. Ziel ist es, Geschichte „von unten“ sichtbar zu machen, also aus der Perspektive von Alltagsmenschen, nicht nur von berühmten Persönlichkeiten oder staatlichen Institutionen. Wir begleiten daher den Umgang mit der Geschichte in Saarbrücken und Umgebung und wenden uns gerne wenig oder nicht beachteten Themen zu. Wie machen wir das? Jedes Semester auf ein Neues – auf unseren Treffen bewältigen wir gemeinsam redaktionelle Arbeit: Sammeln Ideen, suchen nach Beiträgen, unterstützen individuelle Vorhaben, schreiben Texte, sprechen AutorInnen an, sichten Fotos, Postkarten und vieles mehr. Wir belohnen uns mit sichtbaren Ergebnissen und gestalten seit 1989 regelmäßig Inhalte und Aussehen der Zeitschrift „Eckstein“ des Vereins Geschichtswerkstatt Saarbrücken und veröffentlichen Beiträge auf unserer Internetseite

www.geschichtswerkstatt-saarbruecken.de. Interessenten sind herzlich eingeladen, bei uns mitzuwirken und zu gestalten. Termine/Infos: Dr. Antje Fuchs: Fon 06825 9235400, Harald Glaser: Fon 0681 32306

● **Kurs 1100**

Dr. Antje Fuchs/Harald Glaser

Info-Abend: Mo. 09.03.2026,
18:00 – 19:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 11
gebührenfrei

Gruppenführung

Gegenwart im Spiegel der Vergangenheit – Ein Streifzug durch die Orte der Kunst und Kultur auf dem Saarbrücker Schlossfelsen

Die vhs Regionalverband Saarbrücken hat ihren Sitz auf dem Saarbrücker Schlossfelsen. Der Hauptschauplatz, das Saarbrücker Schloss mit dem Alten Rathaus, versteht sich heute im Zusammenspiel mit dem Historischen Museum Saar, dem Museum für Vor- und Frühgeschichte – nebst Alte Sammlung und Museum in der Schlosskirche als ein facettenreicher Ort der Kunst und der Kultur, der zum Entdecken und Weiterdenken anregt. Vor diesem Hintergrund bietet die vhs Regionalverband Saarbrücken Führungen für Gruppen im Rahmen eines Streifzuges durch diese außergewöhnlichen Erinnerungsorte an. Auf poetische Art und Weise wird dabei eine Ahnung von den unterschiedlichen Zeiten, Architekturen und Lebenswelten eines Refugiums vermittelt, dem die Stadt Saarbrücken ihren Namen verdankt. Vergangenheit baut Zukunft. In diesem Sinne schenkte der kongeniale Künstler und Architekt Gottfried Böhm dem Saarbrücker Schloss seine heutige Silhouette als Stadtkrone Saarbrückens. Seinem Schaffen und gegenwartsbezogenen Reflexionen widmen die „Streifzüge“ ein besonderes Augenmerk.

● **Kurs 1101**

Peter Michael Lupp, ehem. Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken

Termin nach Vereinbarung
EUR 150,00 (Gruppenpreis für max. 20 Personen)

Exkursionsreihe

Schätze der Industriekultur und Denkmäler der Technikgeschichte im Regionalverband Saarbrücken

Die Industrien haben im Saarland eindrucksvolle Industrielandschaften entstehen lassen. Heute ist das Saarland ein Schwerpunktraum der Industriekultur in Europa. Es verfügt über ein etabliertes Image und einen hohen Bekanntheitsgrad als Industrieregion. Darüber hinaus zeichnet sich vor allem der Regionalverband Saarbrücken durch eine Vielzahl produktbezogener, technologischer, architektonischer, infrastruktureller und geographischer Charakteristika aus. Ihre Wirkung verstärkt sich durch die Dichte und Kombination industriekulturell bedeutender Orte – ein herausragendes Alleinstellungsmerkmal. Im Rahmen unserer vier Exkursionen besuchen wir wichtige und qualitätsvolle Orte der hiesigen Industriekultur. Dabei werden auch die Chancen, die das Thema Industriekultur dem Saarland eröffnet bzw. eröffnen kann, diskutiert und hinterfragt. Sie werden überrascht werden.

Exkursion

Maybach – eine Grube und eine bemerkenswerte denkmalgeschützte Bergarbeitersiedlung

● **Kurs 1109**

Delf Slotta, Dipl.-Geogr.

So. 29.03.2026, 10.00 – 12.00 Uhr
Treffpunkt: Maybach, an der Kaffeeküche, Bergwerkstraße
gebührenfrei, Hutsammlung

Exkursion

Die Evangelische Versöhnungskirche in Völklingen – Kunst und Industriekultur

● Kurs 1109A

Delf Slotta, Dipl.-Geogr.

So. 12.04.2026, 10.00 – 12:00 Uhr
Treffpunkt: Völklingen, vor der Versöhnungskirche, Parkplatz Poststraße gebührenfrei, Hutsammlung

Exkursion

Die Göttelborner Haldenlandschaft mit Haupthalde, Kohlbachtalweiher, Himmelspfeil und Himmelsspiegel

Hinweis: Festes Schuhwerk wird empfohlen.

● Kurs 1109B

Delf Slotta, Dipl.-Geogr.

So. 10.05.2026, 10.00 – 12:00 Uhr
Treffpunkt: „Campus Göttelborn“ am „Parkplatz Rundweg Bergehalde“ nahe dem Hydac-Werk Göttelborn gebührenfrei, Hutsammlung

Exkursion

Unbekanntes Land – Gruben, Halden, Absinkweiher, Biotope und ein untergegangenes Schwimmbad im Fischbachtal

Hinweis: Festes Schuhwerk ist erforderlich.

● Kurs 1109C

Delf Slotta, Dipl.-Geogr.

So. 14.06.2026, 10.00 – 12:00 Uhr
Treffpunkt: Fischbachtal, zentraler Parkplatz am Netzbachtalweiher gebührenfrei, Hutsammlung

Exkursionen in Kooperation mit dem Verein Geographie ohne Grenzen e.V./ StattReisen Saar

Sofern nicht anders vermerkt, ist keine Anmeldung erforderlich. Falls man sich anmelden muss, dies bitte direkt bei GoG vornehmen, nicht bei der Volkshochschule. Die Zahlung der Kursgebühr erfolgt bar vor Ort. Weitere Informationen bei Geographie ohne Grenzen e.V., Fon 0681 30140289 oder www.geographie-ohne-grenzen.de.

Stadtteilrundgang

Die Siedlungsgeschichte auf dem Rastpfuhl – Wohlstand in der Waldsiedlung

Auf diesem Rundgang soll gezeigt werden, wie sich die einstmalen schlichten Selbstversorgerheime von 1935 im Wohlstand entwickelt haben und welche neuen Siedlungskonzepte seit den 1950er Jahren bis heute verwirklicht wurden. Auf dem Weg durch die verschiedenen historischen Bauabschnitte wird auch die Sozialgeschichte des Rastpfuhls lebendig.

● Kurs 1110

Frank Schmitz, Dipl.-Sozialpädagoge

So. 22.03.2026, 13:30 Uhr,
Dauer: ca. 3 Std.
Treffpunkt: SB, Parkplatz Rastpfuhl-Carré, Rastpfuhl 2a
EUR 10,00 (7,00)

Stadtteilrundgang

Rotenbühl – Villenidylle zwischen Bahn und Bäumen

Der alte St. Johanner Friedhof ist eine wunderschöne Parkanlage mit monumentalen Gräbern. Wenige Meter weiter verstecken sich zwischen Bäumen und Straßen sichtbare und „unsichtbare“ Villen, Relikte eines prominenten Großbür-

Dozentinnen und Dozenten



Foto: Werner Richter

DELFF SLOTTA

Geograf, Landeskundler, Industriekultur- und Saarland-Fan

» Ich bezeichne mich gerne als „bekenndenden Wahl-Saarländer“ mit langjähriger „Vor-Ort-Erfahrung“. Immer wieder gehe ich bei uns gezielt auf die Suche nach Dingen, die es lohnen, den Gästen unserer Region, aber auch den Einheimischen gezeigt zu werden. Schon vor vielen Jahren bin ich Rahmen meiner Industriekultur-Arbeiten auf die hiesigen Industriearchitekturen und technischen Denkmäler gestoßen. Ich war direkt begeistert und ich bin es bis heute! Was für grandiose Orte! Wer's nicht glaubt, ist herzlich eingeladen zum Selbstversuch unter Anleitung. Ich freue mich auf Sie! «

gertums. Zwei architektonisch wegweisende Kirchen der Nachkriegszeit und ein dominantes Schulgebäude ergänzen den historischen Kontext. All das macht den Rotenbühl zu dem, was er ist: Ein schönes und hochwertiges Wohnviertel im Grünen und ein Eldorado für Flaneure und Entdecker.

● **Kurs 1111**

Markus Philipp, Dipl.-Geogr.

Sa. 28.03.2026, 14:30 Uhr, Dauer: ca. 3 Std.
Treffpunkt: SB, Friedhof St. Johann,
unterer Eingang „Am Bruchhübel“
EUR 10,00 (7,00)

Stadtteilrundgang

Berge, Höhen und Aussichten im Süden – Eine Gratwanderung am Rande der Stadt

Der Höhenzug im Saarbrücker Süden ermöglicht Einblicke und Ausblicke: Die Wanderung führt über viele Treppen und Steigungen auf den Winterberg, Reppersberg, Nussberg, Triller sowie das Ordensburg und endet am Messegelände. Von dort geht es mit dem Linienbus zurück. Neben schönen Aussichten auf die Stadt und nach Frankreich gibt es viel über die Geschichte und Entwicklung unserer Stadt sowie manche Anekdote zu berichten.

● **Kurs 1112**

Thomas Hippchen, GoG

So. 29.03.2026, 10:00 Uhr, Dauer: ca. 4,5 Std., Strecke: 11 km
Treffpunkt: SB-St. Arnual,
Marktplatz
EUR 12,00 (9,00)

Stadtteilrundgang

Von Römern, Milchkühen und Punkthochhäusern – Eine Eschberger Entdeckertour

Wirklich nur Hochhäuser? Diese nicht

alltägliche Tour eröffnet den Teilnehmern eine Zeitreise von römischen Siedlungsaktivitäten über ein mittelalterliches Hofgut bis hin zur Bebauung des modernen Eschberges, bei der man sich tatsächlich einiges gedacht hatte. Interessante Details und historisches Bildmaterial beweisen, dass der Eschberg mehr ist als Plattenbauten im Wald und dass es sich dort ganz gut leben lässt. Die wenigsten erwarten eine solche Vielfalt hoch über Saarbrücken, egal ob sie hier seit Jahren wohnen oder noch nie dort waren.

● **Kurs 1113**

Markus Philipp, Dipl.-Geogr.

So. 12.04.2026, 14:30 Uhr,
Dauer: ca. 3 Std.
Treffpunkt: SB, Bushaltestelle „Kobenhütte“,
Straße „Am Kieselhumes“
EUR 10,00 (7,00)

Stadtteilrundgang

Tatort Mügelsberg – Zu Hause bei Ex-Tatort-Kommissar Stellbrink

Der Mügelsberg wird von dem weitläufigen Bau der Berufsschule mit seinen faszinierenden baulichen Aspekten der 50er Jahre dominiert. Mügelsberg und Schule sind aber auch „Tatorte“ von Fernsehdehns und der Wohnung des früheren SR-Tatort-Kommissars Jens Stellbrink alias Devid Striesow. Von hoch oben genießt man eine fantastische Aussicht über die Dächer der Stadt. Und es gibt noch einen ganz anderen Aspekt: Hier war vor etlichen Jahren einst ein ganz realer Tatort, wie Sie sich vielleicht erinnern werden.

● **Kurs 1114**

Guido Vogel-Latz, Berufsschullehrer

Sa. 18.04.2026, 10:30 Uhr,
Dauer: ca. 2,5 Std.
Treffpunkt: SB, Dudweilerstraße,
Bushaltestelle „Brauwerstraße“
EUR 10,00 (7,00)

Stadtteilrundgang

Bildstock – in Friedrichsthal ganz oben: Rundgang durch einen „unbekannten“ Ort

Friedrichsthal war einer der letzten Orte, die von Saarbrücken kommend über Dudweiler und Sulzbach besiedelt wurden. Mit seinem imposanten Rathaus, dem Rechtsschutzsaal in Bildstock (derzeit im Umbau) und der Bergarbeitersiedlung Maybach ist die Stadt ein weitläufig zu entdeckendes Areal, das mit Glasindustrie und Bergbau groß geworden ist. Entdecken Sie bei unserer heutigen Tour den Stadtteil Bildstock u. a. mit der neogotischen katholischen Kirche, dem Hoferkopf-Turm sowie der Marienkapelle.

● **Kurs 1115**

Wolfgang Willems, Gästeführer

So. 19.04.2026, 14:30 Uhr,
Dauer: ca. 2 Std.
Treffpunkt: Bildstock, Marktplatz,
Illinger-/Neunkircher Straße
EUR 10,00 (7,00)

Stadtteilrundgang

Vom weißen Gold zum schwarzen Gold – Handwerk, Industrie und Bürgertum in Sulzbach

Der Weg startet am sehenswerten Rathaus aus dem frühen 20. Jhd. Unterwegs geht es durch den Salinen-Stadtpark zum barocken Kulturdenkmal des Salzbrunnensembles, wo in „Solzpach“ einst das weiße Gold gewonnen wurde, bevor das schwarze Gold aus der Erde geholt wurde. Viele Bürgerhäuser und weitere Zeugnisse bezeugen noch heute Sulzbachs Glanzzeiten. Erleben Sie bei diesem Rundgang Eindrücke, die man bei der bloßen Durchfahrt nicht erkennt.

● **Kurs 1116**

Wolfgang Willems, Gästeführer

So. 26.04.2026, 14:30 Uhr,

Dauer: ca. 2 Std.
Treffpunkt: Sulzbach, Rathaus,
Sulzbachtalstraße
EUR 10,00 (7,00)

Stadtteilrundgang

Die Geschichte der Kneipenlandschaft im Nauwieser Viertel – Rotlicht, studentische Duftmarken und Gentrifizierung

Bei unserem Rundgang erschließen wir die Geschichte des Viertels und entdecken zahlreiche Relikte der Vergangenheit. Wir begeben uns auf die Spuren rotlichtiger Etablissements der 70er-Jahre und der ersten zaghaften studentischen Duftmarken in einem ehemals kleinbürgerlichen Kneipenszenario und verfolgen die Entwicklung zum neuen Kiez der sich in den 90er-Jahren entwickelnden grün-alternativen Szene. Das heutige Viertel ist von sozialen Initiativen und coolen Lokalen geprägt, das aber gleichzeitig gefährdet ist durch Tendenzen der Gentrifizierung und die Magnetwirkung des „Bermudadreiecks“ als wichtigstem Saarbrücker Ausgehviertel neben dem St. Johanner Markt.

● Kurs 1117

Ekkehart Schmidt, Dipl.-Volkswirt, NES e. V.

Sa. 02.05.2026, 14:30 Uhr, Dauer: ca. 2 Std.
Treffpunkt: SB, Cecilienstraße, vor der Johanneskirche
EUR 10,00 (7,00)

Stadtteilrundgang

Kreative Mainzer Straße – Vor und hinter den Kulissen

Seit jeher ist die Mainzer Straße eine Straße des Handels. Wie die aktuellen Nutzungen hinter den Fassaden und Schaufenstern sind, können die interessierten TeilnehmerInnen, neben Informa-

tionen und Geschichten zur Architektur und Stadtentwicklung, im Rahmen dieser Entdeckungstour erfahren. Es werden verschiedene inhabergeführte Geschäfte besucht, die mit ihrem originellen und innovativen Angebot für eine gelungene Ergänzung zum Angebot in der Fußgängerzone sorgen.

● Kurs 1118

Silke Roth, Dipl.-Ing.

Sa. 09.05.2026, 14:30 Uhr,
Dauer: ca. 2,5 Std.

Treffpunkt: SB, Brunnen Ecke Bleichstraße/Obertorstraße
EUR 10,00 (7,00)

Stadtteilrundgang

Die Saarbrückerinnen – Teil 1: Der weibliche Anteil an der Stadtgeschichte

Frauen hatten bis weit ins 20. Jahrhundert hinein kaum Rechte. Auch im Stadtbild Saarbrückens haben sie scheinbar nur wenige Spuren hinterlassen. Die Stadtwanderung blickt deshalb hinter die Fassaden. Sie lenkt den Blick auf vergangene Regentinnen, erste Frauenvereine und höhere Töchter Schulen, feministische Journalistinnen und Politikerinnen, frühe Kämpferinnen gegen den § 218, NS-Widerstandskämpferinnen und Ausnahme-Unternehmerinnen, die sich gegen mächtige Männer behaupten mussten.

● Kurs 1119

Silvia Buss, Journalistin

So. 10.05.2026, 14:30 Uhr,
Dauer: ca. 2,5 Std.

Treffpunkt: SB, Bushaltestelle „Schlossplatz“
EUR 10,00 (7,00)

Dozentinnen und Dozenten



MARKUS PHILIPP

Geograph, Verkehrsplaner und Gästeführer

» Das Saarland hat seiner naturräumlichen Vielfalt unendlich viel zu verdanken. Die geologischen und naturräumlichen Grundlagen sind es, die unsere Landschaft und damit auch unsere Kultur formen. Vom Kohlenbergbau über die regionalen Köstlichkeiten des Blies- und Saargaus bis zu Premiumwanderwegen – irgendwie ist die Geologie im wahrsten Wortsinne Grundlage für alles. Ich sehe es als großen Fehler an, dass die geographische und geologische Lehre an den saarländischen Hochschulen nicht mehr existent ist. Mit meinen Kursen und Führungen versuche ich diese Lücke etwas zu schließen und meinen Teilnehmern mit viel Spaß am Thema die Augen zu öffnen. «

Frühjahr | Sommer 2026

- 01.03.** Jim Knopf, die Halbdrachen und die deutsche Geschichte
• Kurs 2151
- 04.03.** Die Frau als Mensch. Am Anfang der Geschichte
• Kurs 2330
- 11.03.** Kunst im Ohr – Ein Livestream für alle Sinne
• Kurs 2331
- 16.03.** Jenseits der Banken und fern vom Staat. Über Geld und Freiheit im Zeitalter der Kryptowährungen
• Kurs 1225
- 25.03.** Antisemitismus – Was gibt es da zu erklären?
• Kurs 1530
- 01.04.** Roma Eterna. Kunst und Kultur im Rom der Nachkriegszeit: Zwischen Trümmern, Widerstand und Erneuerung
• Kurs 2332
- 02.04.** Benvenuto Cellini. Ein Künstlerleben
• Kurs 2333
- 16.04.** Die Gletscher: Von der letzten Eiszeit bis morgen
• Kurs 1323
- 24.04.** Warum nicht losen? Über den Sinn von Zufallsentscheidungen
• Kurs 1180

- 29.04.** Die Kelten
• Kurs 1181
- 18.05.** In der Nähe: Vom politischen Wert einer ostdeutschen Sehnsucht
• Kurs 1226
- 09.06.** Cahokia: Eine präkolumbische indigene Hochkultur in Nordamerika
• Kurs 1182
- 18.06.** Bauchentscheidungen: Die Intelligenz des Unbewussten und die Macht der Intuition
• Kurs 1448
- 23.06.** Zukunft der industriellen Produktion in Deutschland
• Kurs 1227
- 21.07.** Musik, Wissenschaft und Technik – eine harmonische Reise durch zwei Jahrhunderte
• Kurs 2200

Die Livestreams beginnen, wenn nicht anders angegeben, um 19:30 Uhr. Weitere Informationen und Anmeldung unter www.vhs-saarbruecken.de.

Nach der Anmeldung erhalten Sie die Zugangsdaten.

Stadtteilrundgang**Saarbrücken quer – Stadtgeschichte nicht nur für Anfänger**

Bei einem Spaziergang durch die Innenstadt erkunden wir eine Auswahl der wichtigsten Gebäude, Straßen und Plätze. Das Rathaus, der St. Johanner Markt und das Saarbrücker Schloss sind nur einige Stationen unseres Rundgangs. Von der Kreuzung römischer Handelsstraßen über die Entstehung einer Festung auf einem Felsen bis hin zur Blütezeit der Stadt mit der Erbauung einer Barockresidenz wird die Stadtgeschichte bis zur heutigen Landeshauptstadt liebevoll anhand vieler kleiner Details erklärt und dabei das Bild des Großen und Ganzen nicht aus den Augen verloren.

● Kurs 1120**Astrid Lambrecht, Gästeführerin**

Fr. 15.05.2026, 17:00 Uhr, Dauer: ca. 2 Std.
Treffpunkt: SB, Rathaus St. Johann, Haupteingang
EUR 10,00 (7,00)

Wanderung**Westwall, Mithras, Monplaisir – Rundweg über den historischen Halberg**

Eingebettet in eine ehemalige Parkanlage mit Wiese, Weiher, Weinberg und Wasserlauf finden sich am Halberg historisch bedeutsame Zeugen aus Epochen, die nicht nur in den Geschichtsbüchern des Saarlandes erscheinen: u.a. die römische Mithrasgrotte, Reste des fürstlichen Barockschlosses Monplaisir, das heutige Schloss Halberg des Freiherrn von Stumm sowie die Stellungen des Westwalls aus dem Dritten Reich. Unterwegs hören Sie Anekdoten aus der Vergangenheit sowie Unterhaltsames aus der Naturgeschichte dieses historischen Bodens.

● Kurs 1121**Bartlin Schöpflin, Archäologe (M.A.), Wanderführer**

Fr. 22.05.2026, 17:00 Uhr, Dauer: ca. 2 Std.
Treffpunkt: SB, Saarländischer Rundfunk auf dem Halberg, Haltestelle „Funkhaus Halberg“
EUR 10,00 (7,00)

Stadtteilrundgang**„Wie? Ein Rundgang durch Fenne?“ „Aber klar doch!“ – Fenne hat mehr zu bieten als ein Kraftwerk und den Fenner Harz!**

Im 18. Jahrhundert wurde durch das Saarbrücker Grafenhaus zur Wiederbesiedlung nach dem Dreißigjährigen Krieg der Fenner Hof als Wirtschaftsgut gegründet. In den darauffolgenden 250 Jahren entwickelte sich Fenne beachtlich. Es entstanden nacheinander eine Glashütte, die bis 1939 produzierte und deren Erzeugnisse heute begehrte Sammelobjekte sind, eine Marmeladen- und Harzfabrik, bekannt unter „Fenner Harz“ und das Kraftwerk mit seiner „Industriegotik“ aus dem Jahr 1923. Daneben wird in Fenne aber auch gewohnt und gelebt. Wir gehen auf Spurensuche.

● Kurs 1122

Karl-Ernst Kugler, zertifizierter Gästeführer
Sa. 30.05.2026, 14:30 Uhr, Dauer: ca. 3 Std.
Treffpunkt: Völklingen-Fenne, Saarbrücker Straße, Bushaltestelle „Kraftwerk“
EUR 10,00 (7,00)

Stadtteilrundgang**Spurensuche in Brebach – Eine Stadtteilgeschichte im Schatten der Halberger Hütte**

Die Halberger Hütte hat die räumlichen Strukturen, den Baubestand und die Einwohnerschaft Brebachs maßgeblich geprägt. Dann hat der Strukturwandel

seine Spuren hinterlassen. Wir betrachten den alten Ortskern, sehen typische Brebacher Straßen und das Villenviertel für die höheren Hüttenbediensteten am Fuße des Halbergs. Dabei erhalten wir einen Eindruck vom industriellen Erbe und dem heutigen Stadtteil nach dem Strukturwandel. Unterwegs wird auch an das Schicksal typischer „Brebacher Urgesteine“ und weniger typischer Bewohner Brebachs erinnert.

Der Weg ist für Rollstuhlfahrer nicht geeignet. Bitte auf festes Schuhwerk achten.

● Kurs 1124**Harald Glaser, Geschichtswerkstatt Brebach**

Sa. 13.06.2026, 14:30 Uhr, Dauer: ca. 2 Std.
Treffpunkt: SB-Brebach, vor dem Bahnhof
EUR 10,00 (7,00)

Stadtteilrundgang**Spuren unserer Vergangenheit – Erinnerungen an den Bergbau in Saarbrücken**

Im Jahr 2012 endete der Steinkohleabbau an der Saar. Spätestens seit dem 19. Jhd. prägte er mit der Eisenherstellung die Region. Aber seine Anfänge liegen weiter zurück. Wir wollen uns mit der Ära der Grafen und Fürsten von Nassau-Saarbrücken und der Preußen befassen. Begleiten Sie uns auf unserem Rundgang von der ehemaligen Bergwerksdirektion, vorbei am Alten (Kohle-)Hafen, durch die Eisenbahnstraße, an Ludwigskirche und Schloss vorbei, über den St. Johanner Markt bis zum neugotischen Rathaus. Sie erfahren u.a., wie Fürst Wilhelm Heinrich den Bergbau im Saarland beeinflusst hat.

● Kurs 1125**Astrid Lambrecht, Gästeführerin**

So. 14.06.2026, 14:30 Uhr,
Dauer: ca. 2 Std.

Treffpunkt: SB, Europa-Galerie
(Bergwerksdirektion)
EUR 10,00 (7,00)

Stadtteilrundgang

Rotenberg und St. Michael – Eine Runde um die Stadtkrone

Die Kirche St. Michael thront mit ihren auffälligen expressionistischen Zwillingstürmen über der Stadt. Zunächst zeigt ein Rundgang das interessante Umfeld der Kirche vom Echelmeyer-Park bis zur Union-Brauerei, anschließend wird die Kirche ausführlich von innen besichtigt. Der großzügige Bau hätte fast ein Saarbrücker Dom sein können. Jedenfalls ist er ein spannendes Bindeglied zwischen Elementen traditioneller Kirchenbaukunst und moderner Architektur des 20. Jahrhunderts.

Hinweis: 1 Euro Spende an die Kirchengemeinde (auch GoG-Mitglieder)

● Kurs 1126

**Markus Philipp, Dipl.-Geogr./
Wolfgang Peters, Kirchenführer**

Fr. 19.06.2026, 17:00 Uhr, Dauer: ca. 2 Std.
Treffpunkt: SB, Schumannstraße, vor dem Portal St. Michael
EUR 10,00 (7,00)

Stadtteilrundgang

Die (Kneipen-)Geschichte im Dudweiler Kiez von früher und heute – Schräg und schrecklich schön

Bei unserem Rundgang erschließen wir uns die Geschichte Dudweilers und entdecken zahlreiche Relikte der gastronomischen Vergangenheit aus Bergbauzeiten wie auch aus den studentisch geprägten 70er Jahren. Wir imaginieren uns den Schichtwechsel in der „Schönweibergasse“, spüren Szenekneipen wie „Smugglers Inn“ und „Grobes Versteck“ nach, erfor-

schen auch, was aus „Bürgerhof Martin“, „Café Strohfus“ und „Nassauer Hof“ geworden ist und fragen uns, wie eine Aufwertung der heute von Leerständen geprägten Innenstadt mit innovativen Projekten gelingen könnte. Der Beginn des Rundganges wurde an die Ankunftszeit der Regionalbahn aus Saarbrücken angepasst.

● Kurs 1127

**Ekkehart Schmidt, Dipl.-Volkswirt,
NES e. V.**

Sa. 20.06.2026, 14:45 Uhr, Dauer: ca. 2 Std.
Treffpunkt: SB, Dudweiler, vor dem Bahnhof
EUR 10,00 (7,00)

Stadtteilrundgang

Rundgang über den Rodenhof – Vergessen zwischen Eurobahnhof und Ludwigspark?

Zwischen Saarlandhalle, Ludwigsparkstadion und Hauptbahnhof liegt der Rodenhof, lange Jahre abgestempelt als Wohnstadt der Eisenbahner. Doch mit dem Quartier Eurobahnhof rückt der Rodenhof näher an die Stadt. Neben der im Jahr 2021 abgeschlossenen Modernisierung des Ludwigsparkstadions wird der Rundgang auch die Entstehungsgeschichte des Rodenhofs nachzeichnen. Auch hier gibt es weniger Bekanntes zu entdecken, so z. B. die denkmalgeschützte Kirche St. Albert.

● Kurs 1128

Jürgen Meyer, Dipl.-Geogr.

Sa. 27.06.2026, 14:30 Uhr,
Dauer: ca. 2,5 Std.
Treffpunkt: SB, Hauptbahnhof, Eingang Nord (Europaallee)
EUR 10,00 (7,00)

Stadtteilrundgang

Von Below zu Helmholtz – Der Campus der Universität des Saarlandes

Den Kern der rund 100 Gebäude auf dem Uni-Campus im Saarbrücker Stadtwald bilden die unter Denkmalschutz stehenden Gebäude der Below-Kaserne aus den 1930er Jahren. Um sie herum entstanden viele Neubauten, und die Entwicklung geht weiter ... Rund 16.000 Studierende sind an der Universität eingeschrieben. Institute vieler Wissenschaftsorganisationen wie der Helmholtz-Gemeinschaft oder der Max-Planck-Gesellschaft verzahnen Spitzenforschung und Lehre. Welches sind die Schwerpunkte, was ist wo – und was sind die aktuellen Herausforderungen?

● Kurs 1129

Gerhild Sieber, Dipl.-Geogr.

Fr. 03.07.2026, 17:00 Uhr, Dauer: ca. 2 Std.
Treffpunkt: SB, Bushaltestelle „Universität Campus“
EUR 10,00 (7,00)

Stadtteilrundgang

Ziegel für die Herrschaft und Krüge für alle – Ein historischer Industrierundgang in Gersweiler-Krughütte

In der Umgebung des verschwundenen Dorfes Aschbach fand man bereits im Mittelalter reichhaltige Tonvorkommen. Ziegel wurden für die Herrschaft hergestellt. Zu Beginn des 18. Jhd. siedelten sich Krugbäcker aus dem Westerwald im heutigen Ortsteil Krughütte an, um irdenes Geschirr herzustellen. Wir begeben uns auf eine spannende Spurensuche nach Werkstätten, Öfen, Häusern und Erzeugnissen dieser Epochen.

● Kurs 1130

Karl-Ernst Kugler, zertifizierter Gästeführer

Sa. 04.07.2026, 14:30 Uhr,
Dauer: ca. 2,5 Std.

GESCHICHTE, GEOGRAFIE

Treffpunkt: SB-Gersweiler, Bushaltestelle
„Am Sprinkshaus“
EUR 10,00 (7,00)

Stadtteilrundgang**Ensheim: Grün und ruhig und ganz im Osten – Ein Stadtteil, der ein Dorf geblieben ist**

Lernen Sie Ensheim kennen – das frühere Bauerndorf, das zum Kloster Wadgassen gehörte, später rheinbayerisch und schließlich ein Stadtteil Saarbrückens wurde. Wie die ehemalige Papierdosenfabrik der Gebrüder Adt und später die Hager Group das Dorfbild prägten und wie sich der heutige Saarbrücker Stadtteil trotz des internationalen Flughafens immer noch als Dorf in der Stadt behauptet. Und wie die Ensheimer Bürger ihrem Ensheim stolz seine eigene Identität erhalten.

● **Kurs 1123**

Karl-Ernst Kugler, zertifizierter Gästeführer

Sa. 18.07.2026, 14:30 Uhr,
Dauer: ca. 2,5 Std.

Treffpunkt: SB-Ensheim, Altes Rathaus,
Hauptstraße 49

EUR 10,00 (7,00)

Film- und Lichtbildervorträge der Freunde des Abenteuer museums

Alle Vorträge finden im Schlosskeller Saarbrücken statt und sind gebührenfrei. Über eventuelle Termin- oder Themenänderungen werden Sie über die Tagespresse oder unter www.abenteuermuseum.de informiert. Falls Sie per Mail über Termine und Veranstaltungen des Abenteuer museums informiert werden wollen, wenden Sie sich bitte an: Heinz Zimmer, Vorsitzender der Freunde des Abenteuer museums:
E-Mail: heinz-zimmer@web.de

Bildvortrag**Schweden – Mit dem Womo durch den Süden**

Grandiose Küstenlandschaften, lauschige Seen und Wälder, umtriebige Städte und kleine Dörfer, das ist Schweden. Über beeindruckende Brückenkonstruktionen kann man heute via Dänemark dieses schöne Land erreichen. Die Insel Öland, das Glasreich, die Schärenküsten im Westen und bei Stockholm, der Göta-kanal und die rot-weiße Idylle aus den Astrid-Lindgren-Büchern sind nur einige der Höhepunkte. Mit dem Wohnmobil haben die beiden Reisefotografen Helga Bernhard und Jürgen Mai dieses Land mehrmals bereist. Viele Impressionen und Informationen erwarten den interessierten Besucher.

● **Kurs 1135**

Jürgen Mai

Fr. 24.04.2026, 18:00 – 20:00 Uhr
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss
gebührenfrei

Bildvortrag**Bolivien/Chile – Wüste, Lagunen und Kolonialstädte**

Zum Jahreswechsel 2023/2024 war Petra Decker mit dem Fahrrad in Chile und Bolivien unterwegs. Ihr Ziel war die Lagunenroute der Salar de Uyuni und die alte Silberstadt Potosi. Von dort ging es dann über Sucre, Cochabamba weiter ins Tiefland von Bolivien nach Santa Cruz de la Sierra. Um sich besser zu akklimatisieren, startete sie die Tour in Antofagasta in Chile und fuhr über San Pedro de Atacama zur Lagunenroute. In San Pedro besuchte sie die versteckten Lagunen. Dann ging es direkt zur bolivianischen Grenzstation, die auf 4550 m liegt. Gleich hinter der Grenzstation beginnen das Reserva Nacional de Fauna Andina Eduardo Avora und die

Lagunenroute. Ab hier sind es bis nach Alota 250 km Piste. Ein Abstecher zu dem Geothermalgebiet Sol de Manana führt die Route weiter zur Laguna Colorada. Das nächste Highlight im Hochland ist der Salar de Uyuni, der größte Salzsee der Erde. Die alte Silberstadt Potosi war ein echtes Abenteuer, besonders die Besichtigung einer Silbermine, wieso, das wird sie in ihrem Vortrag berichten. In der Gartenstadt Cochabamba feierte sie Weihnachten mit einer bolivianischen Familie. Danach war wieder radeln angesagt, nach Santa Cruz de la Sierra sind es noch 500 km.

● **Kurs 1136**

Petra Decker

Fr. 08.05.2026, 18:00 – 20:00 Uhr
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss
gebührenfrei

In Kooperation mit dem Historischen Museum Saar

Öffentliche Museumsführungen

Das Historische Museum Saar hat das Angebot an öffentlichen Führungen erweitert. Die BesucherInnen zahlen keine Führungsgebühr, sondern lediglich den Eintritt, der zur Besichtigung der Dauerausstellung zur Saargeschichte seit 1870, der Unterirdischen Burg und der Sonderausstellung berechtigt. Bitte beachten: Im Zuge der Neugestaltung sind der Burgbereich und der Rote Turm vom 5. Januar bis Mai 2026 geschlossen. Informationen zu den öffentlichen Führungen beim Historischen Museum Saar unter www.historisches-museum.org oder unter Fon 0681 506-4506 (während der Öffnungszeiten).

Führung**Geschichte erleben im Historischen Museum Saar – „Von der Burg zum Schloss“**

Die Führung findet in Kooperation mit der Tourist Info des Regionalverbandes Saarbrücken statt.

● Kurs 1150

Samstags, 15:00 – 16:00 Uhr

Sonn- und feiertags, 15:00 – 16:00 Uhr

Die Führung wird erst wieder nach der Neueröffnung des Burgbereichs im Mai 2026 angeboten.

Historisches Museum Saar
gebührenfrei (zuzüglich Eintritt)

Führung**Geschichte erleben im Historischen Museum Saar – Führung durch die Sonderausstellung (bzw. durch die Dauerausstellung, wenn keine Sonderausstellung gezeigt wird)****● Kurs 1151**

Sonn- und feiertags, 14:30 – 15:30 Uhr

Historisches Museum Saar
gebührenfrei (zuzüglich Eintritt)

Führung**Überblicksführung zur Saargeschichte 1870 – 1959****● Kurs 1152**

Sonn- und feiertags, 16:00 – 17:00 Uhr

Historisches Museum Saar
gebührenfrei (zuzüglich Eintritt)

Veranstaltungen aus der Reihe vhs.wissen live**Online-Kurs****Warum nicht losen? Über den Sinn von Zufallsentscheidungen**

Üblicherweise gehen wir davon aus, dass Entscheidungen auf dem Abwägen von Gründen beruhen sollten, während man sich durch Losverfahren dem blinden Zufall ausliefert. Das scheint auf den ersten Blick irrational zu sein. Tatsächlich gab es aber Losentscheidungen in vielen Lebensbereichen und nicht zuletzt in der Politik schon immer. Der Vortrag geht der Frage nach, wie Losverfahren in der Vergangenheit begründet wurden, und zeigt anhand historischer Beispiele, wie sie funktionierten.

● Kurs 1180

Barbara Stollberger-Rilinger

Mi. 22.04.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

online
gebührenfrei

**Online-Kurs****Die Kelten**

In der zweiten Hälfte des letzten Jahrtausends v. Chr. prägten Völker die Geschichte Mittel- und Südeuropas, die ihre griechischen und römischen Nachbarn „Kelten“ nannten. Der Vortrag veranschaulicht anhand der Nachrichten antiker Autoren und den Erkenntnissen der modernen Archäologie die wesentlichen Merkmale der keltischen Kultur, gibt einen Überblick über deren Geschichte von den Anfängen bis zur Romanisierung und schließt mit einem Ausblick auf das Weiterleben keltischer Kulturelemente im Mittelalter und in der Neuzeit.

● Kurs 1181

Prof. Dr. Bernhard Maier

Mi. 29.04.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

online
gebührenfrei

**Online-Kurs****Cahokia: Eine präkolumbische indigene Hochkultur in Nordamerika**

Lange ging die historische Forschung von der These aus, indigene Hochkulturen hätte es vor der Ankunft der Europäer ausschließlich in Süd- und Mittelamerika gegeben. Demgegenüber seien nördlich des Rio Grande nur nomadisierende Sammler- und Jägerkulturen vorzufinden gewesen. Seit den 1990er Jahren hat die archäologische Forschung dieses einseitige und vorurteilsbeladene Bild gründlich revidiert. Nicht nur im Südwesten der heutigen USA fanden sich die Relikte fortgeschrittener Zivilisationen, die mit dem mesoamerikanischen Kulturraum eng verbunden gewesen waren, sondern auch östlich des Mississippi, wo zwischen 1050 und 1250 die Stadt Cahokia eine umfassende politische, militärische und religiöse Hegemonie ausübte. Diese erstreckte sich vom Mississippi bis an die Küste des Atlantiks und von den Großen Seen bis an den Golf von Mexiko. In diesem Vortrag soll die Geschichte vom Aufstieg und Fall einer indianischen Großmacht vor Kolumbus nachgezeichnet werden.

● Kurs 1182

Prof. Dr. Michael Hochgeschwender

Di. 09.06.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

online
gebührenfrei

Beratung und Information



Dr. Elisabeth Schmitt

Programmbereichsleiterin

Altes Rathaus, Zi. 35
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4335
Fax 0681 506-4390
elisabeth.schmitt@rvsbr.de

Anmeldung und Service



Marion Savelkoul

Sachbearbeiterin

Altes Rathaus, Zi. 32
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4312
Fax 0681 506-4399
marion.savelkoul@rvsbr.de

Politische (Jugend-) Bildung

Seit mehr als 100 Jahren stehen die Volkshochschulen für soziales und politisches Lernen. Wir präsentieren Ihnen besondere Veranstaltungen, die Sie nicht verpassen sollten.

Auch in diesem Semester führen wir unseren Europaschwerpunkt fort. So erfahren Sie z.B. bei einer Exkursion zum Europäischen Gerichtshof nach Luxemburg Interessantes über die Arbeit dieser wichtigen EU-Institution. Wer mehr zu den EU-Mitgliedsländern Tschechien und Slowakei wissen möchte, kann sich bei uns aus erster Hand informieren.

Neu im Programm ist die in Kooperation mit dem Volksbund Deutsche Kriegsgräberfürsorge e.V. veranstaltete Tagesfahrt nach Verdun.

Wie sieht rechtsextremer Lifestyle aus und woran lässt er sich erkennen? Die Fachstelle Rechtsextremismus des Adolf-Bender-Zentrums klärt darüber auf. Jugendliche und junge Erwachsene können sich im Workshop „Was bedeutet Radikal?“ mit diesem für unsere Demokratie wichtigen Thema auseinandersetzen.

Mit dem Format vhs.wissen live haben Sie die Möglichkeit, spannenden Vorträgen von renommierten DozentInnen online zu folgen. Vorträge zu Fragen der internationalen Beziehungen runden unser Angebot ab.

Wir laden Sie herzlich ein, an unseren Veranstaltungen teilzunehmen.



POLITISCHE (JUGEND-) BILDUNG

Exkursionen: Erinnern für die Zukunft

Mit dem Beschluss vom 03. Dezember 2024 forderte der Saarländische Landtag verpflichtende Gedenkstättenbesuche als festen Bestandteil der schulischen Bildung. Seit mehr als zwei Jahrzehnten bietet die Stiftung Demokratie Saarland in Kooperation mit der vhs Regionalverband Saarbrücken Schulfahrten zum ehemaligen Konzentrationslager „KZ Natzweiler“, innerhalb Saarbrückens mit seinen vielfältigen Möglichkeiten der Veranschaulichung der nationalsozialistischen Gewaltherrschaft in der Region sowie die Fahrt zu den einstigen Schlachtfeldern von Verdun an. Der Besuch von ehemaligen Konzentrationslagern oder von Gedenkstätten, die sich mit den Opfern des Nationalsozialismus befassen, soll ab 2026 vom Bildungsministerium gefördert werden. Der Besuch von Erinnerungsorten des Ersten Weltkriegs ist jedoch gleichermaßen bedeutsam. Wie ließe sich das Geschehen in den 1920er- und 1930er Jahren in Deutschland verstehen, ohne um die Vorbedingungen zum Ersten Weltkrieg oder die technischen Auswüchse bei der kriegerischen Auseinandersetzung zu wissen? In geographischer Nähe zum Saarland befindet sich Verdun – eine französische Stadt, v.a. aber ein Begriff, der für eine der blutigsten Materialschlachten steht. Gerade junge Menschen können in Verdun ein besseres Verständnis für historische Zusammenhänge und nicht zuletzt für gegenwärtige Diskussionen entwickeln, die von „Krieg und

Frieden“, „Kriegstüchtigkeit“ oder „Wehrpflicht“ bestimmt sind.
Hinweis: Die Organisation dieser Exkursionen liegt bei der Stiftung. Kursbeschreibungen und Anmeldeformulare finden sich auf deren Internetseite: www.stiftung-demokratie-saarland.de.

Exkursion

Lokale Spurensuche – Saarbrücken in der Zeit des Nationalsozialismus

Die Fahrten werden Schulklassen angeboten. Die Termine werden frei vereinbart. Keine Teilnehmergebühr. In Kooperation mit der Synagogengemeinde Saar. Ansprechpartnerin: Monika Petry, Fon 0681 90626-13, schulfahrten@sdsaar.de

● Kurs 1201

Termine nach Vereinbarung

Exkursion

Die europäische Dimension verstehen – Das ehemalige KZ Natzweiler

Die Fahrten werden Schulklassen angeboten. Die Termine werden frei vereinbart. Keine Teilnehmergebühr. Ansprechpartnerin: Carmen Oschmann, Fon 0681 90626-21, schulfahrten@sdsaar.de

● Kurs 1202

Termine nach Vereinbarung

Exkursion

Aktivierete Spurensuche – Das ehemalige SS-Sonderlager Hinzert

Die Fahrten werden Schulklassen angeboten. Die Termine werden frei vereinbart. Keine Teilnehmergebühr. Ansprechpartnerin: Monika Petry, Fon 0681 90626-13, schulfahrten@sdsaar.de

● Kurs 1204

Termine nach Vereinbarung

Exkursion

Der Erste Weltkrieg: Erinnerungsort Verdun

Die Fahrten werden Schulklassen angeboten. Die Termine werden frei vereinbart. Kosten: 15 Euro pro TeilnehmerIn, mindestens jedoch 300 Euro pro Gruppe plus die Eintrittspreise vor Ort.

Ansprechpartnerin: Saskia Guthörl, Fon 0681 90626-22, schulfahrten@sdsaar.de

● Kurs 1203

Termine nach Vereinbarung

In Kooperation mit dem Volksbund Deutsche Kriegsgräberfürsorge e.V.

Exkursion

Tagesfahrt nach Verdun

Verdun ist wie kein anderer Ort geeignet, die Sinnlosigkeit des Krieges aufzuzeigen. Verdun steht für übersteigerten Nationalismus, aber auch für den Überlebenswillen eines Volkes. Kein anderer Ort hat die deutsch-französischen Beziehungen so geprägt, hat die Demokratisierung Europas so nachhaltig beeinflusst. In Verdun wird Vergangenheit erlebbar. Der Ort gibt Anstöße, sich kritisch mit Gegenwart und Zukunft auseinanderzusetzen. Wir besuchen das Mémorial de Verdun, das zerstörte Dorf Fleury-devant-Douaumont, das Beinhaus und die französische Kriegsgräberstätte, die deutsche Kriegsgräberstätte in Hautecourt, das Fort de Douaumont sowie die Altstadt von Verdun.

Hinweise: Wetterfeste und warme Kleidung sowie festes Schuhwerk sind angebracht. Während des Programms gibt es nur wenige Sitzmöglichkeiten. Wir werden viel zu Fuß unterwegs sein, Trittfestigkeit wird vorausgesetzt. Nicht alle Bereiche sind barrierefrei zu erreichen.

● Kurs 1205

MitarbeiterIn Volksbund Deutsche

Kriegsgräberfürsorge e. V.

Sa. 13.06.2026, 08:00 – 20:00 Uhr
 Abfahrt: 08:00 Uhr, SB, Bushaltestelle
 „Messegelände“ auf der Seite des
 Möbelgeschäftes MÖMAX
 Rückfahrt: 18:00 Uhr, Verdun
 (Rückankunft in SB: 20:00 Uhr)
 EUR 70,00 (Busfahrt, Eintritte, Mittagessen)
*Schriftliche Anmeldung erforderlich beim
 Volksbund Deutsche Kriegsgräberfürsorge
 e. V. unter saarland@volksbund.de
 (Nennung der Personenanzahl, E-Mail-
 Adresse und Telefon-/Handynummer).*

In Kooperation mit dem
 Adolf-Bender-Zentrum e.V.

Vortrag

Rechtsextreme Erscheinungsformen – Styles & more: Mode, Symbole, Codes und Musik

Die Sprache des Rechtsextremismus kann
 direkt, hart und hasserfüllt erscheinen. Sie
 kann aber auch subtil, ruhig und rhetorisch
 gekonnt auf uns einwirken. Sie transportiert
 sich nicht zuletzt über Codes und
 Symbole sowie in sozialen Medien, über
 Tattoos und Kleidung, die uns in unterschiedlichen
 Kontexten begegnen können. Woran können wir
 die rechtsextremen Erscheinungsformen erkennen,
 wie verbreiten sie sich und welche Botschaften
 werden transportiert? Anhand von Beispielen
 widmet sich das Vortragsangebot dem Blick
 auf die symbolische Bandbreite des Rechtsextremismus,
 der Analyse der Sprache und dem Umgang
 und den Handlungsmöglichkeiten für eine
 liberale Zivilgesellschaft.

● Kurs 1210

**Fachstelle gegen Rechtsextremismus,
 Adolf-Bender-Zentrum e.V.**

Di. 19.05.2026, 17:00 – 18:30 Uhr
 Altes Rathaus, Raum 11
 gebührenfrei

Workshop

Was bedeutet RADIKAL? – Radikalität, Extremismus und Demokratie verstehen

Was heißt „radikal“ – und ab wann wird
 daraus Extremismus? In diesem Kurs
 setzen wir uns mit Formen von Radikalität
 in unserer Gesellschaft auseinander und
 lernen, wie Meinungen, Sprache und
 Konflikte eskalieren können. Anhand von
 Beispielen, Übungen und Diskussionen
 reflektieren wir, wie demokratische Werte,
 Vielfalt und Respekt geschützt werden
 können. Der Kurs fördert Urteilsfähigkeit
 und stärkt den professionellen Umgang
 mit kontroversen Themen.

*Der Kurs richtet sich an Jugendliche und
 junge Erwachsene von 16 bis 25 Jahren.*

● Kurs 1211

Franziska Bartosch

Sa. 13.06.2026, 10:00 – 15:00 Uhr (inkl.
 Pause)
 Altes Rathaus, Raum 26
 gebührenfrei

Europa und die Welt

Vortrag

Von der Wende zur Gegenwart: Tschechien und die Slowakei zwischen EU, Russland und gesellschaftlicher Spaltung

Seit über 35 Jahren ist Europa nicht mehr
 durch den Eisernen Vorhang getrennt. Vor
 etwas mehr als 20 Jahren erlebte die Europäische
 Union zudem ihre bisher größte Erweiterung:
 Zehn Länder traten der EU bei, darunter die
 Tschechische Republik und die Slowakei. Damals
 wurde dies in beiden Ländern gefeiert: Zum einen
 das Ende der ideologisch getrennten Blöcke,
 in denen Freiheit, Demokratie und ein freier Markt
 lange nur ein Traum waren. Zum anderen die
 Chance, Teil einer

Dozentinnen und Dozenten



FRANZISKA BARTOSCH

**Hauptamtliche pädagogische
 Mitarbeiterin, vhs Regionalverband
 Saarbrücken**

» In meinen Kursen greife ich aktuelle
 gesellschaftliche Themen auf und
 schaffe Räume für Austausch,
 Reflexion und respektvolle Diskussion.
 Mein Fokus liegt auf Demokratiebildung,
 Vielfalt, einem offenen Umgang miteinander
 und der Stärkung von Urteilsfähigkeit. «



Lange Nacht der **DEMOKRATIE**

Mitmachen. Mitreden. Mitgestalten.

In Kooperation mit:



und vielen weiteren

Demokratie lebt vom Mitmachen – und genau darum geht es bei der **Langen Nacht der Demokratie am 2. Oktober 2026**. Einen Abend lang wird Demokratie kreativ, interaktiv und offen für alle erlebbar.

Geplant sind vielfältige Mitmachaktionen: Von Workshops über Spiele und Kunstaktionen bis hin zu Diskussionen und kreativen Experimenten.

Im Mittelpunkt stehen Engagement, Austausch und aktive Beteiligung.

Mitmachen ausdrücklich erwünscht.

Sie möchten eine Mitmachaktion anbieten?

Schreiben Sie uns: vhsinfo@rvsbr.de



POLITISCHE (JUGEND-) BILDUNG

gemeinsamen Integration zu werden, die wirtschaftlich, kulturell und politisch Fortschritt versprach. Heute jedoch werden diese Errungenschaften von rechtsextremistischen Parteien oft als Argument gegen die EU instrumentalisiert. Vor diesem Hintergrund stellen sich zentrale Fragen: Wie kam es zu dieser Wende? Welche Narrative und Parolen werden in der Slowakei und Tschechien genutzt – und warum wirken sie so überzeugend, dass die politische Ausrichtung beider Länder wieder eher nach Osten als nach Westen zu tendieren scheint? Im Vortrag werde ich die politische Entwicklung beider Staaten kurz vorstellen und vergleichen – besonders interessant, da sie bis 1993 einen gemeinsamen Staat bildeten – und die aktuelle Lage im Hinblick auf EU und Russland erläutern.

● Kurs 1216

Dr. Jana Stehlíková, Studienleitung Europäische Akademie Otzenhausen gGmbH
Do. 26.03.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 1 OG
gebührenfrei

Exkursion

Europa erfahren in Luxemburg – Besuch des Europäischen Gerichtshofs und des Schengen-Museums

Erleben Sie den Europäischen Gerichtshof in Luxemburg hautnah! Diese Exkursion bietet Einblicke in die Arbeit und Rolle des Gerichtshofs für die EU. Wir besuchen den Sitzungssaal, in dem die RichterInnen aus den 27 Mitgliedsländern der EU Recht sprechen. Sie erfahren außerdem mehr über die Geschichte und Struktur des Gerichtshofs. Darüber hinaus führt uns die Tagesfahrt nach Schengen, wo wir uns mit dem Thema „Europa ohne Grenzen“ auseinandersetzen.

● Kurs 1214

Dr. Elisabeth Schmitt/Franziska Bartosch
Mo. 01.06.2026, 07:00 – 19:00 Uhr
Treffpunkt: SB, Schlossmauer,
Franz-Josef-Röder-Straße
gebührenfrei
Anmeldung bis 03.05.2026 erforderlich.

Vortrag

Taiwan – die abtrünnige Provinz Chinas?

Ist das einstige Nationalchina auf der Insel Formosa ein Teil des Reiches der Mitte? Oder inwieweit ist es eine eigene Zivilisation mit eigener Kultur? Hat es die Möglichkeit, seine Eigenständigkeit zu wahren? Diese und weitere Fragen werden in der Veranstaltung diskutiert.

● Kurs 1230

Edgar Werner Müller, Geograph und Politikwissenschaftler
Do. 23.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 1 OG
gebührenfrei

Vortrag

Der Drache und der Elefant – Das Ende der Illusion vom Indopazifik-Bündnis?

Landläufig gelten Indien und China als Konkurrenten in der Wirtschaftsentwicklung und als Gegner im geopolitischen Machtanspruch. Indien und der Indopazifik werden daher gerne bündnispolitisch gegen China ausgespielt.

● Kurs 1231

Edgar Werner Müller, Geograph und Politikwissenschaftler
Do. 07.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 1 OG
gebührenfrei

Schärfe dein politisches Bewusstsein.



Finde deinen Kurs

www.vhs-saarbruecken.de

vhs
Volkshochschule
Regionalverband Saarbrücken

**REGIONALVERBAND
SAARBRÜCKEN**

Vortrag**Disruption – Die Welt ist aus den Fugen**

Was bleibt uns von der regelbasierten Weltordnung? Die Demokratie ist bedroht von autoritären Systemen, die UNO und die Nato werden entmachtet, eine neue Finanzelite zerschlägt mit Hilfe des Trump-Regimes die Weltwirtschaftsord-

nung und auch die innere Ordnung der USA. Was braut sich da zusammen?

● **Kurs 1232**

Edgar Werner Müller, Geograph und Politikwissenschaftler

Do. 25.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 1 OG
gebührenfrei

**Veranstaltungen aus der Reihe
vhs.wissen live**

**Online-Kurs****Die Wiederkehr der Imperien**

In den 1990er Jahren war man allgemein der Auffassung, die Ära der großen Imperien sei zu Ende. Die europäischen Kolonialimperien waren nach dem Zweiten Weltkrieg zerfallen, und nun war mit der Sowjetunion auch das letzte Imperium verschwunden. Aber im 21. Jahrhundert ist es zu einer Wiederkehr der Imperien gekommen. China organisiert Einflussgebiete im Rahmen seiner Neue-Seidenstraßen-Strategie, Russland stützt sich bei der Rekonstruktion des alten Zarenreichs wesentlich auf militärische Macht, und US-Präsident Trump nutzt in aller Offenheit die Methoden der Erpressung und des Drohens, um Geldflüsse in die USA in Gang zu setzen. Wie können sich die Europäer, zumal die EU, die kein Imperium ist und auch nicht werden kann, in einer solchen Welt behaupten?

● **Kurs 1224**

Prof. Dr. Herfried Münkler

Termin wird noch bekanntgegeben,
19:30 – 21:00 Uhr
online
gebührenfrei

**Online-Kurs****Jenseits der Banken und fern vom Staat. Über Geld und Freiheit im Zeitalter der Kryptowährungen**

Mit Bitcoin brach vor 16 Jahren das Zeitalter der Kryptowährungen an. Das selbsternannte digitale Bargeld verspricht eine anonym und unmittelbar verwendbare und von außen nicht zu korrumpierende Weltwährung jenseits der Banken und fern vom Staat. Bitcoin sei deswegen, so hört man aus dem Internet genauso wie aus dem Zeitungsfeuilleton oder aus US-Senatsanhörungen, eine „Währung der Freiheit“. Dieses Versprechen ist besonders für jene attraktiv, die unter der Macht der Zahlungsvermittler und repressiven Finanzbehörden leiden – und das sind nicht wenige. Doch ist das Versprechen auch tragfähig? Der Vortrag erläutert die Grundprinzipien der Funktionsweise von Bitcoin und anderen Kryptowährungen und sondiert ihre freiheitspolitischen Ambitionen im Lichte geldsoziologischer Befunde und aktueller politischer Entwicklungen in der Ära Trump.

● **Kurs 1225**

Dr. Aaron Sahr

Mo. 16.03.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
online
gebührenfrei



Stiftung Demokratie Saarland
Europaallee 18, 66113 Saarbrücken

Seminare Internationales Gleichberechtigung Vorträge Soziales Rassismus Exkursionen Geschichte Social Media Ausstellungen Populismus Ökologie Publikationen Kommunikation Wirtschaft Diskussionen

Mehr Infos unter:

www.sdsaar.de

<https://www.youtube.com/channel/UCrtomIH-59BOMeubd4zP4Vug>

<https://www.facebook.com/StiftungDemokratieSaarland>

Damit unsere Demokratie lebendig bleibt!

Online-Kurs

In der Nähe: Vom politischen Wert einer ostdeutschen Sehnsucht

Wir leben in Zeiten der Entfernung. Die politischen Lager, die großen Machtblöcke der Welt, die Stadt vom Land – alles entfernt sich voneinander. Umso wichtiger wird der Blick aus der Nähe. Wo ist im Zeichen medial befeuerter Selbstgerechtigkeit noch Gemeinschaft möglich? Der Schriftsteller und Journalist Simon Strauß findet eine überraschende Antwort: in der Kleinstadt. Hier begegnen sich die Menschen als Gegenüber, hier müssen Konflikte ausgetragen und Kompromisse gefunden werden. Hier lernt man die Demokratie noch einmal neu kennen.

● Kurs 1226

Dr. Simon Strauß

Mo. 18.05.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
online
gebührenfrei

In Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech)

Online-Kurs

Zukunft der industriellen Produktion in Deutschland

Die industrielle Produktion ist das Rückgrat unseres Wohlstands – doch sie steht massiv unter Druck: Globale Konkurrenz, fragile Lieferketten, geopolitische Krisen und der Klimawandel fordern uns heraus. Die Frage ist nicht, ob wir unsere Produktion neu denken müssen, sondern wie schnell. Eine vernetzte Wertschöpfung im Sinne von Industrie 4.0 ist dabei weit mehr als Effizienzsteigerung: Sie ist der Schlüssel zu einer Produktion, die wettbewerbsfähig, resilient, nachhaltig – und damit zukunftsfähig ist. Björn Sautter wirft einen Blick in die Zukunft der industriellen Wertschöpfung. Er gibt Einblicke in strategische Überlegungen und Forschungsansätze, die den Weg in eine intelligente und nachhaltige Industrieproduktion in Deutschland weisen, und unterfüttert diese mit anschaulichen Beispielen aus der industriellen Praxis.

● Kurs 1227

Dr. Björn Sautter

Di. 23.06.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
online
gebührenfrei

Dozentinnen und Dozenten



DR. AARON SAHR
Soziologe

» Aaron Sahr ist Wirtschaftssoziologe und leitet am Hamburger Institut für Sozialforschung die Forschungsgruppe „Monetäre Souveränität“. Zuletzt erschienen von ihm „Die monetäre Maschine. Eine Kritik der Finanziellen Vernunft“ bei C.H. Beck (2022). Im Frühjahr 2026 erscheint „Fake Coins. Digitales Geld und analoge Freiheit“ in der Hamburger Edition. «

Uns behindert nichts!



Gemeinsam Arbeit neu denken

Gut beraten zu individueller Unterstützung, finanzieller Förderung und praxisnahen Lösungen für Menschen mit Behinderung. Wir helfen, Herausforderungen am Arbeitsplatz zu meistern und langfristige Beschäftigung zu ermöglichen.

So entstehen Chancen für alle, die Arbeitswelt gemeinsam zu gestalten!

• Das Inklusionsamt
im Landesamt für Soziales

Landesamt für
Soziales

SAARLAND



Beratung und Information



Dr. Elisabeth Schmitt
Programmbereichsleiterin
 Altes Rathaus, Zi. 35
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4335
 Fax 0681 506-4390
 elisabeth.schmitt@rvsbr.de

Anmeldung und Service



Sabine Ickler
Sachbearbeiterin
 Altes Rathaus, Zi. 1
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4319
 Fax 0681 506-4390
 sabine.ickler@rvsbr.de

Natur, Umwelt, Nachhaltigkeit

Bildung für nachhaltige Entwicklung, Umweltbildung und Globales Lernen sind wesentliche gesellschaftliche Aufgaben. Daher enthält unser Programm vielfältige Angebote zur Information, Diskussion und zum aktiven Handeln.

Die Semestereröffnung steht in diesem Jahr ganz im Zeichen von Fair Trade.

Auch unser Schwerpunkt der kulturellen Bildung zu Fragen der Nachhaltigkeit wird fortgeführt. In Vorträgen oder geführten Wanderungen können Sie auf unterschiedliche Art und Weise Natur erleben und sich mit zentralen Zukunftsfragen befassen. Wieder im Programm ist „KunstMahlZeit – Bildende Kunst und Kochkunst mit allen Sinnen erfahren auf dem Wintringer Hof“.

Unsere Angebote zum Wandern mit Hörkomfort bieten Menschen mit Hörschwächen die Möglichkeit, geführte Wanderungen zu erleben.

Die in Kooperation mit der Saarländischen Wasserstoffagentur veranstaltete Reihe „Das Wasserstoffland Saarland“ gibt wertvolle Einblicke in die regionale Energiewende. In der Reihe „Klima und Gesundheit“, die zusammen mit dem Gesundheitsamt und dem Klimaschutzmanager des Regionalverbandes stattfindet, bekommen Sie wertvolle Tipps, wie Sie sich selbst und Ihre Angehörigen vor den gesundheitsschädlichen Auswirkungen des Klimawandels schützen können.

Die Onlinereihe „Klima und Wir – Klimaschutzwissen für alle“ bietet spannende Beiträge rund um das Thema Klimaschutz.



NATUR, UMWELT, NACHHALTIGKEIT

Unter der Schirmherrschaft der Ministerin für Bildung und Kultur Christine Streichert-Clivot

Semestereröffnung

Mit Fairem Handel zu einer nachhaltigen Weltwirtschaft

Entwicklungszusammenarbeit und Klimaschutz stehen vor großen Herausforderungen. Regierungen ziehen ihre strukturelle Unterstützung zurück und auch stimmungsmäßig bläst denjenigen, die dazu beitragen wollen, extreme Armut und Hunger zurückzudrängen, der Wind ins Gesicht. Gleichzeitig verkündet Fairtrade, das weltweit anerkannte Standard- und Zertifizierungssystem, das darauf abzielt, ProduzentInnen in Entwicklungs- und Schwellenländern durch gerechte und langfristige Handelsbedingungen zu unterstützen, Rekordumsätze. Claudia Brück, Vorständin Fairtrade Deutschland, stellt die Wirkmechanismen hinter dem Siegel vor und diskutiert den Ansatz des Fairen Handels als einen Schritt hin zu einer nachhaltigen Weltwirtschaft.

● Kurs 1300

Claudia Brück, Fairtrade Deutschland e.V.

Mo. 09.03.2026, 17:30 – 20:30 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 4 OG
gebührenfrei
Anmeldung erforderlich

Führung mit Lesung

Der „Versunkene [Paradies-]Garten“ in Kleinblittersdorf

In den letzten Jahren wurde in Kleinblittersdorf ein besonderes Waldgrundstück behutsam in Wert gesetzt, das viele Spuren von ehemaligen Landgütern mit einer paradiesischen Gartenanlage samt Weinbergen zeigt. Unter dem poetischen

Titel „Der versunkene [Paradies-]Garten“ lädt das parkähnliche Waldgelände heute zum Verweilen, Innehalten und Träumen ein. Menschen sind hier zu einem geheimnisvoll anmutenden Parcours durch das Refugium eingeladen, um dabei der ureigenen Kraft der Natur und ihrer harmonisierenden Wirkung nachzuspüren. Impulsgeber sind verwunschene Reste der historischen Bauwerke, Bäume, Pflanzen, poetische Texte, Installationen und Klänge. Mit dieser Intention möchte der „versunkene [Paradies-]Garten“ als beispielgebendes Kulturmodell bereitstehen – als offener Experimentierraum, um über das Verhältnis von Mensch und Natur und über den fragilen Zeitenlauf der Welt nachzudenken und eine sinnliche Inspirationsquelle für nachhaltige Lebensformen im UNESCO-Biosphärenreservat Bliesgau zu bieten. Der Ideengeber und Leiter des Projektes lädt zu einer Führung durch das Refugium ein und liest an ausgewählten Stellen poetische Texte zum Innehalten.

● Kurs 1303

Peter Michael Lupp, ehem. Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken

Mo. 04.05.2026, 17:00 – 18:30 Uhr
Treffpunkt: Kleinblittersdorf, Rebenstraße (linke Straßenseite an der Treppe der historischen Mauern)
EUR 5,00

KunstMahlZeit – Bildende Kunst und Kochkunst mit allen Sinnen erfahren auf dem Wintringer Hof

Dass Kunst und Kochen im Geiste verwandt sind und alle Sinne anzusprechen vermögen, ist bekannt. Dass beides im Zusammenspiel auch Menschen zu nachhaltigem Denken und Handeln inspirieren kann, wird am KulturOrt Wintringer Kapelle und im gegenüberliegenden

Landgasthaus im Rahmen eines besonderen Seminars erfahrbar. Unter dem Titel KunstMahlZeit lädt der Kurator der Kunstprojekte am KulturOrt Wintringer Kapelle dazu ein, die Zielsetzung des UNESCO-Biosphärenreservates Bliesgau und die darauf bezogenen Kunstprojekte kennenzulernen. Im Anschluss wird die Kunst des Kochteams des Landgasthauses die Jahreszeit und die saisonalen, vollwertigen Produkte des Bioland-Hofes erfahr- und schmeckbar machen. Die Köche kreieren ein mehrgängiges Menü. Dazu werden Wissenswerte über die ökologische Landwirtschaft auf dem Wintringer Hof, die hochwertigen Zutaten und Produkte sowie Poesie als geistige Nahrung „gereicht“.

Leistungen: Führung und Kunstgespräch am KulturOrt Wintringer Kapelle und mehrgängiges Biomenü inkl. Tafelwasser (sonstige Getränke auf eigene Kosten) mit Lesung.

● Kurs 1305

Peter Michael Lupp, Kurator KulturOrt Wintringer Kapelle

Mi. 17.06.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
Kleinblittersdorf, KulturOrt Wintringer Kapelle/Landgasthaus Wintringer Hof
EUR 50,00 (inkl. Menü)
Anmeldung erforderlich bis 09.06.2026.

Wanderung

Meditative Pilgerwanderungen im UNESCO-Biosphärenreservat Bliesgau: Vom Wintringer Hof nach Auersmacher und zurück

Die meditativen Pilgerwanderungen auf einem Teilstück der europäischen Wege der Jakobspilger im Biosphärenreservat Bliesgau sind in die besondere Stimmung der Jahreszeiten eingebunden und verstehen sich als Erkundungen zur Nachhaltigkeit. Der Auftrag eines UNESCO-Biosphä-

renreservates und die Fragen nach den Quellen der inneren Kraft und des guten Lebens werden unterwegs auf poetische Weise zu thematischen Begleitern. Nach einer Einführung geht es auf den Sternenweg/Chemin des étoiles, vorbei am „Sternenfeld“ und einem versunkenen Garten zum Etappenziel, der Pilgerherberge Altes Bauernhaus in Auersmacher. Dort gibt es Kaffee und selbstgebackenen Kuchen. Nach einem Innehalten in der Dorfkirche führt die ca. 15 km lange, mittelschwere Wanderung mit Steigungen zurück zur mittelalterlichen Wintringer Kapelle. *Hinweis: Die Pilgerwanderungen führen auch über Steigungen und unbefestigte Pfade. Sie richten sich nur an geübte TeilnehmerInnen mit guter Kondition. Nach eigenem Bedarf Rucksackverpflegung mitnehmen und auf gutes Schuhwerk und ggf. auf Regenkleidung achten.*

● **Kurs 1307**

Peter Michael Lupp, ehem. Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken

Sa. 21.03.2026, 12:00 Uhr, Dauer ca. 7 Std., Frühlingswanderung

Ort/Start: Kleinblittersdorf, Wintringer Hof (Althof), KulturOrt Wintringer Kapelle
EUR 22,00 (inkl. Kaffee und Kuchen)

● **Kurs 1307A**

Peter Michael Lupp, ehem. Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken

Sa. 20.06.2026, 12:00 Uhr, Dauer ca. 7 Std., Sommerwanderung

Ort/Start: Kleinblittersdorf, Wintringer Hof (Althof), KulturOrt Wintringer Kapelle
EUR 22,00 (inkl. Kaffee und Kuchen)

Wanderung

Meditative Pilgerwanderung im Biosphärenreservat Bliesgau zur Klosterruine Wörschweiler
Im Rahmen des europäischen Modellpro-

jektes „Sternenweg/Chemin des étoiles“ wurde auch die Klosterruine der ehemaligen Zisterzienserabtei Wörschweiler als wichtiger Bezugspunkt erfasst. Der Ort erinnert an den besonderen Geist des Heiligen Bernhards von Clairvaux, dem charismatischen Abt und Begründer des Zisterzienserordens. Das Wissen um diesen „genius loci“ ist heute aktueller denn je und macht die Klosterruine zu einem Ort, an dem sich Zeiten verbinden und Menschen für neues Bewusstsein zum Erhalt unseres einzigartigen Lebensraumes inspiriert werden. Die meditative Sommerwanderung spürt diesem besonderen Geist in der Gegenwart nach und führt über ca. 12 km (mittelschwer mit Steigungen) vom Ausgangspunkt des Römermuseums in Schwarzenacker zur Klosterruine Wörschweiler und weiter zum Schloss Gutenbrunn und zurück.

Hinweis: Die Veranstaltung richtet sich nur an geübte TeilnehmerInnen mit sehr guter Kondition. Nach eigenem Bedarf Rucksackverpflegung mitnehmen und auf gutes Schuhwerk und ggf. auf Regenkleidung achten.

● **Kurs 1308**

Peter Michael Lupp, ehem. Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken

Sa. 18.07.2026, 12:00 Uhr, Dauer: ca. 7 Std. Treffpunkt: Parkplatz Römermuseum

Schwarzenacker
EUR 15,00

In Kooperation mit der Gemeinde Großrosseln

Wanderung

Zu Heidschnuckenlämmern und Büffelkälbern – Familienwanderung um Karlsbrunn und St. Nikolaus
Die Familienwanderung bringt uns zu den Kinderstuben von schwarzgelock-

Dozentinnen und Dozenten



PETER MICHAEL LUPP

ehemaliger Kulturreferent
Regionalverband Saarbrücken

Auf der Suche nach dem guten Leben ...

» Mein Unterwegssein in unserer facettenreichen Kulturlandschaft ist von einer beständigen Leidenschaft für das Entdecken und „Sehenlernen“ der kulturellen, naturräumlichen und poetischen Ressourcen dieses Lebensraumes geprägt. An einer der Nahtstellen Europas, an denen sich die deutsche und französische Kultur begegnen, sind sie ein Spiegel unserer kulturellen Identität und können vieles von dem vermitteln, was wesentlich ist, um ein gutes Leben zu führen und Neues zu schaffen. Darüber möchte ich mich bei meinen Erkundungen mit Ihnen austauschen ... «



Entdecken Sie
mit uns die
Schönheit unserer
Region

WANDERANGEBOTE

Frühjahr | Sommer 2026

Vielfältiges Angebot an geführten Wanderungen

- Pilgerwanderungen
- Wanderung mit Hörkomfort
- Wanderungen zu Industriekultur und Technikgeschichte
- Kräuterwanderungen
- Biber-, Fledermausexkursionen und weitere Naturerlebniswanderungen
- Märchenwanderungen
- Yoga-Wanderungen
- und vieles mehr

Weitere Informationen und alle Wanderangebote finden Sie unter www.vhs-saarbruecken.de

ten, quirligen Heidschnuckenlämmern, hellbraunen Limousin-Kuhkälbern und ungewöhnlichen schwarzen Wasserbüffelkälbern. Den Lämmern ganz nah, gewährt uns zum Abschluss der Landschaftspflegeverein Karlsbrunn Einblick in den Alltag und die Arbeit mit diesen Tierkindern. *Hunde sind bei dieser Familienwanderung nicht erlaubt.*

● **Kurs 1309**

Ellen Litzenburger, Dipl.-Geogr.

Sa. 18.04.2026, 09:30 – 13:30 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz am Friedhof Ortseingang Karlsbrunn, Strecke: ca. 4 km
EUR 8,00 (Erwachsene)/5,00 (Kinder)

Ferienkurs

Hofführung für die ganze Familie

Bei dieser Hofführung erhalten Sie und Ihre gesamte Familie interessante Einblicke in die ökologische Landwirtschaft auf dem Wintringer Hof. Die Hofführung wird mit einer gemeinsamen Apfelsaftverkostung vollendet.

● **Kurs 2940**

Gabi Hoffmann, Wintringer Hof

Sa. 04.07.2026, 10:00 – 11:30 Uhr

Treffpunkt: Hofladen Wintringer Hof
EUR 9,00 (inkl. Apfelsaftverkostung)

Exkursionen in Kooperation mit dem Verein Geographie ohne Grenzen e.V./ StattReisen Saar

Sofern nicht anders vermerkt, ist keine Anmeldung erforderlich. Falls man sich anmelden muss, dies bitte direkt bei GoG vornehmen, nicht bei der Volkshochschule. Bitte informieren Sie sich diesbezüglich bei GoG. Die Zahlung der Kursgebühr erfolgt vor Ort. Weitere Informationen bei Geographie ohne Grenzen e.V., Fon 0681 30140289 oder www.geographie-ohne-grenzen.de.

Wanderung

Sandsteinfelsen und Wabenverwitterung

Im Mittelpunkt des Rundgangs stehen die Felsbildungen der Buntsandsteinformation entlang des Kirkeler Felsenpfades mit ihren hier beispielhaft entwickelten Formen der Sandsteinverwitterung. Weitere Themen sind die Bedeutung des Buntsandsteins als Wasserspeicher und seine Rolle als ehemals wichtiger Baustein der Region.

Trittsicherheit und festes Schuhwerk erforderlich!

● **Kurs 1310**

Dr. Hans-Michael Weicken

Sa. 21.03.2026, 14:30, Dauer: ca. 2,5 Std.

Treffpunkt: Kinkel, Limbacher Weg 8 (Wanderparkplatz Kirkeler Tafeltour)
EUR 10,00 (7,00)

Dozentinnen und Dozenten



MARTIN BAMBACH
Wanderführer

» Martin Bambach ist seit mehr als 30 Jahren zu Fuß im Saarland und in der Großregion unterwegs. Er kennt auch die verborgenen „Schätze“ des Landes und erwarnt diese fast täglich mit Einheimischen und Touristen. Daneben ist der zertifizierte Wanderführer auch im „Urwald“ bei Saarbrücken engagiert und zeigt dort den TeilnehmerInnen seiner Veranstaltungen die Schönheit und bergbauliche Vergangenheit dieses einzigartigen Naturschutzgebietes. Als „Wanderführer für Menschen mit Höreinschränkungen“ wurde er 2017 ausgebildet und vermittelt mit Hilfe einer tragbaren Höranlage bei den „Wanderungen mit Hörkomfort“ viel Wissenswertes und Interessantes. Sein Leitspruch lautet „Jede Wanderung oder Exkursion soll für meine Teilnehmer ein besonderes und schönes Erlebnis sein.“ ‹‹

Wanderung**Wälder, Brunnen und grenzenlose Wanderlust – Auf Spurensuche zwischen Pfalz-Zweibrücken und Nassau-Saarbrücken, Bayern und Preußen und zwei Landkreisen**

Das Saarland ist eine uralte Grenzregion und gilt als „Land des Waldes“. Einen schönen Eindruck von beidem vermittelt eine Entdeckungstour zwischen Rohrbach und Spiesen, die durch eine abwechslungsreiche Waldlandschaft mit idyllisch gelegenen Brunnen und Spuren der Antike führt. Die Wanderung folgt abschnittsweise der vormaligen Grenze zwischen Nassau-Saarbrücken und Pfalz-Zweibrücken, Preußen und Bayern und damit zwischen dem UNESCO-Biosphärenreservat Bliesgau und dem Landkreis Neunkirchen. *Trittsicherheit, festes Schuhwerk, geeignete Kleidung und eine gute Kondition werden vorausgesetzt.*

● Kurs 1311**Klaus Friedrich, Stadtführer und Barockexperte**

So. 21.06.2026, 14:30 Uhr,

Dauer: ca. 3 Std.

Treffpunkt: Rohrbach, Wanderparkplatz „Am Glashütter Weiher“ (Anschrift: Am Glashüttenflur)

EUR 10,00 (7,00)

Wandern mit Hörkomfort**Wanderung****Wandern mit Hörkomfort: Auf den „Mount Göttelborn“**

Auf breiten Waldwegen und über schmale Pfade wandern wir am „Hohlenstein“ vorbei zum Hölzerbach. Nach einer kleinen Pause geht es zum Kraftwerk Weiher. Das idyllische Ufer des ehemaligen Absinkweihers, der sich zu einem Biotop entwickelt, lädt ebenfalls zu einer kleinen Rast ein. Mit einer traumhaften Aussicht und 300 Millionen Jahre alten Versteinerungen lockt der „Mount Göttelborn“ (400 m ü. NN), den wir besteigen werden. Auf dem Rückweg führt die Wanderung am „Weißen Riesen“ zurück zum Ausgangspunkt. Einkehrmöglichkeit bei „Martinis“ (wenn geöffnet).

Keine Einkehrmöglichkeit während der Wanderung, Rucksackverpflegung und ausreichend Flüssigkeiten empfohlen. Gut eingelaufenes Schuhwerk erforderlich, schmale Pfade wechseln sich mit breiten Wald- und Forstwegen ab. Hunde (angeleint) erlaubt.

Hinweis: Diese Veranstaltung ist auch für Menschen mit Höreinschränkung geeignet. Bei Bedarf steht eine mobile Phonak-Höranlage zur Verfügung.

● Kurs 1330**Martin Bambach, Erlebnis-Wandern-Saarland**

So. 19.04.2026, 11:00 – 15:15 Uhr, Strecke: 13 km, 279 Höhenmeter, Dauer: ca. 5 Std.

Startpunkt: Parkplatz vor dem „Live Gesundheitszentrum“, Am Campus 1, 66287 Quierschied-Göttelborn
EUR 12,00 (Erwachsene)/EUR 8,00 (Kinder)

Wanderung**Wandern mit Hörkomfort: Unterwegs zum Garten der Fayencen**

Eine Hochebene mit wunderschönen Ausblicken, das Wandern durch die typischen Streuobstwiesen, die Strecke entlang der Blies und nicht zuletzt der Besuch des Keramikmuseums mit seinem wunderschönen Garten sind die Highlights dieser Wanderung im deutsch-französischen Grenzgebiet. Mit etwas Glück hat die Bliesgau-Scheune geöffnet und die Wanderer können dort nach der Tour einkehren. *Unterwegs keine Einkehrmöglichkeit, Rucksackproviand und Flüssigkeiten mitnehmen, Hunde (angeleint) dürfen die Gruppe begleiten, allerdings bleibt ihnen der Zugang zum Museum und dem Garten der Fayencen verwehrt. Hinweis: Diese Veranstaltung ist auch für Menschen mit Höreinschränkung geeignet. Bei Bedarf steht eine mobile Phonak-Höranlage zur Verfügung.*

● Kurs 1331**Martin Bambach, Erlebnis-Wandern-Saarland**

So. 03.05.2026, 11:15 – 16:15 Uhr, Strecke:

11,8 km, 138 Höhenmeter,

Dauer: ca. 5 Std.

Startpunkt: Wiesenparkplatz gegenüber Adventure-Golf, Zum Bergwald, 66271 Kleinblittersdorf

EUR 12,00 (Erwachsene)/EUR 8,00 (Kinder)

Wanderung**Biberexkursion mit Hörkomfort:
Zu Besuch bei Meister Bockert**

✶ Kinder nur in Begleitung Erwachsener
Auf der Exkursion in ein Biberrevier werden die Teilnehmer vom „Biberpaten“ Martin Bambach (www.wander.saarland) begleitet. Auf dem Weg wird er Kurioses und Interessantes aus dem Leben des größten europäischen Nagers berichten. Danach geht es gemeinsam auf Spurensuche. Mit einbrechender Dämmerung bezieht die Gruppe ihren Beobachtungsposten und versucht, die pelzigen Gesellen in ihrem Revier zu entdecken. Bei Dunkelheit geht es dann über einen gut ausgebauten Weg zurück zum Ausgangspunkt der spannenden Exkursion. *Feste Schuhe, warme Kleidung, eine Sitzunterlage, ausreichend Flüssigkeiten und bei Bedarf „leise“ Rucksackverpflegung, eine Taschenlampe und eventuell ein Fernglas mitbringen. Wir bitten um Verständnis, dass uns Hunde bei dieser Veranstaltung ausnahmsweise nicht begleiten dürfen.*

Hinweis: Diese Veranstaltung ist auch für Menschen mit Höreinschränkung geeignet. Bei Bedarf steht eine mobile Phonak-Höranlage zur Verfügung.

● **Kurs 1332****Martin Bambach,
Erlebnis-Wandern-Saarland**

Sa. 11.07.2026, 19:00 – 23:00 Uhr, Strecke: 3,5 km, 19 Höhenmeter, Dauer: ca. 4 Std.
Startpunkt: Wanderparkplatz Steinbachtal, Neuhauser Straße 10, 66113 Saarbrücken
EUR 12,00 (Erwachsene)/EUR 8,00 (Kinder)

Vortrag**Der Wurm ist immer der Gärtner –
Chemiefreies Gärtnern mit
Regenwurm & Co**

Wo Regenwürmer leben, ist der Boden gesund. Wimmelt es im Garten nur so von ihnen, dann haben Sie beim Gärtnern vieles richtiggemacht.

- Muss es wieder Blaukorn sein? Wie Regenwürmer unsere Küchenabfälle zu Superdünger machen.
- Was leistet der Wurm im Garten? Ausflug in die Rhizosphäre.
- Warum nicht mal richtig (!) kompostieren? Altes Wissen neu belebt.
- Wurmhumus, Wurmtee und Co. – Selbstversorger gärtnern mit Mikroben.

In diesem Kurs vermittelt Conrad Schäfer praxisnah, wie man einen Wurmkomposter für Haus und Garten baut und betreibt, spricht über alte und neue, überraschende Erkenntnisse aus der Wurmforschung und erklärt die Grundlagen der Kompostierung, des Bodennahrungsnetzes sowie die Anwendung von Wurmhumus und verwandten Produkten in Topf, Beet und Garten.

● **Kurs 1341****Conrad Schäfer, Wurmfarmer,
Unternehmer**

Mo. 27.04.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 1 OG
EUR 6,00

**Dozentinnen und
Dozenten**

CONRAD SCHÄFER
*Wurmfarmer, Klimaschutzler,
Unternehmer*

» Conrad Schäfer ist Geschäftsführer des Startups Vermi Biotech und betreibt mit dem „Wurmhaus Gersweiler“ eine Wurmfarm in Saarbrücken. Dort berät er Kundinnen und Kunden, bietet nachhaltige Dünger, Humus und Komposttees an und gibt sein Wissen gerne weiter. «



SEMESTERERÖFFNUNG

der vhs Regionalverband Saarbrücken

Foto: Fairtrade Tim Kewertisch



VORTRAG

„Mit Fairem Handel
zu einer nachhaltigen
Weltwirtschaft“

Claudia Brück,
Vorständin für Kommunikation und
Politik des Fairtrade Deutschland
e. V.

Unter der Schirmherrschaft
der Ministerin für Bildung und Kultur
des Saarlandes
Christine Streichert-Clivot



Foto: Holger Kiefer

➤ Mo. 09.03.2026 | 17:30 Uhr

PROGRAMM

- Begrüßung: Dr. Carolin Lehberger, Regionalverbandsdirektorin und Nicole Boissier, vhs-Direktorin
- Grußwort: Christine Streichert-Clivot, Ministerin für Bildung und Kultur des Saarlandes
- Claudia Brück, Vorständin für Kommunikation und Politik des Fairtrade Deutschland e. V.
Vortrag: „Mit Fairem Handel zu einer nachhaltigen Weltwirtschaft“
- Musikalische Umrahmung

VERANSTALTUNGSORT

vhs-Zentrum | Saal 4 OG
Schlossplatz 15 | 66119 Saarbrücken

Eine Anmeldung zur Veranstaltung ist erforderlich unter:
www.vhs-saarbruecken.de
Kursnummer 1300

Eintritt frei

Mit freundlicher Unterstützung durch:

Ministerium für
Bildung und Kultur
SAARLAND



vhs
Volkshochschule
Regionalverband Saarbrücken



Für alle, die mehr über Trüffel wissen möchten, gerne mit ihrem Hund in der Natur unterwegs sind und die Bindung zu ihrem treuen Vierbeiner stärken möchten, veranstaltet die vhs Regionalverband Saarbrücken wieder eine kleine Vortragsreihe mit der Trüffel-expertin Gabi Wenk.

Vortrag

Schätze der Natur: Trüffel im Saarland

Entwicklung, Vorkommen und Suche von Trüffel – der Vortrag widmet sich der Entwicklung der Trüffelvorkommen, ihrer Verwendung und Suche vom Mittelalter bis heute. Die Ausbildung von Hunden zu Trüffelhunden wird ebenso angesprochen wie der Trüffelanbau in Deutschland und die Anlage von Trüffelanlagen.

● Kurs 1320

Gabi Wenk, Forschungsgruppe Hypogäen

Di. 24.03.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 23

EUR 6,00

Exkursion

Trüffelsuche mit Hund Candy

Im Saarland gibt es ca. 300 verschiedene Trüffelarten: Beobachten auch Sie den ausgebildeten Trüffelhund Candy bei der Suche nach weiteren Arten in unserem Wald. 175 verschiedene Arten wurden von ihr bereits entdeckt.

Gabi Wenk bringt auch Ihrem Hund in einem Wochenendseminar das Trüffelsuchen bei: Näheres auf ihrer Homepage trueffelwelten.de.

Andere Hunde können hier nicht mitgebracht werden.

● Kurs 1321

Gabi Wenk, Forschungsgruppe Hypogäen

Fr. 22.05.2026, 14:00 – 16:00 Uhr

Treffpunkt: SB, Haupteingang
Deutsch-Französischer Garten
EUR 8,00

Vortrag

Trüffelanbau im Saarland

Welche Möglichkeiten gibt es für den Trüffelanbau, gibt es Hindernisse, was ist zu beachten? Hier werden Sie darüber informiert und Ihre Fragen beantwortet.

● Kurs 1322

Gabi Wenk, Forschungsgruppe Hypogäen

Do. 20.08.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 23

EUR 6,00

Vortrag

4 Pfoten, viele Fragen: Der Vortrag für Menschen mit Hundewunsch

Du wünschst dir einen Hund, der perfekt zu dir passt? Dann bist du hier genau richtig. Wolltest du schon mal ein Rennrad kaufen und hast versehentlich ein Lastenrad bestellt? Nein? Dann sicher, weil du dir vor dem Kauf viele Gedanken gemacht hast: Welche Räder gibt es? Welches Rad für welchen Zweck? Was ist bei Gebrauch/Pflege/Wartung zu beachten? Ein Hund ist kein Rad und trotzdem: Information ist alles. Und zwar VOR dem Hundekauf: Welcher Hund passt zu mir? Rassehund? Mischling? Wie sieht ein Hunde-Alltag? Was kostet ein Hundeleben? Diese und weiteren Fragen beantworte ich dir.

● Kurs 1324

Sabrina Klotchkova,

Hundeschule „Mein Held bellt“

Do. 21.05.2026, 18:00 – 20:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 5,00

Dozentinnen und Dozenten



© Tim Keweritsch

CLAUDIA BRÜCK

**Vorständin Kommunikation &
Politik Fairtrade Deutschland e. V.**

» Claudia Brück, Regionalwissenschaftlerin für Lateinamerika und Germanistin, startete nach mehrjähriger journalistischer Tätigkeit und Auslandsaufenthalten 1999 bei Fairtrade Deutschland. Beginnend als Pressesprecherin, setzte sie immer wieder neue Impulse für Kampagnen und internationale Kooperationen. Sie ist seit 2016 geschäftsführendes Vorstandsmitglied und seit Juli 2024 Mitglied des dreiköpfigen paritätischen Vorstands bei Fairtrade Deutschland e. V. Claudia Brück verantwortet die Bereiche strategische Kommunikation, entwicklungspolitische Positionierung und die Zusammenarbeit mit zivilgesellschaftlichen und entwicklungspolitischen Stakeholdern. «

In Kooperation mit den Freunden des Abenteuer museums e. V.

Bildvortrag

Schmetterlinge

Der bekannte Schmetterlingsforscher Rainer Ulrich aus Eppelborn im Saarland entführt die Zuschauer mit faszinierenden Fotos in die zauberhafte Welt der bunten

Falter. Er hat im bekannten Stuttgarter KOSMOS-Naturbuchverlag vier viel beachtete Bücher über Schmetterlinge geschrieben – u. a. das Bestimmungsbuch „Wer flattert hier?“. In seinem Vortrag präsentiert er mit farbenfrohen Bildern die wunderschöne Vielfalt unserer heimischen Falterwelt: vom prächtigen „Nationalschmetterling“ Schwalbenschwanz über den „Kolibri-Schmetterling“ Taubenschwanz bis hin zu den herrlich blau leuchtenden Schillerfaltern. Dabei wird auch die faszinierende Verwandlung vom Ei über Raupe und Puppe bis zum fertigen Schmetterling gezeigt. Eine von vielen Überraschungen: Allein im kleinen Saarland fliegen über 2.500 verschiedene Schmetterlingsarten. Ein Schwerpunkt des Vortrags bildet der schmetterlingsfreundliche Garten. Rainer Ulrich gibt praxisnahe Tipps, wie sich Schmetterlinge mit kleinen, ganz leicht nachvollziehbaren Maßnahmen dauerhaft im Garten ansiedeln lassen. So können Sie Schritt für Schritt Ihren eigenen Garten in ein Rückzugsgebiet für Falter umgestalten.

● Kurs 1360

Rainer Ulrich

Fr. 26.06.2026, 18:00 – 20:00 Uhr
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss
gebührenfrei

In Kooperation mit der Saarländischen Wasserstoffagentur GmbH

Veranstaltungsreihe

„Das Wasserstoffland Saarland – Einblicke in die regionale Energiewende“

Vortrag

Wasserstoffprojekte im Saarland und der Großregion

Ein kompakter Überblick über zentrale Vorhaben im Saarland und der Großregion: von der Transformation der Stahlindustrie über das grenzüberschreitende Pipelineprojekt mosaHYC bis hin zur grünen Wasserstoffproduktion in Carling. Zusätzlich werden Fragen der Energiesicherheit behandelt und welche Rolle Wasserstoff dabei spielt. Der Termin zeigt, welche Rolle saisonale Wasserstoffspeicher und Lösungen zur Spitzenlastabdeckung künftig spielen werden und wie das Saarland zur Stabilisierung des Energiesystems beitragen kann.

● Kurs 1335

Team der H2Saar

Di. 21.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
gebührenfrei

Vortrag

Wege der Wasserstoffherstellung: heute und morgen

Ein praxisnaher Einblick in bestehende und zukünftige Produktionspfade: Die Teilnehmenden lernen klassische Verfahren zur Wasserstoffherstellung wie Dampfpreformierung ebenso kennen wie moderne Elektrolysetechnologien, potenzielle Optionen rund um weißen Wasserstoff und weitere innovative Herstellungsverfahren. Ziel ist es, den Teilnehmenden ein realistisches Bild der technischen

Der Stoff, mit dem wir das Jetzt formen.

Energieträger Wasserstoff

VHS Kursreihe
Wasserstoffland Saarland 2026!

Infos & Anmeldung hier!

H2Saar
SAARLÄNDISCHE WASSERSTOFFAGENTUR GMBH

NATUR, UMWELT, NACHHALTIGKEIT

Möglichkeiten und ihrer Perspektiven hinsichtlich einer Wasserstoffwirtschaft zu geben.

● Kurs 1335A

Team der H2Saar

Di. 12.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
gebührenfrei

Vortrag

Regionale, nationale und europäische Wasserstoffinfrastruktur und Wasserstoffimportoptionen

Dieser Termin beleuchtet die großen Linien der zukünftigen Wasserstoffversorgung: Nutzung der Inselnetze, des Deutsche Kernnetzes sowie des European Hydrogen Backbone zum innereuropäischen Wasserstofftransport. Welche Importstrategien wurden entwickelt und welche Rolle spielen dabei die Häfen in Nord- und Ostsee. Dazu gehört auch ein Blick auf Wasserstoffderivate wie Ammoniak oder Methanol und deren Bedeutung für Handel und Transport.

● Kurs 1335B

Team der H2Saar

Di. 09.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
gebührenfrei

Exkursion

Expedition ins Labor MINT-Campus St. Ingbert

Der Abschluss der Vortragsreihe findet im Schülerforschungs- & Technikzentrum (SFTZ) des MINT-Campus Alte Schmelz e.V. in St. Ingbert statt. Nach einer Einführung in das Thema „Was ist die Alte Schmelz“ mit Einblicken in die historische Eisen- und Stahlherstellung erwartet die von der Knallgasreaktion über Elektrolyse bis hin zur „grünen Stahlherstellung“.

● Kurs 1335C

Team der H2Saar

Di. 23.06.2026, 17:00 – 20:30 Uhr
MINT-Campus Alte Schmelz e.V., Saarbrücker Str. 38e, 66386 St. Ingbert
gebührenfrei

In Kooperation mit dem Gesundheitsamt und dem Klimaschutzmanagement des Regionalverbandes Saarbrücken

Vortragsreihe „Klimawandel und Gesundheit – Wie schütze ich mich und andere?“

Die Veranstaltungsreihe „Klimawandel und Gesundheit – Wie schütze ich mich und andere?“ beleuchtet, wie sich der Klimawandel auf unseren gewohnten Alltag und insbesondere auf unsere Gesundheit auswirkt. In drei Terminen stehen die Themen Hitze, UV-Strahlung sowie Allergien, Zecken und Mücken im Fokus. Dabei wird auf unterschiedliche Bedarfe von Jung und Alt eingegangen und Tipps vermittelt, was wir für uns selbst, wie auch für unsere Angehörigen, aktiv tun können, um gesund zu bleiben. Neben informativen Vorträgen bleibt Zeit für Austausch und Fragen.

Vortrag

Hitze und Gesundheit – Wie komme ich gut durch Hitzewellen?

● Kurs 2712

Dr. Christina Schumacher/Lisa Wagner, Gesundheitsamt/Stephan Zander, Klimaschutzmanager Regionalverband

Mi. 10.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
gebührenfrei

Dozentinnen und Dozenten



© Sandra Konrad

SABRINA KLOTCHKOVA Hundetrainerin

» Sabrina Klotchkova ist Fachkraft für Hundeerziehung und -ausbildung mit Zulassung nach § 11 Tierschutzgesetz (Hundetrainerin), Ausbilderin für Schulhund-Teams, zertifizierte Gymnastricks-Trainerin und Mitglied im Berufsverband zertifizierter Hundetrainer (BVZ-Hundetrainer e.V.). In ihrer Hundeschule Mein Held bellt verhilft sie HundehalterInnen zu einem entspannten Alltag mit Hund. Neben Erziehungskursen, Umwelt- und Alltagstraining sowie individuellem Einzeltraining bietet Sabrina auch Beschäftigungskurse, Tricktrainings und moderierte Freilaufgruppen an. Die Beratung vor dem Hundekauf ist ihr ein besonderes Anliegen. «



SAARLAND

Großes entsteht immer
im Kleinen.

C'est la wir.

Hier lernst du Sprachen im Klassenzimmer.
Und vis-à-vis mit dem Nachbarn.

willkommen.saarland

Mehr Tipps zum
Sprachenlernen:



Vortrag

UV-Strahlung – Sommer, Sonne, Hautkrebsprävention

● **Kurs 2713**

Dr. Christina Schumacher/Lisa Wagner, Gesundheitsamt/Stephan Zander, Klimaschutzmanager Regionalverband

Mi. 01.07.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 23

gebührenfrei

Vortrag

Volkskrankheit Allergie und die kleinen (großen) Gefahren in der Natur: Zecken und Mücken

● **Kurs 2714**

Dr. Christina Schumacher/Dr. Sebastian Symank/Lisa Wagner, Gesundheitsamt/Stephan Zander, Klimaschutzmanager Regionalverband

Mi. 12.08.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

gebührenfrei

Eine Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live



Online-Kurs

Die Gletscher: Von der letzten Eiszeit bis morgen

Der Rückgang der Gebirgsgletscher zählt zu den sichtbarsten Auswirkungen des globalen Klimawandels. Die Frage, wie lange es die Gletscher der Erde noch gibt und welche Folgen ihr Verschwinden haben wird, betrifft uns alle. Die renommierte Gletscherforscherin Andrea Fischer erklärt anschaulich, wie die Gletscher entstanden sind und wie sie die Landschaft geformt haben. Zudem erzählt sie von der Faszination der Gletscher und der gemeinsamen Geschichte von Menschen und Gletschern. Was aber würde deren Verlust für den Planeten bedeuten? Und

können die Gletscher wiederkommen?

● **Kurs 1323**

Dr. Andrea Fischer

Do. 16.04.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

online

gebührenfrei

Veranstaltungsreihe „Klima und Wir“ – Klimaschutzwissen für alle!

Volkshochschulen sind wichtige Bildungs- und Austauschorte für Klimaschutz. Mit der kostenlosen Webinar-Reihe „Klima und Wir“ laden wir alle Interessierten ein, praxisnahes Wissen zu Klimawandel, Nachhaltigkeit und umweltbewusstem Handeln zu sammeln. Die Reihe ist Teil des Projekts „vhs goes green 2“ und wird gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Klima im Rahmen der Nationalen Klimaschutzinitiative.



Online-Kurs

Klima und Kultur: Für mehr Klimaschutz – und was für dafür tun können

Franziska Mohaupt spricht über den Zusammenhang zwischen Klima und Kultur. In ihrem Vortrag zeigt sie, wie Kultureinrichtungen mehr als nur Orte der Kunst sein können – sie haben das Potenzial, gesellschaftlichen Wandel aktiv mitzugestalten. In dem Vortrag erfahren Sie, wie Klimaschutz in den Alltag von Kultureinrichtungen integriert werden kann, sei es durch nachhaltige Strukturen, ressourcenschonendes Arbeiten oder durch thematische Impulse in der Programmarbeit. Darüber hinaus wird die Rolle von Kulturorten als „Dritte Orte“ beleuchtet: als Räume, in denen Menschen zusammenkommen, Ideen teilen und gemeinsames Handeln für eine nachhalti-

ge Zukunft erproben. Das Webinar richtet sich an Kulturschaffende und Interessierte, die Kultur als Motor für Klimaschutz und Transformation verstehen möchten.

● **Kurs 1326**

Franziska Mohaupt

Mi. 18.03.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

online

gebührenfrei



Online-Kurs

Klima und Beteiligung: Wie können wir vor Ort wirksam werden

Dr. Jonathan Seim, Referat Bürgerbeteiligung der Stadt Wuppertal, spricht darüber, wie wir in unserer Gemeinde konkret etwas für den Klimaschutz tun können. Ob beim Einkauf, in lokalen Initiativen oder an der Wahlurne – jede und jeder von uns kann sich einbringen. Doch wie behält man in dieser Vielfalt den Überblick? Der Referent zeigt, welche Handlungs- und vor allem politischen Beteiligungsmöglichkeiten es gibt, ordnet sie systematisch und macht sie mit anschaulichen Praxisbeispielen greifbar. Der Vortrag lädt dazu ein, eigene Ideen zu entwickeln und zu entdecken, wo wir vor Ort gemeinsam wirksam werden können.

● **Kurs 1327**

Dr. Jonathan Seim

Mi. 22.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

online

gebührenfrei

**Online-Kurs****Klima und Psychologie:****Warum Wissen allein nicht reicht**

In der Webinar-Reihe zeigt Anna-Sophie von Agris den Zusammenhang von klimabewusstem Handeln und psychologischen Aspekten. „Was treibt jede/n Einzelne/n an, sich klimaschützend zu verhalten? Warum gelingt sozial-ökologisches/nachhaltiges Verhalten nicht immer – trotz positiver Einstellungen und bereits viel vorhandenem Wissen? Diese Fragen treiben Einige um! Mit einem Blick auf umweltpsychologische Forschung vermitteln wir passend dazu in diesem Workshop Wissen und praktische Ansätze, um Menschen besser zu verstehen und so Klimaschutzkampagnen und -aktionen wirksamer zu gestalten.“

● **Kurs 1328****Anna-Sophie von Agris**

Do. 07.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
online
gebührenfrei

**Online-Kurs****Klima und Finanzen:****Grün investieren – aber wie?**

Michael Herte von der Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein stellt die wachsende Bedeutung von Umweltbewusstsein bei privaten Geldanlagen vor. Immer mehr AnlegerInnen legen nicht nur Wert auf Rendite und Sicherheit, sondern möchten mit ihren Investitionen auch einen positiven Beitrag zum Klima- und Umweltschutz leisten. Der Vortrag zeigt, wie groß das Interesse an nachhaltigen Finanzprodukten inzwischen ist, welche

Chancen sich dadurch eröffnen und worauf VerbraucherInnen achten sollten. Gleichzeitig hilft er, typische Barrieren abzubauen: Viele Menschen fühlen sich unsicher, weil die Begriffe „nachhaltig“ oder „grün“ im Finanzbereich oft unterschiedlich verwendet werden. Der Referent gibt hier Orientierung, erklärt gängige Nachhaltigkeitskriterien und zeigt praxisnah, wie man problematische Produkte erkennt und vermeidet. Damit bietet die Veranstaltung eine wertvolle Entscheidungshilfe für alle, die ihr Geld klimabewusst anlegen möchten – und dabei nicht in die Falle von Greenwashing oder undurchsichtigen Angeboten geraten wollen.

● **Kurs 1329****Michael Herte**

Mi. 03.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
online
gebührenfrei



UMWELTSCHUTZ IST UNSERE BERUFUNG!

**JETZT
BEWERBEN!**



**MACH'S
KLAR!**
evs.de/jobs

**SEINER BERUFUNG FOLGEN UND GLEICHZEITIG
ETWAS FÜR DIE UMWELT TUN...**

Im Team des **Entsorgungsverbandes Saar** erwartet Sie eine sinnhafte Tätigkeit in einem modernen Arbeitsumfeld mit sicheren Zukunftsperspektiven.
Wir suchen Facharbeiter und Ingenieure (m/w/d).



Lerne
klimafreundlich
zu handeln.



Finde
deinen Kurs

www.vhs-saarbruecken.de



Foto: Nancy Ebert

Di. 19.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

VORTRAG VON SAMUEL KOCH

Anders stark – wie wir von Vielfalt profitieren

Vielfalt zu leben bedeutet, Unterschiede anzuerkennen und sich gegenseitig zu unterstützen. Samuel Koch spricht darüber, wie Offenheit zu Stärke wird, Gemeinschaft entstehen lässt und warum es Mut braucht, Hilfe anzunehmen.

Ein persönlicher Vortrag, der neue Perspektiven eröffnet, inspiriert und nachhaltig bewegt.

In Kooperation mit dem Regionalverband Saarbrücken
im Rahmen des Deutschen Diversity Tages 2026

- Samuel Koch,
- Redner, Autor und Schauspieler
- Festsaal | Saarbrücker Schloss
- Kursnummer 1480
- EUR 19,00 (15,00 Euro Schwerbehinderte)
- Anmeldung erforderlich unter:
- www.vhs-saarbruecken.de



Beratung und Information

**Franziska Bartosch**

Pädagogische Mitarbeiterin
 Rathaus-Carré
 Gerberstr. 2
 66111 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4339
 Fax 0681 506-4390
franziska.bartosch@rvsbr.de

Anmeldung und Service

**Armin Schönenberger**

Sachbearbeiter
 Rathaus-Carré
 Gerberstraße 2
 66111 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4341
 Fax 0681 506-4398
armin.schoenenberger@rvsbr.de

Pädagogik, Psychologie

Im Programmbereich Pädagogik und Psychologie bietet die vhs Regionalverband ein vielseitiges Angebot zu Erziehungsthemen, zur Stärkung persönlicher Kompetenzen und zur Förderung einer positiven Selbstwahrnehmung.

In mehreren Online-Angeboten bieten die DozentInnen der Elternschule darüber hinaus Einblicke in Themen wie Medienkompetenz in der Familie, bedürfnisorientierte Erziehung und kindgerechter Umgang mit Trauer und Tod.

Das Kursangebot im Bereich Psychologie orientiert sich, sowohl bei den Methoden zur Selbsthilfe als auch bei der Vermittlung des Grundlagenwissens zur Unterstützung der persönlichen Entwicklung, an der Definition der Weltgesundheitsorganisation (WHO) bezüglich seelischer Gesundheit.



PÄDAGOGIK, PSYCHOLOGIE

Elternschule

Innerhalb des Programmbereichs Pädagogik bieten wir im Rahmen der Elternschule Vorträge, Workshops und Online-Formate von fachlich qualifizierten DozentInnen zu relevanten pädagogischen Fragestellungen und Themen an. Darüber hinaus besteht für Elternvertretungen, Kitas und Schulen die Möglichkeit, verschiedene „Themen-Elternabende“ zu buchen. Diese finden sowohl vor Ort in der jeweiligen Einrichtung als auch online statt. Gefördert werden diese Veranstaltungen durch das Ministerium für Bildung und Kultur des Saarlandes.



Online-Kurs

Von Eifersucht bis Teamgeist – Geschwister im Erziehungsalltag begleiten

Geschwister – das ist oft eine ganz besondere Mischung aus Nähe, Rivalität, Liebe und Streit. Mal spielen sie friedlich zusammen, mal fliegen die Fetzen – und als Eltern steht man mittendrin. In diesem Workshop geht es darum, wie Eltern ihre Kinder dabei unterstützen können, die Geschwisterbeziehung positiv zu gestalten. Wir schauen gemeinsam darauf, was hinter typischen Konflikten steckt, wie Eltern mit Eifersucht umgehen können und was sie tun können, um das Miteinander zu stärken. Begleiten Sie Ihre Kinder dabei, aus kleinen Rivalen starke Teamplayer zu machen – mit Gelassenheit, Verständnis und Humor.

● Kurs 1401

Praksys Partnersch. Burkert+Wilhelm

Mi. 11.03.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
online
gebührenfrei



Online-Kurs

Mitfühlen lernen – Wie Kinder Empathie entwickeln

Mitgefühl und Empathie gehören zu den wichtigsten sozialen Fähigkeiten, die Kinder für ein respektvolles und friedliches Zusammenleben brauchen. Doch wie entsteht Empathie – und wie können Eltern sie im Alltag fördern? Neben kurzen theoretischen Impulsen gibt es Raum für Austausch, Fragen und praktische Anregungen, die Eltern im Familienalltag umsetzen können.

● Kurs 1402

Praksys Partnersch. Burkert+Wilhelm

Mi. 29.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
online
gebührenfrei



Online-Kurs

Wenn einer alles regelt – Alltag und Erziehung allein tragen

Alleinerziehend zu sein bedeutet, jeden Tag Entscheidungen allein zu treffen, Verantwortung zu tragen und dennoch für die eigenen Bedürfnisse kaum Zeit zu finden. In diesem Online-Elternabend sprechen wir darüber, wie Sie Belastungen reduzieren, Unterstützungsmöglichkeiten nutzen und Ihren Familienalltag entlasten können. Außerdem erhalten Sie praktische Impulse für mehr Selbstfürsorge, klare Grenzen und eine stabile Alltagsstruktur. Gemeinsam tauschen wir uns über Herausforderungen und gelingende Strategien aus – wertschätzend, entlastend und stärkend. Der Abend bietet Raum für Fragen, Austausch und neue Perspektiven.

● Kurs 1403

Praksys Partnersch. Burkert+Wilhelm

Do. 28.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
online
gebührenfrei



Online-Kurs

Hochsensibles Kind – Wie ich als Elternteil mein Kind unterstützen kann

Ein hochsensibles Kind braucht besondere Fürsorge und Verständnis. In diesem Workshop lernen Eltern, die Bedürfnisse hochsensibler Kinder besser zu erkennen und ihnen im Alltag Sicherheit zu geben. Sie erhalten praktische Tipps, wie Sie die Stärken Ihres Kindes fördern und es in seiner emotionalen Entwicklung unterstützen können.

● Kurs 1405

Vanessa Horn

Do. 30.04.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
online
gebührenfrei



Online-Kurs

Kinder trauern anders

Kinder trauern oft auf ihre eigene Weise und brauchen besondere Unterstützung, um Verlust zu verarbeiten. In diesem Workshop erfahren Eltern und Bezugspersonen, wie Kinder Trauer erleben und ausdrücken. Sie lernen, wie Sie einfühlsam auf kindliche Trauer eingehen und ihnen Trost und Stabilität bieten können.

● Kurs 1407

Vanessa Horn

Do. 18.06.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
online
gebührenfrei

Workshop**Kinder, Kommunikation und Konfliktlösungen**

Den ganzen Tag sind wir im Austausch. Aber wie viel Zeit nehmen wir uns tatsächlich um die Bedürfnisse von Kindern zu sehen und zu hören? Wie genau hören wir ihnen zu und wie konstruktiv erarbeiten wir schon mit den Kleinsten an Konfliktlösung und Kompromissen? In diesem Kurs schauen wir uns zwei Modelle von Kommunikation an, besprechen was Kinder in welchen Altersgruppen können und brauchen, wie Eltern es schaffen mit ihren Kindern in Beziehung zu bleiben, an Lösungen zu arbeiten und welches Handwerkszeug es dazu gibt.

● **Kurs 1420****Jessica Fiedler**

Mi. 26.08.2026, 09:30 – 14:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 16

EUR 10,00

Workshop**Kinder und ihre starken Gefühle (Wut und Bedürfnisse)**

Kinder erleben in jeder Entwicklungsphase neue Möglichkeiten, sowie Hürden, die zu Freude, Stolz, Angst, Wut und Frustration führen. Um kindgerecht auf diese Gefühle und die dahintersteckenden Bedürfnisse eingehen zu können, muss man verstehen was ein Kind in welchem Alter kognitiv leisten und umsetzen kann. Wie schaffen Sie es als Eltern ihr Kind mit seinen starken Gefühlen zu verstehen, welche positiven Seiten haben diese Gefühle und wie können Sie konstruktiv damit umgehen.

● **Kurs 1421****Jessica Fiedler**

Sa. 13.06.2026, 09:30 – 14:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 16

EUR 10,00

Lesung**IN WÜRDE ELTERN – Gemeinsam gelacht ist besser als alleine verzweifelt**

Wie wir unser Familienleben entspannter und gechillter gestalten.

Stellen Sie das Glas vom Tischrand immer in die Mitte? Haben Sie immer Feuchttücher dabei und benutzen Sie diese auch bei Erwachsenen? Trauern Sie in der Pubertät der Zeit des Zockens hinterher, weil ihre Kinder auf einmal raus wollen und das Loslassen so weh tut? Dann erstmal „Glückwunsch!“ Sie sind Eltern. Und damit beginnt das Abenteuer: Endlos hohe Wäscheberge, am Anfang Duschen mit Publikum, das schlechte Gewissen, die ewigen Schuldgefühle und ständige Freifahrten im Hamsterrad. Wir lieben unsere Kinder, aber manchmal treiben sie uns in den Wahnsinn. In unseren Wohnungen herrscht oft das pure Chaos, in unseren Köpfen auch. Familienalltag am Limit. Jede Familie ist anders, aber wir sitzen alle im selben Boot. Ein besonderer „Feel so good – Abend!“ für ALLE Eltern, die danach sagen werden: „Das hat uns wirklich gutgetan!“

● **Kurs 1415****Matthias Jung, Dipl.-Pädagoge und Buchautor**

Di. 09.06.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

Schlosskeller, Saarbrücker Schloss

EUR 7,00

Dozentinnen und Dozenten**MATTHIAS JUNG***Diplom-Pädagoge,**SPIEGEL-Bestseller Autor*

» SPIEGEL-Bestseller-Autor, Diplom Pädagoge und „Familien Doc“ Matthias Jung bietet konkrete Ratschläge für Eltern, die oft an ihre Grenzen stoßen. Er zeigt anhand vieler persönlicher Erlebnisse, wie Eltern ihre Familie liebevoll und gechillter durch alle Phasen der kindlichen Entwicklung begleiten können. «



Elternschule

Erziehen und Lernen fördern

Weitere Infos:

<https://vhs-saar.de/projekte/elternschule>

gefördert durch:



Sprachförderung in Kindertagesstätten

Frühförderprojekt „Deutsch ab 3“

Seit 2006 führt die vhs Regionalverband Saarbrücken das erfolgreiche Projekt „Deutsch schon ab 3“ in verschiedenen städtischen und konfessionellen Kindergärten des Regionalverbandes Saarbrücken durch. Mit diesem Projekt steht ein Instrumentarium zur Verfügung, welches die Erfordernisse des frühkindlichen Sprachen- oder Zweitspracherwerbs berücksichtigt. Das Projekt wird in Kooperation mit dem Amt für Kinder und Bildung der Landeshauptstadt Saarbrücken in verschiedenen Kitas durchgeführt.

● Kurs 1430

ab Mo. 09.03.2026
gebührenfrei

Informationen zu den Kursen:
Franziska Bartosch
Fon 0681 506-4339
franziska.bartosch@rvsbr.de

PSYCHOLOGIE

Das Kursangebot im Bereich Psychologie und Persönlichkeitsentwicklung orientiert sich an der Definition der Weltgesundheitsorganisation (WHO) bezüglich mentaler und seelischer Gesundheit. Sowohl bei den methodischen Angeboten zur Selbsthilfe als auch bei der Vermittlung von Grundlagenwissen ersetzen unsere Kurse keine Therapie.

Eine Veranstaltung der Reihe vhs.wissen.live



Online-Kurs

Bauchentscheidungen:

Die Intelligenz des Unbewussten und die Macht der Intuition

„Das Herz hat seine Gründe, die der Verstand nicht kennt“, schrieb Blaise Pascal bereits im 17. Jahrhundert. Die Wissenschaft scheute lange die „Herzengründe“ oder auch Bauchentscheidungen wie der Teufel das Weihwasser. Aber: Gute Entscheidungen basieren oft auf einer unbewussten Intelligenz, die sehr schnell operiert und gerade in komplexen Situationen faszinierend einfach ist, sicher im Erkennen des Wesentlichen und logischen Abwägungen weit überlegen. Das heutige Wissen über das Bauchgefühl revolutioniert unser Bild vom menschlichen Verstand. In einer komplizierten Welt lehren uns Entscheidungen „aus dem Bauch“ die Lebenskunst, paradox formuliert, intuitiv zu wissen, was sich nicht zu wissen lohnt.

● Kurs 1448

Prof.Dr. Gerd Gigerenzer

Do. 18.06.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
online
gebührenfrei

Abendkurs**Innere Kindarbeit:
In 3 Schritten zu einem starken ICH
(nach Stefanie Stahl)**

Manchmal wissen wir nicht weiter und verzweifeln. Uns fehlt der Ansatzpunkt, oder wir fühlen uns gerade so schwach, dass keine Lösung in Sicht ist. Wie Sie Ihre Probleme auf einfache und spielerische Weise verstehen und dabei aus einem kaum genutzten Ressourcenfeld in Ihnen schöpfen können, zeigt Ihnen das Seminar. Indem Sie sich Ihrem Sonnen- und Schattenkind widmen, beide Anteile verstehen und nutzen lernen, entsteht eine neue Balance in Ihnen – eine gesunde Allianz zwischen Ihrem Bedürfnis nach Bindung und Anerkennung sowie Ihrem Bestreben nach Autonomie und Freiheit. Mit gezielten Übungen gelangen Sie zu einem selbstbewussten Ich.

● **Kurs 1460****Dorothee Schank**

Mi. 17:00 – 19:00 Uhr
ab 22.04.2026, 5 Termine
Altes Rathaus, Raum 16
13,3 UST, EUR 65,00

Nachmittagskurs**Ängste lösen und Grübeln stoppen
mit LOM***

Wie wäre es, wenn Sie Angst und Grübeln stoppen könnten – durch Malen einer einfachen Form? Wie das funktioniert und was das mit unserem Gedächtnis zu tun hat, erfahren Sie in einem spannenden Bildvortrag: Die erfahrene Kunsttherapeutin Brigitte Morsch demonstriert, wie Sie durch hirngerechte Bilder in kurzer Zeit Ängste loslassen und negative Gedanken stoppen können. Nach dem Vortrag leitet sie praktische Selbsthilfeübungen mit Stift und Papier an. Sie brauchen keinerlei Maltalent.

● **Kurs 1455****Brigitte Morsch, Coach
und LOM-Therapeutin**

Do. 23.04.2026, 14:30 - 17:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 23
EUR 35,00

Abendkurs**Selbstcoaching**

Wir alle kennen sie: Die Liste leiser Wünsche und großer Pläne. Weniger Streit, mehr Selbstvertrauen, ein beruflicher Neustart. Doch oft fehlt der Mut oder die Klarheit – und alles bleibt, wie es ist. Mein Ansatz setzt genau dort an: 15 Minuten tägliches Self-Coaching, die Dir Struktur, Klarheit und eine lösungsorientierte Denkweise schenken. Mit wirksamen Methoden, einfachen Werkzeugen und Coaching auf Wunsch begleite ich dich Schritt für Schritt zu nachhaltigen Veränderungen. Stell Dir vor, wie anders Dein Leben in wenigen Wochen aussehen könnte – wagst Du den ersten Schritt?

● **Kurs 1465****Dr. Sylvie Dauriach**

Do. 15:00 – 16:30 Uhr
ab 12.03.2026, 6 Termine
Altes Rathaus, Raum 16
EUR 50,00

**Dozentinnen und
Dozenten****SAMUEL KOCH****Redner, Autor und Schauspieler**

» Samuel Koch ist ein Mutmacher, wenn es darum geht, andere Menschen darin zu bestärken, aus jeder Situation das Beste zu machen. Der ehemalige Kunstturner, der seit seinem Unfall in der TVShow „Wetten dass ...?“ vom Hals abwärts gelähmt ist, begeistert seit vielen Jahren durch seine positive Ausstrahlung und seine Lebensfreude. Er, der sich nur mit Hilfe anderer bewegen kann, erreicht und bewegt Menschen wie kaum jemand sonst.
«

In Kooperation mit dem Regionalverband
Saarbrücken im Rahmen des Deutschen
Diversity Tages 2026

Vortrag

Anders stark – wie wir von Vielfalt profitieren

Warum wir einander helfen und Hilfe annehmen sollten. Wie wir Stärken stärken und Gemeinschaft schaffen. Was zu tun ist, damit Vielfalt kein Modewort bleibt. Samuel Koch ist ein authentischer und mitreißender Mutmacher, der andere Menschen darin bestärkt, Veränderungen zuzulassen und aus jeder Situation das Beste zu machen. Er begeistert die Zuschauer durch seine positive Ausstrahlung, inspiriert und versprüht Zuversicht mit Humor und einem Augenzwinkern und beweist, dass wahre Stärke von innen kommt und nicht von äußeren Faktoren abhängig ist.

● Kurs 1480

Samuel Koch, Redner, Autor und Schauspieler

Di. 19.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Festsaal im Saarbrücker Schloss,
Schlossplatz, 66119 Saarbrücken
EUR 19,00 (15,00 Schwerbehinderte)

Beratung und Information



Dr. Elisabeth Schmitt

Programmbereichsleiterin

Altes Rathaus, Zi. 35

Schlossplatz 1

66119 Saarbrücken

Fon 0681 506-4335

Fax 0681 506-4390

elisabeth.schmitt@rvsbr.de

Anmeldung und Service



Monika Metzen

Sachbearbeiterin

Altes Rathaus, Zi. 1

Schlossplatz 1

66119 Saarbrücken

Fon 0681 506-4324

Fax 0681 506-4390

monika.metzen@rvsbr.de

Recht und Beratung/ Verbraucherschutz

Im Bereich Recht und Beratung/Verbraucherschutz bieten wir Ihnen in diesem Semester Vorträge zu den Themen Testament und Erbrecht an. Die Betreuungsbehörde des Regionalverbandes informiert wieder über Vorsorge und Betreuung. Betriebsbesichtigungen in Zusammenarbeit mit der ZKE bzw. Energie SaarLorLux eröffnen interessante Einblicke. Das Landespolizeipräsidium bietet Infoveranstaltungen über Straftaten zum Nachteil von Senioren an oder zeigt, wie man sich vor Betrug beim Online-Trading schützt.

Der Bereich „Steuern und Finanzen“ gibt wertvolle Hinweise zu Finanzplanung und Vermögensbildung. Darüber hinaus informiert die Schuldner- und Insolvenzberatung des Regionalverbandes über Smartphonetarife, digitale Haushaltsplanung sowie Wirtschaftsauskunfteien und gibt Fachkräften und Interessierten wertvolle Tipps zum Pfändungsschutzkonto.

Ein wichtiger Programmpunkt bleibt das Thema „Energieberatung“. In Kooperation mit der Verbraucherzentrale Saarland e. V. und dem Klimaschutzmanagement des Regionalverbandes Saarbrücken erwartet Sie ein umfangreiches Vortragsprogramm zu energetischer Gebäudesanierung, Heizung und Wärmepumpe, Solarenergie und den entsprechenden Fördermöglichkeiten.

Neu im Programm sind Workshops zum Thema Genossenschaften.



RECHT UND BERATUNG/ VERBRAUCHERSCHUTZ

Veranstaltungen in Kooperation mit dem Zentralen Kommunalen Entsorgungsbetrieb (ZKE)

Vortrag

Wie schützen wir unsere Immobilien und Grundstücke vor Starkregen?

Die Veranstaltung lohnt sich für alle ImmobilienbesitzerInnen, die sich zum Schutz der Gebäude in Saarbrücken informieren möchten. Wir werfen einen Blick auf die Starkregenkarte im Stadtgebiet von Saarbrücken. Neben den rechtlichen Hintergründen und der Erläuterung einer Gefährdungsanalyse werden Informationen zum Schutz der Wohnobjekte gegeben. Fragen der TeilnehmerInnen zur Vorgehensweise werden individuell von den Fachleuten des ZKE beantwortet. Wie kann ich mein Grundstück entsiegeln und so zur Klimaverbesserung beitragen? Welche Vorteile ergeben sich daraus für mich und welche Optionen oder Fördermöglichkeiten gibt es?

● Kurs 1805

MitarbeiterIn Zentraler Kommunalen Entsorgungsbetrieb

Do. 26.03.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 26
gebührenfrei

● Kurs 1805A

MitarbeiterIn Zentraler Kommunalen Entsorgungsbetrieb

Do. 11.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 26
gebührenfrei

Betriebsbesichtigung

Weniger ist mehr – Abfallvermeidung und Abfalltrennung

Zu Beginn werfen wir einen Blick in die „Wertstatt in der Bogenhalle“ – das größte Gebrauchtwarenkaufhaus in Saarbrücken. Hier werden gebrauchte Möbel „gepimpt“ und verkauft. Anschließend lernen Sie bei einem Rundgang das Recyclingpotential verschiedener „Wert-Stoffe“ kennen und erfahren in einem kurzen Vortrag Wissenswertes über die Entwicklung des Müllaufkommens in Saarbrücken und Möglichkeiten der Wiederverwertung. Vom rechtlichen Rahmen über den praktischen Umgang mit Abfällen bis hin zu Abfallvermeidung: Ihre Fragen werden gerne von den Fachleuten des ZKE beantwortet.

● Kurs 1810

Dr. Klaus Faßbender, ZKE

Di. 10.03.2026, 16:30 – 18:00 Uhr
Wertstoffzentrum, Am Holzbrunnen 4, 66121 Saarbrücken
gebührenfrei

Betriebsbesichtigung

Aus dem Garten in den Garten – Wie aus Grünschnitt guter Kompost wird

Auf der Kompostieranlage in Gersweiler wird gezeigt, wie aus dem Grünschnitt der Region wertvolle Komposterde mit Gütesiegel erzeugt wird. Die Fachleute des ZKE erklären, welche Eigenschaften das Grünschnitt-Material haben muss, um hier verarbeitet zu werden und zeigen, welche Behandlungsschritte – vom Schreddern über Siebung bis hin zum Aufsetzen der Mieten – nötig sind, um hochwertigen Kompost daraus zu erzeugen.

● Kurs 1812

Dr. Klaus Faßbender, ZKE/Thomas Schmitt

Do. 07.05.2026, 15:30 – 16:30 Uhr

Kompostieranlage ZKE Gersweiler, Friedhofsweg, 66128 Saarbrücken
gebührenfrei

In Kooperation mit Energie SaarLorLux AG

Betriebsbesichtigung

Kraftwerke live erleben – Führung durch die Kraftwerke an der Römerbrücke

Hocheffizient und umweltfreundlich: So erzeugt Energie SaarLorLux Strom und Wärme direkt in Saarbrücken – für Saarbrücken und die Region. Bei einer Führung durch die Kraftwerke an der Römerbrücke kann man faszinierende Technologien, beeindruckende Turbinen, Motoren und Kessel sowie außergewöhnliche Kunstwerke begutachten. Während der rund zweistündigen, kostenlosen Besichtigungen erhalten die Besucherinnen und Besucher einen Eindruck von den Leistungen des Heizkraftwerks Römerbrücke und des Gasmotorenkraftwerks GAMOR. Im Rahmen der Führungen wird – auch für technische Laien gut verständlich – dargestellt, wie zuverlässig Energie erzeugt wird, was unter dem Begriff Kraft-Wärme-Kopplung zu verstehen ist und wie die Gasmotoren bzw. Gas- und Dampfturbinen der Kraftwerke funktionieren.

● Kurs 1813

Frank Künzer

Mi. 01.04.2026, 17:30 – 19:30 Uhr
Treffpunkt: 17:20 Uhr, Kraftwerke an der Römerbrücke, Haupteingang (beim Pfortner), Bismarckstraße 143, 66121 Saarbrücken
gebührenfrei

Anmeldung bei Energie SaarLorLux unter <https://www.energie-saarlorld.com/kraftwerke/kraftwerke-erleben/#terminbuchung>

RECHT UND BERATUNG/VERBRAUCHERSCHUTZ

Recht und Beratung

Vortrag

Nachbarschaftsrecht

Der Vortrag befasst sich u. a. mit folgenden Themen:

- Einfriedungen: Einfriedungspflicht, Kosten der Einfriedung, Anzeigepflicht, Höhe der Einfriedung
- Grenzabstände für Pflanzen (Bäume, Sträucher, Hecken)
- Beseitigungsansprüche
- Verjährung
- Welche Rolle spielen Licht, Luft, Sonne im Nachbarrecht
- Bestandsschutz im Nachbarrecht
- Gebot der Rücksichtnahme im Nachbarrecht
- Nachbarrechtliches Gemeinschaftsverhältnis
- Fragen zum Grundstücksrecht: Abwehr von Beeinträchtigungen, Überhang, Überbau, Grunddienstbarkeiten etc.

● Kurs 1802

Sylvia Herresthal-Scharf, Rechtsanwältin

Mi. 29.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 11

EUR 5,00

Abendkurs

Recht im Alltag

Dieser Kurs richtet sich an alle, die einen Einblick in die Rechte erhalten wollen, die für ihren Alltag relevant und nützlich sind. Die TeilnehmerInnen können damit besser einschätzen, welche Rechte ihnen tatsächlich zur Seite stehen bzw. zu beachten sind. So können sie auch hinter die sogenannte „Kulanz“ der Unternehmen blicken. Der Kurs konzentriert sich auf Verbraucherrechte (Widerrufsrecht, Verbrauchsgüterkauf sowie auf Miet- und Arbeitsrecht).

● Kurs 1803

Daniel Strübig, Rechtsanwalt

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 06.05.2026, 6 Termine

Altes Rathaus, Raum 11

gebührenfrei

Vortrag

Tiere im Haushalt – Kriterien und Anmerkungen zu einer erfolgreichen Mensch-Tier-Beziehung

Das Leben mit tierischen Begleitern kann in vielerlei Hinsicht bereichernd sein. Diese These gründet sich nicht nur auf die subjektive Erfahrung zahlloser Tierhalter, sondern ist durch wissenschaftliche Untersuchungen dokumentiert, die die positive Wirkung des Zusammenlebens mit Tieren auf den Menschen belegen. Dabei ist aber zu beachten, dass die Anschaffung eines Tieres nicht nur mit der erwarteten Freude und dem Spaß, sondern auch mit einigen zu klärenden rechtlichen Fragen, einer großen Verantwortung, Mühe, oft nicht bedachten Kosten und irgendwann auch Trauer verbunden ist.

● Kurs 1807

Manfred Bender, Antiquariat Bender

Di. 17.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 23

EUR 5,00

Vortrag

Haushaltsauflösung – mehr Geld verdienen mit richtiger Organisation und Planung

Tipps, wie Sie mit Dingen, die von Ihnen nicht gebraucht werden, Geld machen können. Eine Haushaltsauflösung kann weit mehr sein als nur die Kosten produzierende Beauftragung einer Entrümpelungsfirma oder ein improvisierter Wohnungsflohmarkt. Der Vortrag zeigt

Dozentinnen und Dozenten



SYLVIA HERRESTHAL-SCHARF

Dozentin für Recht und Verbraucherschutz

» Seit 1995 bin ich selbständige Rechtsanwältin in Saarbrücken. Zu meinen Tätigkeitsbereichen gehört u. a. das Nachbarschaftsrecht.

Aufgrund meiner jahrelangen Erfahrung in diesem Gebiet möchte ich die Grundzüge dieses Rechtsgebietes darlegen und versuchen, das Nachbarschaftsrecht durch Praxisbeispiele verständlich und anschaulich zu machen. «

Möglichkeiten und Strategien, bei der Verwertung von Haushaltsauflösungen oder Nachlässen die Kosten deutlich reduzieren und sogar Geld verdienen zu können.

● **Kurs 1808**

Manfred Bender, Antiquariat Bender

Di. 21.04.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 23

EUR 5,00

Vortrag

Erfolgreich auf dem Flohmarkt handeln

Flohmärkte sind beliebte Freizeitbeschäftigungen als Besucher oder (Hobby-) Händler. Flohmärkte dienen einigen als Hobby oder Zeitvertreib, während andere gebrauchte Waren kaufen oder ein paar Euro verdienen möchten. Es gibt rechtliche Spielregeln, die man kennen und beachten muss, um erfolgreich als Kunde oder Händler zu agieren. Dieser Vortrag gibt Tipps und Ratschläge dazu.

● **Kurs 1809**

Manfred Bender, Antiquariat Bender

Di. 12.05.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 8 Literaturlounge

EUR 5,00

Veranstaltungen in Kooperation mit der Kriminalpolizeilichen Beratungsstelle des Landespolizeipräsidiums

Vortrag

Sicher wohnen – Schutz vor Einbruchsdiebstahl

Die Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle des Landespolizeipräsidiums informiert Sie im Rahmen eines Vortrags, wie Sie mit technischen Maßnahmen Ihr Haus oder Ihre Wohnung einbruchhemmend nachrüsten können und gibt wichtige Verhaltenshinweise um Einbrüche zu verhindern. Des Weiteren erfahren Sie, wie

eine funktionierende Nachbarschaft dazu beitragen kann, schon im Versuchsstadium Wohnungseinbrüche zu erkennen und wie man reagieren sollte, wenn Täter auf frischer Tat ertappt werden.

● **Kurs 1816**

Michael Gottesleben, Polizeioberkommissar

Mo. 18.05.2026, 17:30 – 19:00 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 1 OG

gebührenfrei

Vortrag

Vorsicht vor Anlagebetrug – Cybertrading Fraud

Der Betrug beim Online-Trading beginnt meist mit verlockenden Versprechungen hoher Renditen. Oft werden Sie dazu gedrängt, eine geringe Erstinvestition von 250 Euro zu tätigen. Doch bevor Sie sich auf das Abenteuer des Online-Tradings einlassen, sollten Sie sich ausführlich informieren und potenzielle Risiken im Blick behalten. Die Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle des Landeskriminalamtes gibt Tipps und Hinweise, wie Sie Risiken erkennen und sich vor betrügerischen Geldanlagen schützen können.

● **Kurs 1814**

Esta Recktenwald, Kriminalhauptkommissarin

Do. 21.05.2026, 17:30 – 19:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 26

gebührenfrei

Vortrag

Straftaten zum Nachteil von Senioren

Der Vortrag der Kriminalpolizeilichen Beratungsstelle beantwortet die Frage „Wie kann ich mich im Alter schützen?“. Einzeltrick, falsche Polizeibeamte, Gewinnversprechen, Trickdiebstahl an der Haustür, Geldwechseltrick oder auch KI (Künstliche Intelligenz) ... – die

Phantasie der Straftäter scheint nahezu unerschöpflich zu sein. Bei dem Vortrag werden diese und andere Methoden veranschaulicht. Ebenso geht es um die Minimierung des Risikos, selbst zum Opfer zu werden. Gerne kann auch die Thematik „Sicherheit im Straßenverkehr“ mit angesprochen werden.

● **Kurs 1815**

Patrick Rubeck, Landespolizeipräsidium

Mi. 10.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

gebührenfrei

Veranstaltungen in Kooperation mit der Betreuungsbehörde des Regionalverbandes Saarbrücken

Vortrag

Vorsorgevollmacht und Betreuung

Informationsveranstaltung der Betreuungsbehörde des Regionalverbandes zu den Themen Vorsorgevollmacht und Betreuungsrecht: Was bedeutet rechtliche Betreuung und wem hilft sie? Wie kann ich selbst bestimmen, wer für mich entscheiden soll, wenn ich es selbst nicht mehr kann?

● **Kurs 1605**

MitarbeiterIn Betreuungsbehörde Regionalverband Saarbrücken

Mi. 11.03.2026, 14:00 – 16:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 23

gebührenfrei

Vortrag

Heute an morgen denken – Ihre Möglichkeiten der Vorsorge

Es kann jeden treffen! Durch einen Unfall oder eine schwere Krankheit kann jeder Mensch von heute auf morgen in die Situation kommen, dass er nicht mehr eigenständig entscheiden kann. Nicht automatisch dürfen Angehörige stellver-

RECHT UND BERATUNG/VERBRAUCHERSCHUTZ

tretend handeln. Natascha Bauer, Mitarbeiterin der Betreuungsbehörde, informiert über die verschiedenen Vorsorgemöglichkeiten und beantwortet allgemeine Fragen zur rechtlichen Betreuung.

● Kurs 1819

Natascha Bauer, Betreuungsbehörde des Regionalverbandes Saarbrücken

Mi. 25.03.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
gebührenfrei

Vortrag

Anwaltlich rechtssicher formuliertes Testament – Vermeidung von Streit und Kosten nach dem Todesfall

Immer noch besteht bei künftigen Erblassern und Erben die Ansicht, dass die gesetzlich geregelte Erbfolge ohne Testament den Regelfall für die Vermögensnachfolge nach dem Tode darstellt. Dies erweist sich zunehmend als großer Irrtum mit oft fatalen Folgen für das gesamte Familienvermögen. Insbesondere für eine entstehende Erbengemeinschaft, die ein äußerst unflexibles Gebilde darstellt, müssen testamentarische Regelungen getroffen werden. Der Vortrag nennt die häufigsten Versäumnisse und stellt dar, wie man effektive und rechtssichere Anordnungen erstellt.

● Kurs 1820

Rechtsanwälte Fries & Herrmann

Do. 07.05.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 27
EUR 5,00

Vortrag

Der Pflichtteil – Anspruch rechtzeitig erkennen, durchsetzen, vorsorgen
Rund um einen Erbfall stellen sich viele Fragen. Eines der wichtigsten Themen hierbei ist der Pflichtteilsanspruch.

- Doch wie und wann entsteht überhaupt ein Pflichtteilsanspruch?
- Bin ich Erbe oder (nur) pflichtteilsberechtigter? Was ist der Unterschied?
- Was ist eine Enterbung?
- Wie mache ich meine Ansprüche geltend und gegen wen?
- Kann ich jemanden von seinem Pflichtteil ausschließen oder den Pflichtteil reduzieren?

Dies sind nur einige der komplexen Aspekte, die im Erbfall relevant werden. Doch aufgepasst: Der Pflichtteilsanspruch unterliegt der Verjährung, durch Untätigkeit können daher erhebliche finanzielle Forderungen verloren gehen. Auch bei der Planung der eigenen Vermögensnachfolge spielt das Pflichtteilsrecht eine wichtige Rolle. Der Vortrag gibt einen Überblick über das Pflichtteilsrecht und zeigt, wie aus Sicht des Anspruchsberechtigten der Pflichtteil effizient und vor allem rechtzeitig durchgesetzt werden kann. Darüber hinaus wird das Pflichtteilsrecht aus der Perspektive der Vermögensnachfolgeplanung beleuchtet.

● Kurs 1821

Rechtsanwälte Fries & Herrmann

Di. 19.05.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 27
EUR 5,00

Vortrag

Alles Wissenswerte über Kindesunterhalt im Jahre 2026

Was ist eigentlich Kindesunterhalt und wer muss wem Kindesunterhalt zahlen? Welche Neuerungen haben sich mit der neuen Düsseldorfer Tabelle im Jahre 2026 ergeben? Wir möchten Ihnen mit diesem Vortrag einen Überblick verschaffen über das große Thema Kindesunterhalt. Insbesondere möchten wir die unterschiedlichen Voraussetzungen für die

Dozentinnen und Dozenten



HOLGER JÜNKE
Diplom-Kaufmann

» Holger Jünke ist Diplom-Kaufmann und hat über zwanzig Jahre im Produktmanagement der größten deutschen Privatkundenbank gearbeitet. Er ist freiberuflich als Finanztutor tätig und möchte seinen KursteilnehmerInnen helfen, in Finanzfragen eigenständiger und souveräner zu werden. Das gelingt ihm, indem er Finanzwissen auf eine lebendige, humorvolle und leicht verständliche Weise mit vielen Praxisbeispielen vermittelt. «

Geltendmachung von Kindesunterhalt für volljährige Kinder und minderjährige Kinder darlegen und Sie auf den neuesten Stand bringen, was die gesetzgeberischen Änderungen im Jahre 2026 angeht. Wir werden Ihnen anhand von einfachen Fallbeispielen und unterschiedlichen Konstellationen verschiedene Probleme bei der Geltendmachung von Kindesunterhalt darlegen und entsprechende Lösungswege erläutern. Wir werden Ihnen einen groben Überblick über die Berechnung von Kindesunterhaltsansprüchen, insbesondere im Hinblick auf die Berechnung von den Einkommensverhältnissen Unterhaltspflichtigen verschaffen. Auch die wichtige Frage, wer Kindesunterhalt überhaupt wem gegenüber geltend machen kann, soll umfassend erläutert werden, insbesondere die Problematik der Zahlung von Kindesunterhalt bei Betreuung eines minderjährigen Kindes im Rahmen eines sogenannten paritätischen Wechselmodells. Zu guter Letzt würden wir Ihnen einen Überblick verschaffen über die Möglichkeiten, nicht nur bei dem Unterhaltspflichtigen Kindesunterhaltsansprüche geltend zu machen, sondern beispielsweise auch bei der Unterhaltsvorschusskasse.

● Kurs 1822

Rechtsanwälte Fries & Herrmann

Di. 09.06.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 27

EUR 5,00

Vortrag

Der Erbfall – was ist zu beachten?

Tritt der Erbfall ein, ergeben sich in einer sehr schweren Lebenssituation eine Vielzahl rechtlicher, aber auch praktischer Fragen:

- Ich komme als Erbe in Betracht, soll ich ausschlagen oder die Erbschaft annehmen?

- Wie erhalte ich Auskünfte über den Nachlass? Brauche ich einen Erbschein?
- Ich habe ein Testament gefunden, was mache ich damit?
- Ich bin im Testament genannt, was nun?
- Bin ich Erbe oder Pflichtteilsberechtigter?
- Ich bin Teil einer Erbengemeinschaft, wer ist wofür zuständig und wie kommen wir zu einer Aufteilung des Erbes?
- Wer trägt die Beerdigungskosten?
- Was wird aus dem Ferienhaus im Ausland?

Zur Einordnung dieser Fragen und zur Aufklärung einiger gängiger Missverständnisse soll der Vortrag einen Überblick über die gesetzliche und testamentarische Folge nach deutschem Erbrecht, das Pflichtteilsrecht, das gerichtliche Nachlassverfahren sowie die Rechte und Pflichten innerhalb einer Erbengemeinschaft vermitteln.

● Kurs 1823

Rechtsanwälte Fries & Herrmann

Di. 16.06.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 27

EUR 5,00

Steuern und Finanzen

Einführung

Elektronische Steuererklärung (ELStEr)

Sie möchten Ihre Einkommensteuererklärung mit ELSTER übermitteln? Das kostenlose Programm der Finanzverwaltung bietet die Möglichkeit, Ihre Einkommensteuererklärung per Internet zu übermitteln. Lernen Sie die elektronische Steuererklärung kennen und erfahren Sie mehr über die Vorteile einer elektronischen Steuererklärung, die – einmal gemacht – persönliche Daten für nachfolgende Jahre speichert und zukünftig nur aktualisiert werden muss. Über Beispiel-Angaben

werden die einzelnen Vordrucke vom Arbeitnehmer bis zur Photovoltaikanlage angesprochen und erläutert. Der Kurs bereitet mit einer systematischen Ausrichtung auch auf die Einkommensteuererklärung für nachfolgende Jahre vor. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Der Kurs enthält keine Steuerberatung.

● Kurs 1850

Wolfgang Willems

Fr. 13.03.2026, 17:00 – 18:30 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

gebührenfrei

Workshop

Elektronische Steuererklärung (ELStEr) – Praxisseminar

Sie möchten Ihre Einkommensteuererklärung mit ELSTER übermitteln? Das kostenlose Programm der Finanzverwaltung bietet die Möglichkeit, Ihre Einkommensteuererklärung per Internet zu übermitteln. In der Fortsetzung zur Einführung in die ELSTER-Software wird durch diesen praktisch orientierten Kurs die Bearbeitung einer ELSTER-Einkommensteuererklärung am eigenen Laptop vorgestellt. Dazu werden die verschiedenen ELSTER-Vordruck-Seiten zu Sonderausgaben, außergewöhnlichen Belastungen, Kinderfreibeträgen, Arbeitnehmerinkünften, Einkünften aus Kapitalvermögen, aus Vermietung und Verpachtung, selbstständigen Nebeneinkünften, Einkünften aus dem Betrieb einer Photovoltaikanlage und Rentenbezügen vorgestellt. Schließlich werden auch Fragen zur Übermittlung Ihrer Steuererklärung per ELSTER erläutert. Der Kurs enthält keine individuelle Steuerberatung, sondern gibt nur technische Hinweise zum Ausfüllen der ELSTER-Software.

● Kurs 1850A

Wolfgang Willems

RECHT UND BERATUNG/VERBRAUCHERSCHUTZ

Fr. 27.03.2026, 17:00 – 20:00 Uhr
Rathaus-Carré PC-Saal 2
gebührenfrei

 Online-Kurs

Das 1x1 der Geldanlage – Ein C(r)ash-Kurs für EinsteigerInnen

Sie kennen sich nicht gut aus in Geldangelegenheiten? Das lässt sich leicht ändern: In diesem Kurs können Sie sich an einem Abend kompakt informieren, wie man Ordnung in seine Finanzen bringt und mehr aus dem eigenen Vermögen herausholt. Holger Jünke, Diplom-Kaufmann und freiberuflicher Finanztutor, gibt Ihnen auf lebhafte und leicht verständliche Weise einen ersten Überblick, mit welchen Produkten diese Finanzplanung umgesetzt werden kann. Betrachtet werden dabei neben klassischen Anlageprodukten auch Wertpapiere wie Aktien, Anleihen und Investmentfonds. Eine PDF-Datei mit der Zusammenfassung des Kursinhalts kann vom Dozenten erworben werden.

● **Kurs 1840**

Holger Jünke, Diplom-Kaufmann

Fr. 20.03.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
online
EUR 10,00

 Online-Kurs

Geld anlegen mit ETF für EinsteigerInnen

ETF sind eine Form der Geldanlage, die sich einer sehr hohen Beliebtheit erfreut. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie mit ETF von langfristigen Börsenanstiegen profitieren: Sie lernen, welche Eigenschaften ETF haben, wie sie sich von klassischen Investmentfonds unterscheiden und welche Vor- und Nachteile mit ihnen verbunden sind. Sie erhalten Anregungen zur Entwicklung einer Anlagestrategie für EinsteigerInnen und zur Auswahl von ETF,

die zu dieser Strategie passen. Zudem erfahren Sie, welche Kriterien Sie beim ETF-Kauf berücksichtigen sollten und wo Sie Informationen zu ETF finden. Eine PDF-Datei mit der Zusammenfassung des Kursinhalts kann vom Dozenten erworben werden.

● **Kurs 1841**

Holger Jünke, Diplom-Kaufmann

Do. 07.05.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
online
EUR 10,00

 Online-Kurs

Finanzplanung 60 plus: Geldanlage und Finanzstrategie im Ruhestand

Wenn der Ruhestand da ist oder immer näher rückt, dann wird es Zeit, die Weichen für eine neue Finanzplanung zu stellen, um das Leben als PensionärIn genießen zu können. Aber wie genau geht man dabei vor? In diesem Kurs erhalten Sie wertvolle Tipps, wie Sie einen Finanzplan für die zweite Lebenshälfte erstellen. Der Dozent zeigt Ihnen auf leicht verständliche und praxisnahe Weise, wie Sie bei der Geldanlage ein gesundes Verhältnis zwischen Sicherheit und Renditechancen finden und welche Finanzprodukte Sie dazu verwenden können. Eine PDF-Datei mit der Zusammenfassung des Kursinhalts kann vom Dozenten erworben werden.

● **Kurs 1842**

Holger Jünke, Diplom-Kaufmann

Do. – Fr. 18:00 – 21:00 Uhr
ab 02.07.2026, 2 Termine
online
EUR 20,00

Dozentinnen und Dozenten



MALTE SCHERPELZ

**Fachkraft für Schuldenprävention
beim Regionalverband Saarbrücken**

» Schuldenprävention bedeutet für mich, nicht nur die eigenen finanzbezogenen Fähigkeiten zu verbessern, sondern auch die strukturellen Herausforderungen zu verstehen, die zu Überschuldung führen können. Über die erfolgreiche Kooperation mit der vhs freue ich mich ganz besonders. Durch die gemeinsamen präventionsstrategischen Projekte und Angebote gelingt es uns, noch mehr BürgerInnen für einen reflektierten Umgang mit Geld und Finanzen zu sensibilisieren. «

Veranstaltungen in Kooperation mit der Schuldner- und Insolvenzberatung des Regionalverbands Saarbrücken

Vortrag

Welcher Tarif fürs Smartphone? Clever vergleichen, besser entscheiden

Das Angebot der Mobilfunktarife ist vielfältig: Laufzeit-Vertrag, Prepaid, Datenvolumen und Flatrates. Doch welcher Tarif passt zu mir? Diese Frage stellen sich viele, die einen neuen Tarif wählen möchten. Mit der Methode der Nutzwertanalyse lernen Sie, Ihre persönlichen Bedürfnisse systematisch zu bewerten und Angebote sinnvoll zu vergleichen. Sie erhalten praktische Tipps, wie Sie teure Fehlentscheidungen vermeiden und dauerhaft sparen können. Ideal für alle, die den Tariffschongel durchblicken wollen.

● Kurs 1845

Malte Scherpelz

Mo. 23.03.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 24
gebührenfrei

Vortrag

Digitale Haushaltsplanung – Apps mit und ohne Kontozugriff im Vergleich

Haushalts-Apps helfen, Einnahmen und Ausgaben im Blick zu behalten. Doch nicht alle funktionieren gleich. Manche greifen direkt auf Ihr Konto zu, andere kommen ohne persönliche Daten aus. In dieser Veranstaltung lernen Sie unterschiedliche digitale Lösungen kennen und erhalten praktische Tipps zu Datenschutz, Bedienung und Alltagstauglichkeit.

● Kurs 1846

Malte Scherpelz

Mo. 08.06.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 24
gebührenfrei

Vortrag

SCHUFA & Co. –

Wirtschaftsauskunfteien verstehen

Wer auf Wohnungssuche ist, ein Bankkonto eröffnen möchte oder für die nächste Bestellung im Internet den Rechnungsbetrag in Betracht zieht, hat es rasch mit Auskunfteien wie SCHUFA, Creditreform, Boniversum oder Crif zu tun. In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Auskunfteien funktionieren, welche Daten sie sammeln und wie Score-Werte Ihr Leben beeinflussen können. Sie erwerben Kenntnisse, wie Sie Ihre kostenlose Selbstauskunft erhalten und fehlerhafte Einträge korrigieren lassen.

● Kurs 1847

Malte Scherpelz

Mo. 29.06.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 24
gebührenfrei

In Kooperation mit der Schuldner- und Insolvenzberatung des Regionalverbands Saarbrücken im Rahmen der Aktionswoche Schuldnerberatung der Arbeitsgemeinschaft Schuldnerberatung der Verbände (AGSBV) 15.06. – 19.06.2026 – Thema Pfändungsschutzkonto

Seminar

Das P-Konto im Beratungsallday – was Fachkräfte wissen sollten

Das Pfändungsschutzkonto (P-Konto) spielt in der sozialen Beratung eine wichtige Rolle beim Schutz des Existenzminimums. In dieser Kurzschulung erhalten Mitarbeitende von Sozialdiensten, Schuldnerberatungen, Jobcentern und Schulen praxisnahes Wissen zu Freibeträgen, Bescheinigungen und aktuellen Regelungen. Anhand typischer Fallbeispiele werden häufige Fehler, Rechte gegenüber Banken und bewährte Beratungshinweise

besprochen.

● Kurs 1848

Malte Scherpelz

Mo. 15.06.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 16
gebührenfrei

Vortrag

Mein Konto ist geschützt! – Das P-Konto einfach erklärt

Das Pfändungsschutzkonto (P-Konto) schützt Ihr Einkommen vor Kontopfändungen und sichert den Lebensunterhalt, auch bei Überschuldung. In dieser Veranstaltung erfahren Sie, wie Sie ein P-Konto einrichten, welche Freibeträge gelten und wie Sie zusätzliche Beträge schützen lassen können. Wir besprechen typische Fehler, Missverständnisse und Ihre Rechte gegenüber Banken. Der Kurs richtet sich an alle, die sich über Kontopfändung und finanzielle Absicherung informieren möchten.

● Kurs 1849

Malte Scherpelz

Mi. 17.06.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 16
gebührenfrei

Vortrag

Ratgeber Rentensteuer

Sie haben bei den hochkomplizierten Steuerregeln den Überblick verloren? Viele neue Steuervorteile, auch für Ruheständler und aktive Arbeitnehmer bergen eine Menge Steuersparpotential. Bei dieser Informationsveranstaltung erhalten Sie durch nachvollziehbare Praxisbeispiele einen Überblick über alle Rentenarten und deren unterschiedliche Besteuerung. Sie erfahren mehr über alle Steuererleichterungen wie Werbungskosten, Sonderausgaben, Altersentlastungsbetrag etc. Auch die wichtigen Fristen werden genau

RECHT UND BERATUNG/VERBRAUCHERSCHUTZ

erläutert. Sie bekommen fachliche Unterstützung zum Ausfüllen der komplexen Formulare. Aktuelle gesetzliche Neuerungen (z. B. energetische Gebäudesanierung, Wachstumschancengesetz, Energiepreispauschale, Doppelbesteuerung ...) sind lohnendes Wissen. Der Kurs endet mit nützlichen Steuertipps und der Erörterung von persönlichen Fragen zum Thema.

● Kurs 1606

Klaus-Peter Schäfer, Beratungsstellenleiter Lohnsteuerhilfe HILO e. V.

Mo. 04.05.2026, 17:00 – 19:15 Uhr
Altes Rathaus, Raum 23
gebührenfrei

● Kurs 1606A

Klaus-Peter Schäfer, Beratungsstellenleiter Lohnsteuerhilfe HILO e. V.

Mi. 02.09.2026, 17:00 – 19:15 Uhr
Altes Rathaus, Raum 23
gebührenfrei

Veranstaltungen in Kooperation mit der Sparkasse Saarbrücken

Vortrag

Online-Banking für Digitale Starter

Unabhängig und selbstständig bis ins hohe Alter zu sein, das ist der Wunsch der meisten Menschen. Dazu gehört nicht nur die körperliche und gesellschaftliche Unabhängigkeit, auch seine Finanzen möchte man nicht einfach aus der Hand und in die Verantwortung anderer geben. Online-Banking ist einfach. Den Kontostand im Blick behalten, Überweisungen tätigen oder einen Dauerauftrag anlegen – mit Online-Banking ist das alles kein Problem: Jederzeit, von (fast) jedem Ort – und immer sicher und zuverlässig. Sie sehen also, Online-Banking bietet viele Vorteile und ist zudem einfacher als viele denken. Es ist nie zu spät, unabhängig zu

sein. Auch wenn Sie bislang den Schritt in die digitale Welt noch nicht gewagt haben – wir helfen Ihnen beim Einstieg und begleiten Sie dabei. In unserer Informationsveranstaltung „Aller Anfang ist NICHT schwer“ machen wir Sie vertraut mit den vielfältigen Möglichkeiten des Online-Bankings und erklären Ihnen verständlich das 1 x 1 der digitalen Finanzen.

● Kurs 1695

Torsten Meyer

Di. 19.05.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
gebührenfrei

● Kurs 1695A

Torsten Meyer

Di. 02.06.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
gebührenfrei

Energieberatung

Unser Angebot für Bürgerinnen und Bürger findet in Kooperation mit der Verbraucherzentrale Saarland e.V. und dem Klimaschutzmanagement des Regionalverbandes Saarbrücken statt. Informationen rund um das Thema Klimaschutz im Regionalverband finden Sie jederzeit digital unter <https://www.regionalverband-saarbruecken.de/klimaschutz>. Anmeldungen zu den Online-Veranstaltungen unter: www.verbraucherzentrale-saarland.de/veranstaltungen

Vortrag

Vorurteile gegen Wärmedämmung

Viele VerbraucherInnen sind verunsichert, wenn es um Wärmedämmung geht. Sie befürchten mehr Nachteile als Vorteile. So kursieren Gerüchte, dass gedämmte Häuser schneller schimmeln als unge-

Dozentinnen und Dozenten



REINHARD SCHNEEWEISS
Dipl.-Ing. Architekt

» Reinhard Schneeweiss ist Energieberater der Verbraucherzentrale Saarland, Energie-Effizienz-Experte, Sachverständiger für Schäden an Gebäuden, BNB-Koordinator und DGNB-Consultant. «

dämmte. Immer wieder ist zu hören, Häuser sollen atmen können. Dem würde eine Wärmedämmung entgegenstehen. Vergleichsweise neu sind die Berichte über die Brandgefahr gedämmter Immobilien. Und überhaupt soll das Dämmen sich nicht lohnen. Reinhard Schneeweiß, Architekt und Energieberater der Verbraucherzentrale, erläutert, welche Vor- und Nachteile verschiedene Dämmmaßnahmen haben und worauf ein besonderes Augenmerk zu legen ist, um beispielsweise Schimmelbildung zu vermeiden und die Brandgefahr zu minimieren. Unter Berücksichtigung der auch in Zukunft weiter steigenden Energiepreise sollte sich jede Eigenheimbesitzerin und jeder Eigenheimbesitzer um die Verringerung des Heizwärmebedarfs bemühen. Die Kosten, die man in Sanierungsmaßnahmen steckt, dienen nicht allein dem Energie-

sparen, sondern auch dem Werterhalt der Immobilie. Auch über die Förderprogramme referiert der Experte.

Anmeldung erbeten bei der Verbraucherzentrale Saarland telefonisch unter 0681 50089-15 oder per E-Mail an energieberatung@vz-saar.de.

● Kurs 1860

Reinhard Schneeweiß, Energieberater der Verbraucherzentrale Saarland e. V.

Di. 24.03.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 15
gebührenfrei



Online-Kurs

Wärmepumpe für mein Haus

Denken Sie an eine Heizungserneuerung in Ihrem Bestandsgebäude? Heizen Sie mit Öl oder Gas, vielleicht auch Kohle oder Koks oder einer Nachtstromspeicherheizung? Das „Heizungsgesetz“ (Gebäudeenergiegesetz) 2024 will fossile Brennstoffe beim Heizen begrenzen und ab 2045 eindämmen. Da bietet es sich an, über die Umstellung auf eine Wärmepumpenheizung nachzudenken. Christine Mörgen, Energieberaterin der Verbraucherzentrale, geht in ihrem Vortrag u. a. auf folgende Fragen ein: Wie funktioniert eine Wärmepumpe? Welche Voraussetzungen braucht man, damit man sie effizient betreiben kann? Muss ich mein Haus sanieren? Mit welchen Investitionskosten muss ich rechnen? Was ist beim Betrieb einer Wärmepumpe zu beachten? Kann ich Erdwärme nutzen? Ist eine Eigenstromnutzung mit Photovoltaik sinnvoll?

● Kurs 1861

Christine Mörgen, Energieberaterin der Verbraucherzentrale Saarland e. V.

Mi. 25.03.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
online
gebührenfrei

● Kurs 1861A

Christine Mörgen, Energieberaterin der Verbraucherzentrale Saarland e. V.

Mi. 06.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
online
gebührenfrei



Online-Kurs

Welche Sanierung für mein Haus

Sie besitzen ein Gebäude und denken über eine energetische Sanierung nach? Dabei stellen sich viele Fragen: Wo entstehen die größten Wärmeverluste? Was ist sinnvoll – Dämmen, neue Fenster oder gleich eine Komplettisanierung? Wie lässt sich Schimmel vermeiden, und worauf ist bei Planung und Ausführung zu achten? Auch die Heizungsanlage spielt eine wichtige Rolle: Reicht eine Optimierung oder ist eine Neuanschaffung wirtschaftlicher? Der Vortrag gibt einen verständlichen Überblick über sinnvolle Maßnahmen, typische Problemfelder und aktuelle Fördermöglichkeiten – und zeigt, wie Sie Schritt für Schritt bei der Sanierung vorgehen können.

● Kurs 1862

Christine Mörgen, Energieberaterin der Verbraucherzentrale Saarland e. V.

Do. 26.03.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
online
gebührenfrei

Vortrag

Steckersolar/Balkonkraftwerk

Steckersolargeräte, auch oft „Balkonkraftwerke“ genannt, sind die moderne Antwort auf die steigenden Anforderungen an saubere Energie. Sie nutzen die Kraft der Sonne, um Strom zu erzeugen, der im besten Fall direkt vor Ort genutzt werden kann. Die kompakten Anlagen sind nicht nur umweltfreundlich, sondern können auch langfristig zu erheblichen Erspar-



Entdecken Sie den
ultimativen
Ratgeber für Ihren
Verein im Saarland.

Jetzt kostenlos
bestellen

www.vereinstour.saarland



nissen bei den Energiekosten führen. Diese Veranstaltung richtet sich an alle Interessierten, die darüber nachdenken, ihre Energieversorgung nachhaltiger zu gestalten. Reinhard Schneeweiß, Architekt und Energieberater der Verbraucherzentrale, informiert, für wen solche Anlagen geeignet sind, mit welchen Kosten man rechnen muss, was es bringt und worauf man bei Anschaffung, Installation und Betrieb achten sollte.

Anmeldung erbeten bei der Verbraucherzentrale Saarland telefonisch unter 0681 50089-15 oder per E-Mail an energieberatung@vz-saar.de.

● Kurs 1863

Reinhard Schneeweiß, Energieberater der Verbraucherzentrale Saarland e. V.

Di. 21.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 15
gebührenfrei

🏠 Online-Kurs

Aktuelle Fördermittel für Bestandsgebäude

Steigende Energiekosten veranlassen viele HausbesitzerInnen, über Dämmmaßnahmen und Heizungserneuerung nachzudenken. Doch wie schaffen sie es, die dafür notwendigen Investitionen zu stemmen? Hierbei hilft die Bundesregierung mit Förderprogrammen. Es gibt Kredit- und Zuschussprogramme, Förderprogramme zur energieeffizienten Sanierung oder zur Nutzung erneuerbarer Energien, zur Dämmung, zum Austausch der Fenster, zur Optimierung von Heizungsanlagen und zur Baubegleitung. Die Energieberaterin der Verbraucherzentrale behandelt Fragestellungen wie: Wer kann eine Förderung beantragen? Was bedeuten die technischen Mindestvoraussetzungen? Können mehrere Förderprogramme gleichzeitig genutzt werden? Wann, wo und wie können Anträge gestellt werden? Mit

diesem Vortrag soll den EigenheimbesitzerInnen der Weg durch den Förderungsdschungel erleichtert werden.

● Kurs 1864

Cathrin Becker, Energieberaterin der Verbraucherzentrale Saarland e. V.

Di. 05.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
online
gebührenfrei

🏠 Online-Kurs

Welche Heizung für mein Haus?

Ein Heizungstausch sollte frühzeitig geplant werden, möglichst bevor die Heizung kaputtgeht. Nach gut 20 Jahren ist das Ende der Lebensdauer eines Heizkessels erreicht. Bei Heizungen, die älter als 15 Jahre sind, sollte man auf einen Ausfall vorbereitet sein. Mit einem ausreichenden zeitlichen Vorlauf ist ein durchdachter Wechsel der Heiztechnik möglich, zum Beispiel von fossiler zu erneuerbarer Energie. Viele Fragen sind offen: Was ist vom Gesetzgeber geplant? Welche Möglichkeiten des Einsatzes moderner Technologien, erneuerbarer Energien und effizienter Heiztechnik gibt es? Wie finde ich das geeignete Heizsystem für mein Haus? Welche finanzielle Unterstützung durch Förderprogramme bietet der Staat?

● Kurs 1865

Christine Mörgen, Energieberaterin der Verbraucherzentrale Saarland e. V.

Do. 07.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
online
gebührenfrei

🏠 Online-Kurs

Energetische Gebäudesanierung

Cathrin Becker, Energieberaterin der Verbraucherzentrale, erläutert in diesem Vortrag mögliche und sinnvolle Sanierungsmaßnahmen an der Gebäudehülle

Dozentinnen und Dozenten



CATHRIN BECKER
Dipl.-Ing. (FH) Architektur

» Cathrin Becker ist Energieberaterin der Verbraucherzentrale Saarland. Ihre Beratungsschwerpunkte liegen bei den Themen Heizungstechnik, Solarenergie, Fördermittel, energetische Gebäudesanierung und Energiesparen. «

und geht insbesondere auf die Heizungstechnik ein. Welche erneuerbaren Wärmeerzeuger gibt es, ist eine Wärmepumpe geeignet, wie kann ich eine bestehende Heizung optimieren? Gesetzliche Anforderungen werden ebenso erklärt wie die zu erwartenden Einsparungen. Welche Möglichkeiten einer individuellen Beratung können in Anspruch genommen werden? Ein Schwerpunkt im Vortrag ist auch die Förderung energetischer Maßnahmen.

● **Kurs 1866**

Cathrin Becker, Energieberaterin der Verbraucherzentrale Saarland e. V.

Di. 19.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
online
gebührenfrei

Vortrag

Heizen mit der Wärmepumpe

Im Vortrag werden die verschiedenen Arten von Wärmepumpen vorgestellt und wichtige Details zur Vorbereitung auf eine Heizungsumstellung geklärt. Die Energieberaterin geht auf Fragen wie „Ist mein Haus überhaupt für eine Wärmepumpe geeignet?“ oder auch „Welche Zuschüsse kann ich bekommen und wie müssen diese beantragt werden?“ ein und erläutert ein neues Beratungsangebot der Verbraucherzentrale zur Auswertung und dem Vergleich von Wärmepumpen-Angeboten. *Anmeldung erbeten bei der Verbraucherzentrale Saarland telefonisch unter 0681 50089-15 oder per E-Mail an energieberatung@vz-saar.de.*

● **Kurs 1867**

Cathrin Becker, Energieberaterin der Verbraucherzentrale Saarland e. V.

Di. 02.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 23
gebührenfrei



Online-Kurs

Heizen und Stromerzeugung mit der Sonne

Im Gegensatz zu allen anderen Energieträgern steht uns die Sonnenenergie kostenlos zur Verfügung. Durch die Installation einer solarthermischen Anlage können wir die Kraft der Sonne für die Warmwasserbereitung, aber auch zur Heizungsunterstützung nutzen. Cathrin Becker, Energieberaterin der Verbraucherzentrale, erläutert die Funktionsweise einer Solarkollektor-Anlage und erklärt, für welche Häuser und Nutzergruppen eine solche Anlage geeignet ist. Auch die Kostenfrage und die staatliche Förderung werden angesprochen. Ein weiteres Thema ist die Stromerzeugung mit einer Photovoltaikanlage. Die Expertin erläutert, welche Faktoren bei der Vorhersage des Ertrags zu beachten sind.

● **Kurs 1868**

Cathrin Becker, Energieberaterin der Verbraucherzentrale Saarland e. V.

Do. 11.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
online
gebührenfrei

BÜRGERSCHAFTLICHES ENGAGEMENT

In Kooperation mit der Ehrenamtsbörse im Regionalverband Saarbrücken

Workshop

Pressearbeit für Vereine und Ehrenamtliche

Für Vereine und Ehrenamtliche ist es immens wichtig, eine breite Öffentlichkeit über die eigenen Tätigkeiten und Belange zu informieren. Ob klassische Tageszeitung, Radio, TV oder Internet: Wer seine Zielgruppe erfolgreich anspricht, hat viel bessere Chancen, seine Arbeit zum Erfolg zu führen. Schließlich sollen Veranstaltungsankündigungen, Positionen und Aufrufe zur Unterstützung auch gehört werden! Im Seminar werden die Grundlagen der Pressearbeit erklärt, von der Ansprache der MedienvertreterInnen über die richtige Aufbereitung der Inhalte für verschiedene Formate bis hin zum Aufbau eigener Verbreitungskanäle über die sozialen Medien.

● **Kurs 1890**

Meike Stein, M.A. Neuere deutsche Literaturwissenschaft, Juristin, (LL.B.), freie Kulturjournalistin

Sa. 21.03.2026, 14:00 – 17:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
gebührenfrei



Online-Kurs

Pressearbeit für Vereine und Ehrenamtliche

Für Vereine und Ehrenamtliche ist es immens wichtig, eine breite Öffentlichkeit über die eigenen Tätigkeiten und Belange zu informieren. Ob klassische Tageszeitung, Radio, TV oder Internet: Wer seine Zielgruppe erfolgreich anspricht, hat viel bessere Chancen, seine Arbeit zum Erfolg zu führen. Schließlich sollen Veranstaltungsankündigungen, Positionen und Aufrufe zur Unterstützung auch gehört werden! Im Seminar werden die Grundlagen der Pressearbeit erklärt, von der Ansprache der MedienvertreterInnen über die richtige Aufbereitung der Inhalte für verschiedene Formate bis hin zum Aufbau eigener Verbreitungskanäle über die sozialen Medien.

● Kurs 1890A

Meike Stein, M.A. Neuere deutsche Literaturwissenschaft, Juristin (LL.B.), freie Kulturjournalistin

Di. 21.04.2026, 17:30 – 20:30 Uhr
online
gebührenfrei

In Kooperation mit CoopGo
Genossenschaftsverband e. V.



Workshop

Wohnen und Arbeiten in Genossenschaften – Wie funktioniert Genossenschaft

Es kommt darauf an, was die Mitglieder daraus machen:

- ... die Firma gehört uns,
- ... wir erzeugen unser Energie selbst,
- ... unsere Bürgergenossenschaft saniert den Ortskern,
- ... genossenschaftliche Wohnprojekte.

In dem Workshop erfahren Sie mehr darüber, was Genossenschaften sind, wie sie funktionieren und was man tun muss, um eine Genossenschaft zu gründen. Zahlreiche Beispiele aus der Praxis zeigen, was Genossenschaften konkret tun und bieten Anregungen für eigene Projekte.

● Kurs 1891

CoopGo Genossenschaftsverband e. V.

Sa. 25.04.2026, 10:00 – 18:00 Uhr (inkl. Mittagspause)

So. 26.04.2026, 10:00 – 16:15 Uhr (inkl. Mittagspause)

Altes Rathaus, Raum 5

EUR 25,00

● Kurs 1891A

CoopGo Genossenschaftsverband e. V.

Sa. 13.06.2026, 10:00 – 18:00 Uhr (inkl. Mittagspause)

So. 14.06.2026, 10:00 – 16:15 Uhr (inkl. Mittagspause)

Altes Rathaus, Raum 6

EUR 25,00

Dozentinnen und Dozenten



MEIKE STEIN

Medienwissenschaftlerin und Journalistin

www.papierstapodcast.de

» Wie wir die Welt wahrnehmen, wird maßgeblich durch unseren Medienkonsum geprägt. Deshalb ist es wichtig zu wissen, wie Medieninhalte produziert werden. Welche Themen finden statt, wie werden sie umgesetzt? Als Dozentin der vhs möchte ich mein Wissen teilen, das ich als Nachrichtenjournalistin und Literaturkritikerin in den Bereichen Print, TV, Radio und online erworben habe. Außerdem sollen TeilnehmerInnen sich selbst ausprobieren, mit eigenen Texten – learning by doing. «

Steuererklärung geht auch einfach: Digital. Sicher. Kostenlos.

Ihre Steuererklärung kann auch einfacher gehen. Jetzt digital mit ELSTER.

Ihre Vorteile mit ELSTER:



Kein Suchen nach Formularen

ELSTER nutzt automatisch die aktuellen Vordrucke



Weniger schreiben, weniger Fehler

Daten werden automatisch übernommen und geprüft



Weniger Wartezeit

im Schnitt rund 5 Tage schneller als auf Papier



Bequem von zuhause

Sparen Sie Zeit und den Gang zum Finanzamt



Sicher & Vertraulich

Ihre Daten werden geschützt übermittelt



Kostenlos

keine Software, keine Gebühren

Mehr Informationen:



Ministerium der
Finanzen und
für Wissenschaft

SAARLAND



**“ELSTER macht die
Steuererklärung
einfacher - für alle
Generationen.”**

Jakob von Weizsäcker
Minister der Finanzen und für
Wissenschaft

Beratung und Information

**Dr. Elisabeth Schmitt**

Programmbereichsleiterin

Altes Rathaus, Zi. 35

Schlossplatz 1

66119 Saarbrücken

Fon 0681 506-4335

Fax 0681 506-4390

elisabeth.schmitt@rvsbr.de

Anmeldung und Service

**Mechthild Speicher**

Sachbearbeiterin

Altes Rathaus, Zi. 1

Schlossplatz 1

66119 Saarbrücken

Fon 0681 506-4316

Fax 0681 506-4399

mechthild.speicher@rvsbr.de

Philosophie, Theologie, Soziologie

Erkunden Sie die faszinierende Welt der Geisteswissenschaften mit unseren Kursen im Bereich Philosophie, Theologie und Soziologie, die Ihnen tiefgreifende Einblicke in das menschliche Denken, Glauben und soziale Strukturen bieten.

Im Bereich Philosophie erwartet Sie ein Kurs zu Hannah Arendt. Mit der Frage, was wir von Kunst, Musik und Literatur als Orientierungshilfe für den einzelnen Menschen oder die gesamte Gesellschaft erwarten können, befasst sich ein weiteres Angebot. In „Denken neu denken“ erleben Sie das Sokratischen Gespräch als philosophische Praxis. Der philosophische Gesprächskreis für Frauen geht in die nächste Runde. Mit dem Buch „Fortschritt und Regression“ von Rahel Jaeggi beschäftigt sich Ewald Speicher in seinem Kurs.

Neu im Programm sind der Besuch der Saarbrücker Synagoge sowie der Rundgang „Was fühlen und erleben wir, wenn wir Kirchenräume betreten?“.



PHILOSOPHIE, THEOLOGIE, SOZIOLOGIE

Abendkurs

Hannah Arendt

Hannah Arendt ist die Denkerin des 20. Jahrhunderts. Sie setzte sich mit den Grundlagen der Politik wie Freiheit, Gleichheit und Revolution auseinander und sah die Freiheit des gemeinschaftlichen Handelns der Bürger als zentral an. In ihren Schriften wie in ihrem Leben spiegeln sich die tiefgreifenden Erschütterungen dieser Zeit. Im Zentrum des Seminars steht das Buch von Grit Straßberger: Die Denkerin. Hannah Arendt und ihr Jahrhundert. (C.H.Beck 2025, 34 Euro). Grit Straßberger präsentiert ein neues, lebendiges Bild der außergewöhnlichen Denkerin: Durch einen starken Fokus auf die Erinnerungen und Geschichten, die von Freunden, Kollegen und Schülern über Arendt erzählt wurden, lernen wir die Person hinter der einzigartigen Philosophin kennen. Obwohl ihr die Rolle der Intellektuellen zutiefst suspekt war, wurde sie zu einer Intellektuellen von Weltrang. Die Liste von Arendts Bekanntenkreis liest sich wie das „Who is Who“ der westlichen Geistesgeschichte des 20. Jahrhunderts.

● Kurs 1512

**Dr. Peter Kleiß/Karl-Günther Dilk/
Dr. Heino Klingen**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 16.03.2026, 14 Termine
Altes Rathaus, Raum 13
EUR 70,00 (65,00)

Abendkurs

Philosophischer Gesprächskreis für Frauen

Philosophie geht alle an. Und doch ist sie bis heute weitgehend eine von Männern beherrschte Domäne. In diesem Kurs möchte ich Frauen, die sich für philosophische Themen interessieren, einladen, in einen intensiven Gedankenaustausch über existenzielle Fragen (wie z. B. Was ist ein glückliches Leben?) zu treten. Dabei werden wir erfahren, was es heißt zu philosophieren: nämlich auf dem Weg sein. Keine fertigen Antworten zu erwarten, sondern das eigene Denken im Dialog mit anderen als dynamischen Prozess erleben, in dem wir uns ständig weiterentwickeln. Dazu lesen wir gemeinsam kleine philosophische Texte.

● Kurs 1513

Gisela Platz

Di. 17:00 – 18:30 Uhr
ab 17.03.2026, 9 Termine
Altes Rathaus, Raum 11
EUR 63,00 (48,00)

Abendkurs

Denken neu denken – Das Sokratische Gespräch als philosophische Praxis

Entdecken Sie in diesem Abendkurs eine zeitlose Methode der Selbsterkenntnis und des kritischen Denkens – ganz ohne philosophische Vorkenntnisse. Basierend auf Sokrates' Dialogkunst lernen Sie, durch Fragen und aktives Zuhören Annahmen zu prüfen. Der Kurs stärkt Kommunikationsfähigkeit und eröffnet neue Perspektiven. Gemeinsam ergründen Sie Fragen wie: Wie kann ich wissen, dass ich etwas verstanden habe? Soll man Grenzen überwinden? Bin ich ein guter Freund? Freuen Sie sich auf anregende, erkenntnisreiche Abende.

Dozentinnen und Dozenten



GISELA PLATZ

Dozentin für Philosophie

» Was mir an der Philosophie gefällt: „Sie macht nichts und niemand fertig“. Sie lädt ein zu Offenheit, Beweglichkeit im Denken sowie Achtung vor jedem Leben. Sich nicht mit vorgefertigten Antworten und Meinungen zufriedengeben, sondern mit Neugier unterwegs zu bleiben bei der Suche nach Antworten auf eigene Fragen. So hat mich meine Suche über verschiedene Stationen im In- und Ausland zuletzt ins Saarland geführt, wo ich 23 Jahre lang als Lehrerin im Schuldienst tätig war. Seit 2024 bin ich als Ruheständlerin weiterhin „auf dem Weg“. «

PHILOSOPHIE, THEOLOGIE, SOZIOLOGIE

● Kurs 1514

Sebastiano Curcuruto

Mo. 18:30 – 20:30 Uhr

ab 23.03.2026, 9 Termine

Altes Rathaus, Raum 8 Literaturlounge

EUR 63,00 (48,00)

Abendkurs**Fortschritt anders denken**

Klimawandel, Rechtspopulismus, Demokratieermüdung, Stillstand – was bedeutet Fortschritt heute? Die Berliner Sozialphilosophin Rahel Jaeggi stellt die Frage: Wie lässt sich gesellschaftlicher Fortschritt denken, wenn technische Innovation und moralische Entwicklung auseinanderfallen? Sie schlägt vor, Fortschritt nicht als linearen Prozess, sondern als soziales Lernen zu begreifen – ein Lernen, das auch Rückschritte einschließen kann – und Teil eines nie abgeschlossenen Prozesses der Emanzipation ist. Grundlage für den Kurs ist das Buch „Fortschritt und Regression“ (Suhrkamp stw 2485) von Rahel Jaeggi. Im Kurs lesen und diskutieren wir zentrale Passagen des Buches.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

● Kurs 1515

Ewald Speicher, M.A., Philosoph und Informatiker

Di. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 24.03.2026, 5 Termine

Altes Rathaus, Raum 8 Literaturlounge

EUR 45,00 (40,00)

Vormittagskurs**„Und wozu Dichter in dürrer Zeit?“**

Das fragte Hölderlin am Anfang des 19. Jahrhunderts. Was können wir von Kunst, Musik und Literatur erwarten als Orientierungshilfe für den einzelnen Menschen oder sogar die gesamte Gesellschaft? Erhebt Kunst einen Anspruch auf Wahrheit, liefert sie echte Erkenntnisse? Oder ist

Kunst nur dazu da, um uns zu unterhalten? Anhand von zahlreichen kunstgeschichtlichen Beispielen betrachten wir einerseits die Spiegelung der Gesellschaft in der Kunst; andererseits verfolgen wir die historischen Versuche von Künstlern, mit ihrer Kunst die Gesellschaft zu verändern.

● Kurs 1510

Dr. Ted Talbot, Ph.D. Philosophie, Columbia-Universität, New York

Mi. 10:00 – 11:30 Uhr

ab 22.04.2026, 6 Termine

Altes Rathaus, Raum 16

EUR 50,00 (45,00)

Führungen und Rundgänge

In Kooperation mit der Evangelischen Akademie im Saarland und der Stiftung Schinkelkirche Bischmisheim

Architekturführung**Die Bischmisheimer Schinkelkirche Ein Meisterwerk des Klassizismus von Karl Friedrich Schinkel**

In Bischmisheim hat sich 2009 die „Stiftung Schinkelkirche Bischmisheim“ konstituiert. Wesentlicher Stiftungszweck ist der Erhalt des berühmten, 1822-1824 von Karl Friedrich Schinkel errichteten evangelischen Gotteshauses, das mit seiner oktogonalen Form aus dem Rahmen der Kirchen in der näheren und weiteren Umgebung fällt und als ein Meisterwerk des Klassizismus und als „der“ Idealbau einer evangelischen Dorfkirche gilt. Die vhs Regionalverband Saarbrücken, die Evangelische Akademie im Saarland und die Stiftung Schinkelkirche Bischmisheim laden nach Bischmisheim in die Schinkelkirche ein, um InteressentInnen zum einen diese faszinierende Bauschöpfung Karl Friedrich Schinkels in allen Einzelheiten nahezubringen. Zum anderen wird

Dozentinnen und Dozenten

EWALD SPEICHER M.A.
Philosoph und Informatiker

» Philosophisches Nachdenken handelt von allem und führt doch zu nichts? Oder doch zu allem, von dem es sich lohnt zu wissen? Wie alle wesentlichen Dinge ist dieses Nachdenken niemals abgeschlossen. Deshalb komme ich, nach meiner Ausbildung als Philosoph und nach vielen Jahre in einem Brotberuf in der Softwareindustrie, nun als Doktorand an der Uni und als Lehrender an der vhs wieder darauf zurück. Ich lade Sie ein, mit mir ein Stück dieses Weges zu gehen und gemeinsam über die „großen Fragen“ nachzudenken. «

Delf Slotta die Stiftung Schinkelkirche Bismisheim und deren Arbeit vorstellen sowie das spektakuläre Lichtkunstprojekt im Kircheninneren und -äußeren erläutern.

● Kurs 2304

Delf Slotta, Vors. des Rates der Stiftung Schinkelkirche Bismisheim, Vors. des Beirats der Evangelischen Akademie im Saarland

Do. 05.03.2026, 17:00 – 18:30 Uhr

Schinkelkirche, Kirchstraße 1,
66132 SB-Bismisheim

Der Eintritt ist frei. Eine Spende zur Förderung der Stiftungsarbeit wird erbeten.
Voranmeldung ist nicht erforderlich.

Rundgang

Was fühlen und erleben wir, wenn wir Kirchenräume betreten?

Einmal auf ganz andere Weise werden wir uns drei Sakralbauten in Saarbrücken annähern. Auf unserem Rundgang werden wir die Basilika St. Johann, die Schlosskirche und die Ludwigskirche spürbar anders betrachten. Hierbei geht es nicht so sehr um Fakten und Zahlen, sondern um das Erleben des sakralen Raumes mit Herz, Hand und Verstand. Im Anschluss besprechen wir in geselliger Runde unsere Eindrücke. Ich freue mich auf einen spannenden Austausch mit Ihnen!
Hinweis: Der Rundgang findet bei jedem Wetter statt. Bitte ggf. auf wetterfeste Kleidung achten.

● Kurs 1521

Almut Kubitzek-Pelka, Reiseleiterin, Dozentin, Kirchenpädagogin

Do. 07.05.2026, 15:00 – 18:30 Uhr

Treffpunkt: Brunnen am St. Johanner Markt

EUR 12,00 zzgl. Gastronomie

● Kurs 1521A

Almut Kubitzek-Pelka, Reiseleiterin, Dozentin, Kirchenpädagogin

Do. 25.06.2026, 15:00 – 18:30 Uhr

Treffpunkt: Brunnen am St. Johanner Markt

EUR 12,00 zzgl. Gastronomie

In Kooperation mit der Synagogengemeinde Saar

Exkursion

Synagoge erleben: Führung und koscheres Essen

Die Synagoge: ein Ort, den viele nur von außen kennen. An diesem Abend öffnet sie ihre Türen für einen Einblick von innen. In Kooperation mit der Synagogengemeinde Saar lädt die vhs zu einem besonderen Abend ein, bei dem Begegnung und gemeinsamer Genuss im Mittelpunkt stehen. Nach einer Synagogenführung mit Kantor Benjamin Chait, Seelsorger und Religionslehrer der Synagogengemeinde Saar, erhalten die Teilnehmenden Einblicke in Geschichte, Gegenwart und Alltag jüdischen Lebens. Im Anschluss folgt ein authentisches gemeinsames koscheres Essen, begleitet von koscherem Wein. Jüdische Tradition wird dabei nicht nur erklärt, sondern ganz praktisch erlebt am Tisch und am Gaumen. Zeit für Austausch, Fragen und Beisammensein rundet den Abend ab.

● Kurs 1520

Benjamin Chait, Kantor



Synagogengemeinde Saar

Mi. 10.06.2026, 18:00 – 21:00 Uhr

Treffpunkt: Eingang Synagoge,
Lorzingstraße 8, 66111 SaarbrückenEUR 25,00 (inkl. Führung und koscherem
Essen)

Anmeldung erforderlich bis 18.05.2026.

**Eine Veranstaltung aus der Reihe
vhs.wissen live****Online-Kurs****Antisemitismus –****Was gibt es da zu erklären?**

Wer nach „Erklärungen“ sucht, tappt meistens im Dunklen und findet nichts. Soziale Phänomene haben Geschichten, die sich rekonstruieren lassen und aus diesen Rekonstruktionen ergibt sich ein Verständnis für ihre Dynamik. Diese sollte man kennen, wenn man über solche Phänomene reden will.

● Kurs 1530**Prof. Dr. Jan Philipp Reemtsma**

Mi. 25.03.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

online

gebührenfrei

**Dozentinnen und
Dozenten****ALMUT KUBITZEK-PELKA****Reiseleiterin, Dozentin,
Kirchenpädagogin**

» Als überzeugte WahlSaarländerin habe ich mich zur IHK-zertifizierten Gästeführerin des Saarlandes und BANU-zertifizierten Natur- und Landschaftsführerin für das Biosphärenreservat Bliesgau ausbilden lassen. Als „Kölsche Saarländerin“ liegt mir natürlich auch der Karneval sehr am Herzen. Da Kirche und Karneval zusammengehören, habe ich mit großem Interesse die Ausbildung zur Kirchenpädagogin, zertifiziert durch den Bundesverband der Kirchenpädagogik e.V., absolviert. Geprägt vom Dom zu „Kölle“ faszinieren mich Sakralbauten schon seit meiner Kindheit. Heute werden viele Kirchen entwidmet. Für mich ein Grund, sich mit Kirchenbauten einmal auf andere Weise zu beschäftigen. «

Verantwortlich für den Programmbereich



Nicole Boissier
vhs-Direktorin
Altes Rathaus, Zi. 39
Schlossplatz 1, 66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4300
Fax 0681 506-4390
nicole.boissier@rvsbr.de

Inhalt

• Literatur	123
• Musik, Theater	133
• Film, Medien	139
• Kunstgeschichte, Bildende Kunst	143
• Fotografie	159
• Skulptur, Plastik, Kunsthandwerk	165

Kultur und Kunst



Beratung und Information

Anmeldung und Service

Literatur



Elisa Haffner
 Pädagogische Mitarbeiterin
 Altes Rathaus, Zi. 28
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4325
 Fax 0681 506-4290
 elisa.haffner@rvsbr.de



Mechthild Speicher
 Sachbearbeiterin
 Altes Rathaus, Zi. 1
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4316
 Fax 0681 506-4399
 mechthild.speicher@rvsbr.de

Literatur öffnet Welten – und lädt dazu ein, Gedanken zu teilen, neue Perspektiven zu entdecken und eigene Worte zu finden.

In diesem Semester erwarten Sie Lesungen von Maxim Leo, Bodo Kirchhoff und Jan Ranft sowie die poetische Uraufführung von „Windmühlen am Jakobsweg“, begleitet von einer jungen Musikerin.

Unsere Schreibkurse laden dazu ein, mit Sprache zu experimentieren, Geschichten zu entwickeln und Erlebtes erzählerisch zu formen.

Vorträge vertiefen die literarische Kulturgeschichte: von Wilhelm Buschs vielseitigem Werk bis zu Reiselektüren von Tacitus bis Twain und zur modernen Reiseliteratur. Humorvoll wird es beim akustischen Hörspielabend mit Christian Schulteisz, während Christian Malessa in „Sehnsucht Saar“ zu einem visuellen Streifzug durch die Region einlädt.



Exkursionen (Buchmesse), Wanderungen

Mehrtagesfahrt

Leipziger Buchmesse, 19. bis 22. März 2026

Die Leipziger Buchmesse ist der wichtigste Frühjahrstreff der Buch- und Medienbranche und verbindet LeserInnen, AutorInnen, Verlage und Medien – nicht nur aus Deutschland, sondern aus der ganzen Welt. Sie alle kommen nach Leipzig, um die Vielfalt der Literatur zu erleben, Novitäten zu entdecken und neue Blickwinkel zu erhalten. Nachdem unsere Exkursion 2025 sehr gut ankam, planen wir auch für 2026 eine Exkursion nach Leipzig. Im Rahmen dieses Besuches werden wir Gelegenheit zum Gespräch mit saarländischen VerlegerInnen und AutorInnen haben, die dort ausstellen. Sie können an den Live-Talkshows der großen TV- und Rundfunksender teilnehmen oder abends durch Leipzigs Innenstadt bummeln, wo an vielen interessanten Orten Lesungen stattfinden.

Neben dem Besuch der Buchmesse werden wir auch wieder geführte Touren durch Galerien und Kunstmuseen anbieten. Wir wohnen im Zentrum Leipzigs, im Staycity Aparthotel.

● Kurs 2100

Elisa Haffner, pädagogische Mitarbeiterin der vhs/Thomas Roessler, pädagogischer Mitarbeiter der vhs/Fred Weber, Kunstpädagoge, Künstler

Do. 19.03.2026 – So. 22.03.2026

Abfahrt: Do. 19.03.2026, 07:30 Uhr an der Schlossmauer, Saarbrücken

Rückkehr: So. 22.03.2026, ca. 19:00 Uhr an der Schlossmauer Saarbrücken

EUR 560,00 (425,00)

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie ein Einzelzimmer (560,00 EUR) oder ein Doppelzimmer (425,00 EUR p.P.) oder ein Apartment mit zwei Schlafzimmern für drei Personen (460,00 EUR p.P.), für vier Personen (410,00 EUR p.P.) oder für fünf Personen (380,00 EUR p.P.) haben wollen. An- und Abreise, Übernachtung mit Frühstück (zzgl. Eintritte und Gastronomie)

Lesungen

Veranstaltungen im Rahmen des Literaturfestivals „erLesen“

Lesung

Maxim Leo liest aus seinem neuen Roman „Einatmen, Ausatmen“

Was passiert, wenn eine gefühlsresistente Spitzenmanagerin ein Achtsamkeitstraining bei einem Coach absolvieren muss, der selbst in einer Sinnkrise steckt? Maxim Leos rasend komischer und tief berührender Roman über die Suche nach dem richtigen Leben und den Weg zu uns selbst.

● Kurs 2110

Maxim Leo, Journalist, Drehbuchautor, Schriftsteller

Mo. 20.04.2026, 19:00 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 4 OG

gebührenfrei

Anmeldung und Tickets bei der Buchhandlung Raueiser unter www.raueiser.de, Fon 0681 37918-0 oder info@raueiser.de

Lesung

Bodo Kirchoff liest aus „Nahaufnahmen einer Frau, die sich entfernt“

Nach fünfzig Jahren Ehe reist Vigo ohne seine Frau Terese nach Indien. Sie folgt ihm, voller Wut und Zweifel. In der Fremde wird klar: Es geht ums Ganze. Gehen oder bleiben? Als Terese sich abwendet, beginnt Vigo zu schreiben – erzählt aus der Sicht seiner Frau, ihre ganze gemeinsame Geschichte.

● Kurs 2111

Bodo Kirchoff, Autor

Fr. 24.04.2026, 19:00 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 4 OG

gebührenfrei

sunshine bus
LAMBERT-REISEN

© Davide Angelini - stock.adobe.com

EUER PROFIFÜR DEN URLAUB

✓ STÄDTEREISEN • RUNDREISEN • GRUPPENREISEN UVM.

LAMBERT-REISEN GMBH & CO. KG • Gewerbegebiet Langwies • 66793 Saarwellingen
www.sunshine-bus.de • Tel. 06838-9797-0 • info@lambert-reisen.de • oder im Reisebüro

LITERATUR

Anmeldung und Tickets bei der Buchhandlung Raueiser unter www.raueiser.de, Fon 0681 37918-0 oder info@raueiser.de

Lesung mit Musik**Windmühlen am Jakobsweg**

Aus einem Fenster seines lothringischen Hauses blickend, lässt der Dichter seine pastoralen, rationalen und manchmal auch surrealen Gedanken weit in die Ferne schweifen. Er formt seine Eindrücke zu ‚Etappenmeldungen einer Pilgerreise‘. Darin geht es um das Erleben der erwachenden Natur, um die Liebe und das Begehren, um Engel und die Lufthansa, um eine Räumungsklage und um die Frage, wo man eine Himmelsleiter anlehnen könnte. Sein Vortrag, eine Uraufführung, wird zum Dialog mit einer jungen Musikerin vom anderen Ende der Welt.

● **Kurs 2112**

**Dirk Piper, Autor und Leser/
Jooyoen Kim, Querflöte**

Do. 07.05.2026, 18:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
Eintritt frei, Hutsammlung für den musikalischen Teil

Lesung und Autorengespräch**Schreib dein Buch?! Eine und doch keine Autobiografie – Am Beispiel von Wolfgang Bachs „Ins zierliche Land“**

Wolfgang Bach war über sieben Amtsperioden verschiedener Regierungen leitender Ministerialbeamter in den Bereichen Bildung und Wissenschaft. Sein Roman ist ein belletristisches Zeitzeugnis der letzten Jahrzehnte über Politik, Gesellschaft und Kultur in der Großregion. Ein literarischer Blick auf und hinter die Kulissen, auf Faktisches und Fiktives. Die Geschichte handelt davon, wie Freundschaft manche

Gefahr überdauert, wie Emanzipation gelingt, wie dabei Literatur selbst zur Akteurin werden kann. Nach zahlreichen Lesungen zu diesem neuen Saar-Roman geht es diesmal um den Blick in die Werkstatt.

Der Literaturwissenschaftler Dr. Moritz Klein spricht mit dem Autor am konkreten Beispiel des Romans „Ins zierliche Land“ über genutzte und verworfene Möglichkeiten autobiografischen Schreibens.

● **Kurs 2113**

Dr. Wolfgang Bach, Ministerialdirigent a. D./Dr. Moritz Klein, Literaturwissenschaftler und Autor

Do. 21.05.2026, 19:00 Uhr
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss
EUR 8,00 (5,00) Abendkasse

Lesung**Jan Ranft liest aus „Starkregen“**

Jan Ranft liest aus seinem aktuellen Buch „Starkregen und andere schwule Kurzgeschichten“. Seine Texte erzählen von Begegnungen und Verlust, von Liebe, Freundschaft und der Suche nach Glück. Die Lesung richtet sich ausdrücklich an alle – auch an heterosexuelle ZuhörerInnen. Ranfts Geschichten möchten Brücken bauen und helfen, Vorurteile abzubauen.

● **Kurs 2114**

Jan Ranft

Fr. 08.05.2026, 19:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 8 Literaturlounge
EUR 8,00 (5,00)

Gesprächs- und Lektürekurse**Abendkurs****Lesekreis**

Haben Sie Lust, alle vier Wochen an einem Lesekreis teilzunehmen? Ein Buch zu lesen und anschließend gemeinsam mit anderen darüber zu reden? Zum Beispiel

Dozentinnen und Dozenten**JAN RANFT**

» Jan Ranft, 1974 in Rheinland-Pfalz geboren, lebt und arbeitet als Mediengestalter im Saarland. In seiner Freizeit schreibt er Kurz- und Kürzestgeschichten aus dem schwulen Leben - mit Herz, Humor und Tiefgang. Einige Charaktere und Handlungsstränge tauchen dabei wiederholt auf. Er besucht regelmäßig den Literarischen Stammtisch Saarbrücken, nutzt die Schreibangebote der vhs und engagiert sich in der Schreibwerkstatt „WortKunstLiebe“. Seit 2012 hat er als Selfpublisher drei Bücher mit über 150 Kurzgeschichten veröffentlicht; zuletzt erschien eine Sammlung von 52 Geschichten in englischer Übersetzung in den USA.

«

über Inhalt, Sprache und Stil, was einen beim Lesen bewegte, zum Nachdenken brachte, zum Vergleichen, vielleicht zum Lachen ... Gedacht sind Streifzüge quer durch alle Genres, Neuerscheinungen ebenso wie Klassiker.

Den Anfang wagen wir in diesem Semester mit dem preisgekrönten Jugendbuch von Saša Stanišić: „Wolf“. In diesem Buch wird von Ausgrenzung und Schikane, von Mut und Freundschaft erzählt. Für „Wolf“ hat Stanišić den Deutschen Jugendliteraturpreis 2024 in der Sparte Kinderbuch gewonnen. Die Jury begründet dies so: „Autor und Erzählfigur erweisen sich als scharfe Beobachter des Sozialen und verhandeln die Frage, was eigentlich zu Mobbing führt. Trotz der Schwere des Themas besticht der Roman durch seinen Wortwitz. Die schwarz-gelben, scharf konturierten Illustrationen von Regina Kehn geben weitere Impulse zum Nachdenken.“

Alle weiteren Bücher werden gemeinsam in der Gruppe festgelegt.

● Kurs 2120

Mechthild Speicher, M.A., Buchhändlerin

Do. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 26.03.2026, 5 Termine (monatlich)

Altes Rathaus, Raum 8 Literaturlounge

EUR 25,00

Lektürekurs

« *Leurs enfants après eux* »
(„Wie später ihre Kinder“) von
Nicolas Mathieu

Drei Jugendliche suchen in den Industrieruinen Lothringens nach Anerkennung und Erfüllung – in Nicolas Mathieus 2019 erschienenem, mit dem Prix Goncourt ausgezeichneten Roman „Leurs enfants après eux“ begleiten wir sie über drei Jahre auf ihrem Weg. Zwischen ehemaligen Kohlegruben und Hochöfen entwirft

Mathieu eine detailreiche, sozialkritische Milieustudie und zeichnet mit viel Empathie die emotionalen Höhen und Tiefen des Erwachsenwerdens nach. Entstanden ist eine eindrucksvolle Gesellschaftschronik – in der Tradition Zola wie auch Annie Ernaux – über das vergessene Frankreich der 1990er Jahre, voller Lebendigkeit und erzählerischer Kraft. Die Textpassagen werden in deutscher und französischer Sprache besprochen.

Trois adolescents en quête de reconnaissance et d'épanouissement, trois jeunes vies perdues dans une France périphérique marquée par la désindustrialisation – „Leurs enfants après eux“, roman de Nicolas Mathieu paru en 2018 et lauréat du Prix Goncourt, retrace leur parcours dans le bassin houiller de Lorraine dans les années 1990. Entre anciennes mines de charbon et hauts-fourneaux, Mathieu dresse une étude de milieu sociale détaillée et critique, tout en retraçant avec une grande empathie les intempéries émotionnelles que traverse inévitablement toute jeunesse. Il en résulte une chronique sociale saisissante – dans la tradition de Zola comme d'Annie Ernaux – sur la France oubliée des années 1990, pleine de vie et de puissance narrative. Les passages seront discutés en allemand et en français.

● Kurs 2121

**Dr. Matthieu Choblet, Ökonom/
Gerhard Rouget, Romanist**

Fr. 27.03.2026, 17:00 – 18:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 25 (Textiler

Werkraum)

EUR 9,00

Nachmittagskurs

Die 9 Muses (in russischer Sprache)

Die Muses der griechischen Mythologie sind die Schutzgöttinnen der Künste.

Nach Hesiod sind sie Töchter von Zeus und Mnemosyne, der Göttin der Erinnerung.

In diesem Kurs geht es um Vorträge und Diskussionen über bekannte Persönlichkeiten aus Literatur, Musik, Malerei und anderen schönen Künsten. Die Veranstaltung findet in russischer Sprache statt und ist offen für Menschen aller Nationen.

● Kurs 2122

Alexander Gerber

Fr. 15:00 – 17:00 Uhr

ab 15.05.2026, 10 Termine, 14-tägig

Altes Rathaus, Raum 5

gebührenfrei

Abendkurs

Literaturnobelpreis:

László Krasznahorkai

Die ungarische Gegenwartsliteratur ist in Deutschland durchaus bekannt. Imre Kertész (Nobelpreis 2002), Péter Esterházy oder Péter Nádas sind von Kritik und Publikum gelobte Autoren. Mit László Krasznahorkai rückt durch den Literaturnobelpreis 2025 ein weiteres literarisches Schwergewicht in den Fokus des Interesses. Wir werden zuerst seinen Roman „Melancholie des Widerstandes“ (bitte mit der Lektüre beginnen) und dann ausgewählte Erzählungen aus dem Band „Seiobo auf Erden“ lesen.

● Kurs 2123

**Kerst Walstra, M.A., Literatur-
und Kulturwissenschaftler**

Di. 17:00 – 18:30 Uhr

ab 17.03.2026, 9 Termine

Altes Rathaus, Raum 23

EUR 86,00 (66,00)

LITERATUR

Abendkurs mit Wein**„Maigret und der Weinhändler“
(« Maigret et le marchand de vin »)
von Georges Simenon**

Ein reicher Pariser Weinhändler wird tot in seiner Wohnung aufgefunden. Im Zentrum der Aufklärung durch Kommissar Maigret steht die Persönlichkeit des erfolgreichen Weinunternehmers. Georges Simenon entfaltet dabei ein Kaleidoskop des großbürgerlichen Pariser Umfelds des Opfers. Und spiegelt dies mit einer Welt von Kleinganoven. Mit der Ausarbeitung der Charaktere und dem Aufbau des sozialen Spannungsfelds zählt dieser 71. Maigret-Roman (1969) zu den besten Romanen der Maigret-Reihe. Begleitend zur Lektüre von Textpassagen und Erörterung der literarischen Methode-Simenons sowie der Einordnung ins Genre des Kriminalromans besteht die Möglichkeit einer Degustation von Weinen mit Bezug zum Thema. Vorgestellt und degustiert werden beste Weine der Händler-Kategorie. Die Veranstaltung kann auf Wunsch auch als reine Literaturveranstaltung – ohne Degustation – belegt werden.

● Kurs 2973**Gerhard Rouget, Weinberater**

Fr. 06.03.2026, 19:00 – 22:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 17,00 (inkl. EUR 10,00 für Weine)

Schreibkurse**Abendkurs****Workshop: Kreatives Schreiben**

Da man Kreativität kaum direkt lehren kann, lautet die Methode des Kurses: Eine offene und dennoch kritische literarische Atmosphäre schaffen – wie es sie in Schulen, an Universitäten, im offenen Literaturbetrieb leider selten gibt, wie sie jedoch Voraussetzung schöpferischer Arbeit ist. Der Idealfall, und schön, wenn es uns gemeinsam gelingt: Eine besondere Wahrnehmungs- und Ausdrucksfähigkeit wiederzugewinnen. Ich will erreichen (und wünsche mir, dass Sie mithelfen), dass wir uns gegenseitig literarische Texte entlocken. Also solche, die ich Ihnen nicht aufgabe in irgendeiner Weise, sondern die Sie aus eigenem Antrieb geschrieben haben oder schreiben. Sie stellen diese Texte im Kurs vor und wir diskutieren sie, wobei natürlich auch Theorie zur Sprache kommen kann. Idealerweise wollen wir dabei unser Schreiben und gleichzeitig die Kritik daran gemeinsam entwickeln und auch die Haltung des Publikums zum Autor und umgekehrt reflektieren. Übungen spezieller Art bringe ich für Notfälle als Zwischenspiele zur Lockerung mit.

● Kurs 2130**Klaus Behringer**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 16.03.2026, 15 Termine

Altes Rathaus, Raum 23

EUR 55,00

Dozentinnen und Dozenten**KARIN BOHR-JANKOWSKI**

» Geborene Saarländerin, überzeugte Europäerin und gelernte Autorin. Nach meiner Jugend in Saar-Lor-Lux, meinem Berufsleben in Brüssel und Aix-en-Provence hat mich das Leben vor ein paar Jahren wieder in die Nähe meiner Heimat verschlagen, auf die französische Seite. Ab und zu komme ich aus der Franche-Comté angereist, um mein Know-How als Schriftstellerin mit Ihnen zu teilen. Mehr über mich und mein Engagement unter:
www.karinbjankowski.de





Jetzt Teil
des
vhs-Teams
werden

DOZENTEN GESUCHT (M/W/D)

Kultur erleben. Wissen vermitteln. Horizonte erweitern.

Sie haben ein kreatives Hobby und möchten Ihr Wissen weitergeben?

Die vhs Regionalverband Saarbrücken sucht engagierte Dozentinnen und Dozenten für Kurse im gesamten Regionalverband – egal ob Stricken, Kochen, Kampfkunst, Fotografie oder andere Themen.

Bringen Sie Ihre Leidenschaft ein und bereichern Sie unser vhs-Team.



Interessiert?
Schreiben Sie uns gerne an
vhsinfo@rvsbr.de.

www.vhs-saarbruecken.de

vhs
Volkshochschule
Regionalverband Saarbrücken


REGIONALVERBAND
SAARBRÜCKEN

LITERATUR

Wochenend-Workshop**Vom Zauber der Kurzgeschichte zum Tatort Saar-Lor-Lux**

Ob für AnfängerInnen oder Fortgeschrittene der vhs-Schreibkurse – hier kommt wieder einmal jeder auf seine Kosten: Die Schriftstellerin Karin B. Jankowski hatte als Dozentin bei der vhs Saarbrücken zum Thema Kreatives Schreiben 2024 die Idee, aus den Ergebnissen ihrer Kurse einen Sammelband zu machen. Dieser wurde in der Literaturrundschau des OPUS im Mai 2025 als „zauberhafte und wunderbare Anthologie, mit skurrilen, bizarren, schaurig-schönen, humorvoll-lustigen, kafkaesk-bedrohlichen, teilweise auch blutigen und schmerzhaft-bedrückenden Kurz- und Kürzest-Geschichten“ rezensiert. Ob klassische O.Henry-Kurzgeschichten, Drabbels, Six-Word-Stories, Flash-Fiction oder Smoke-Long-Stories – die ganze Bandbreite des Genres wird in diesem Kurs vermittelt: das erlernte theoretische Handwerkszeug wird in vier praktischen Übungen angewandt.

Wer weiß, vielleicht gibt es ja einen Band Zwei ... Lust darauf, dabei zu sein?

• Kurs 2132

Karin Bohr-Jankowski, Autorin,
www.karinbjankowski.de

Fr. 24.04.2026, 16:00 – 18:00 Uhr

Sa. 25.04.2026, 10:00 – 16:00 Uhr (inkl. Pause)

Altes Rathaus, Raum 6

EUR 48,00

Wochenend-Workshop**Kreatives Schreiben – die Traumfabrik**

Woher kommen die Ideen für unsere Geschichten? Sicherlich aus Erfahrungen. Auch aus Erinnerungen; Erzählungen von Freunden und Bekannten. Aus dem Alltagsgeschehen, das wir beobachten, oder

über Nachrichten hören und lesen.

Und ... der Fantasiewelt!

In diesem Kurs öffnen wir zusammen noch eine andere Tür: die zu unseren Träumen. Die Autorin Alice Miller hat gezeigt, dass es Mut braucht, sich in diese Bereiche zu begeben – und andere große Autoren, wie Robert Louis Stevenson oder Franz Kafka haben gezeigt, was man aus diesen Entdeckungen machen kann.

„Wir sind aus solchem Stoff, wie Träume sind, und unser kleines Leben umspannt ein Schlaf“, William Shakespeare, „Der Sturm“.

Genau wie in meinen vorherigen Kursen werden wir an praktischen Beispielen dem Genre der Kurzgeschichte treu bleiben und diese dann in vertrauensvoller Runde besprechen.

• Kurs 2133

Karin Bohr-Jankowski, Autorin,
www.karinbjankowski.de

Fr. 19.06.2026, 16:00 – 18:00 Uhr

Sa. 20.06.2026, 10:00 – 16:00 Uhr (inkl. Pause)

Altes Rathaus, Raum 6

EUR 48,00

Workshop**Böse Frauen**

Hexen, Stiefmütter, Verführerinnen – in Märchen, Mythen und Literatur verkörpern ‚böse Frauen‘ Angst und Faszination zugleich. Der Kurs mit Märchenbuch-Autorin Katharina Rolshausen lädt die Teilnehmenden dazu ein, diese Frauenfiguren aus neuen Blickwinkeln zu betrachten und eigene Perspektiven zu entwickeln. Im Mittelpunkt stehen Fragen nach Moral, Macht und Geschlecht: Was heißt eigentlich ‚böse‘? Welche Bilder prägen unser Denken? Und braucht das Gute das Böse, um zu glänzen?

Dozentinnen und Dozenten**CHRISTIAN SCHULTEISZ**

» Christian Schulteisz alias Freund Schulteisz wurde 1985 geboren. Er ist freier Autor und Hörspielmacher. Seit 2021 produziert er künstlerische Hörportraits und seit 2007 seine sogenannten Hörpillen, die sich zwischen Klangkunst, Hörspiel und Reportage bewegen und unter anderem auf SWR2 und Deutschlandfunk Kultur gesendet wurden. 2020 erschien im Berenberg Verlag sein erster Roman „Wense“, der mit dem Kranichsteiner Literaturförderpreis und dem Thaddäus-Troll-Preis ausgezeichnet wurde. Christian Schulteisz studierte am Deutschen Literaturinstitut in Leipzig und lebt seit 2023 in Saarbrücken.

Homepage: www.schulteisz.de «

Dieser Kurs enthält Elemente des kreativen Schreibens, deshalb bitte Schreibstifte in verschiedenen Farben mitbringen.

● Kurs 2134

Katharina Rolshausen, Autorin

Fr. 10.07.2026, 15:00 – 17:15 Uhr

Altes Rathaus, Raum 6

EUR 18,00 (14,00)

Workshop

Erleben. Erinnern. Erzählen – Wirklichkeit in Worte fassen

Oft schreibt die Wirklichkeit die besten Geschichten – doch beim Aufschreiben kommen Fragen: Wieviel Genauigkeit braucht eine Story, wieviel Freiheit darf sein? Ist das Gedächtnis eine gute Quelle? Müssen Zitate wörtlich stimmen? Wo finde ich Themen; was macht eine Geschichte spannend? (Muss Spannung überhaupt sein?) Und – was tun, wenn's beim Schreiben einmal hakt? Ein Workshop zwischen Erlebtem und Erzähltem; zwischen Notizbuch, Erinnerung und fertigem Text: Christian Malessa, Journalist und Autor (u. a. „Am stillen Fluss“ und „Sehnsucht Saar“), führt durch eine intensive Schreibwerkstatt. Wir arbeiten an eigenen Texten (weiter) und nutzen Techniken aus Reportage, Portrait und Essay, um die Wirklichkeit in Worte zu fassen. Schreibzeug bitte mitbringen – und alles, was in der Schublade liegt: Themen und Texte, Fragmente und Fragen.

● Kurs 2135

Christian Malessa

Fr. 17.04.2026, 16:00 – 18:30 Uhr

Sa. 25.04.2026, 11:00 – 16:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 6

EUR 38,00 (28,00)

Workshop

Die Welt zum Sprechen bringen – Wirklichkeit in Worte fassen

Nur wer was erlebt, kann auch was erzählen, heißt es. Doch manchmal sperrt sich die Wirklichkeit – oder sie schweigt gleich ganz. Wie bringt man die Welt zum Sprechen – auch dort, wo nicht viel zu passieren scheint? Welche Geschichten ruhen in Landschaften, Räumen, Gegenständen? Was macht aus zufälligen Beobachten und Begegnungen eine spannende Szene, eine interessante Figur?

Christian Malessa, Journalist und Autor (u. a. „Am stillen Fluss“ und „Sehnsucht Saar“), lädt ein zu einer intensiven Schreibwerkstatt. Wir lernen, genauer hinzusehen – und erwecken den Moment zum Leben: Techniken und Stilmittel aus der fiktionalen Literatur geben erzählen-den Sachtexten neue Kraft. Schreibzeug bitte mitbringen – und alles, was in der Schublade liegt und vielleicht schon lange schweigt: Themen und Texte, Erlebnisse und Erinnerungen, Fragmente und Fragen.

● Kurs 2136

Christian Malessa

Fr. 29.05.2026, 16:00 – 18:30 Uhr

Sa. 06.06.2026, 11:00 – 16:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 6

EUR 38,00 (28,00)

Vorträge

Vortrag

Ein akustisches Kuriositätenkabinett Der Hörspielmacher Christian Schulteisz spricht über seine Arbeit

Ein Sammler, der alles loswerden will, ein Tierfreund, der Schädlinge bekämpft und eine Pfandflaschenpost auf dem Glascontainer ... In den Audioproduktionen von Christian Schulteisz kommen ungewöhnliche Menschen und Dinge zusammen, mal sind sie echt, mal erfunden, mal weiß man nicht so recht. Er selbst nennt sie seine Hörpillen, denn sie sind meist klein und zergehen gut im Ohr. An diesem Abend wird er mit uns den Pillenhaufen umkreisen, der sich in den letzten Jahren angesammelt hat, von seinem ersten Stück mit musizierenden Türen bis hin zu seinem neusten über das Tun und Nichtstun. Eine Stunde voller kurioser Hörspiele und ebenso kurioser Anekdoten rund um ihre Entstehung.

● Kurs 2143

Christian Schulteisz, Schriftsteller und Hörspielmacher

Do. 19.03.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 24

EUR 8,00

Vortrag

Mehr als „Max und Moritz“: Wilhelm Busch - Zeichner, Dichter, Schriftsteller, Maler?

„Max und Moritz“ begleitet viele von uns seit der Kindheit. Doch Wilhelm Busch hatte weit mehr zu bieten, als seine frechen Lausbubengeschichten vermuten lassen. Der reich gebildete Power-Point-Vortrag führt in Wilhelm Buschs faszinierende Lebenswelt: seine Kindheit, sein vielseitiges künstlerisches Schaffen in Wort und Bild, seine Vorlieben und

LITERATUR

Abweichungen sowie die Spuren, die er in Literatur und Kunst bis heute hinterlässt. Darüber hinaus werden viele weniger bekannte Aspekte beleuchtet, die Busch in neuem Licht erscheinen lassen.

● **Kurs 2140**

Werner Michaltzik

Do. 26.03.2026, 18:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 24

EUR 5,00

Vortrag

**Schriftsteller auf Reisen:
Von Tacitus bis Twain – Von der
Reiseberichterstattung zum Travel
Writing**

Unterlegt mit historischen Fakten, zahlreichen Bildern und Buchempfehlungen wird gezeigt, wie sich die Reiseberichterstattung als eigene Literaturgattung entwickelt hat – von den Anfängen in der Antike über die großen Seefahrer, Entdecker und Forscher, die im Dienste der Wissenschaft schrieben, bis hin zu jenen Schriftstellern, die das Reisen neu für sich entdeckten und literarisch zu einer eigenen Kunstform erhoben. Dabei geraten auch zahlreiche außergewöhnlich mutige Frauen in den Blick, die sich den gesellschaftlichen Zwängen ihrer Zeit widersetzen, ferne Regionen erkundeten und ebenso eindrucksvolle wie inspirierende Reiseberichte hinterließen. Vorgestellt werden sowohl frühe bedeutende Stimmen des deutschen Sprachraums – darunter Goethe und Fontane – als auch faszinierende, heute weniger bekannte Persönlichkeiten, deren Texte bis heute ein besonderes Leseerlebnis bieten. Abgerundet wird der Vortrag durch den Übergang zur modernen Reiseliteratur, vertreten durch Namen wie Robert Louis Stevenson, Mark Twain und Jack London, die das Genre endgültig international

prägten und zu neuer Popularität führten.

● **Kurs 2141**

Werner Michaltzik

Do. 23.04.2026, 18:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 24

EUR 5,00

Vortrag

**Schriftsteller auf Reisen: Travel
Literature und Modern Travel
Literature**

In der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts nahm ein neues Literaturgenre Gestalt an: die Modern Travel Literature. Sie unterscheidet sich deutlich von klassischen Reiseberichten oder journalistischen Reportagen, denn ihre AutorInnen verweben Beobachtungen unterwegs mit politischen und gesellschaftlichen Fragen, persönlicher Reflexion und literarischem Anspruch. Der reich gebildete Power-Point-Vortrag führt zunächst in die Welt prägender Wegbereiter ein – darunter Literaturnobelpreisträger und bedeutende Schriftsteller wie Patrick Leigh Fermor, Lord Byron, John Steinbeck und V. S. Naipaul, deren Werke das Genre nachhaltig geprägt haben. Im Anschluss richtet sich der Blick auf die populären Stimmen Bruce Chatwin, Paul Theroux und Bill Bryson, deren Bücher das moderne Verständnis von Reiseliteratur entscheidend mitgeformt haben. Abgerundet wird der Vortrag durch einen Ausblick auf zeitgenössische ReiseschriftstellerInnen aus aller Welt, von denen neue Impulse für die Modern Travel Literature zu erwarten sind.

● **Kurs 2142**

Werner Michaltzik

Do. 21.05.2026, 18:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 24

EUR 5,00

**Dozentinnen und
Dozenten**



CHRISTIAN MALESSA

» Geboren und aufgewachsen am linken Niederrhein. Jagte mit fünfzehn auf dem Hollandrad einem Polizeiwagen hinterher, um seine erste Zeitungsstory zu recherchieren. Stellte vor Ort fest, dass er keinen Kugelschreiber dabei hatte und bekam vom Besitzer des brennenden China-Restaurants einen geschenkt. Schrieb über Schulzeit und Studium hinaus für Zeitungen und Zeitschriften, arbeitet seitdem als Journalist, Redakteur und Autor. Interessiert sich vor allem für Menschen und ihre Geschichten. Bringt seinen Stift inzwischen selbst mit. «





Saarländisches Staatstheater

OFFEN FÜR ALLE. KUNST, DIE VERBINDET!

Im Jahr 2026 bieten wir wieder ein vielseitiges Programm an, über alle Sparten hinweg. Ob Oper, Ballett, Schauspiel oder Rahmenformate – für jeden ist etwas dabei. Auf unserer Website finden Sie immer den aktuellen Spielplan sowie Highlights wie:

Napoleon
Uraufführung
Auftragwerk von
Armin Petras

ab dem 17.01.



Dialogues des Carmélites
Gespräche der Karmelitinnen
Oper von Francis Poulenc

ab dem 07.02.

Tanzfestival Saar
z.B. „Cinderella“, „Frida“ &
viele weitere Aufführungen

zw. dem 06. – 18.03.
an versch. Spielstätten



Die Dreigroschenoper
nach John Gay's „The
Beggar's Opera“ | von Bertolt
Brecht (Text) und Kurt Weill
(Musik)

ab dem 28.03.

Weitere Informationen und
Tickets finden Sie auf unserer
Website!

WWW.STAATSTHEATER.SAARLAND



Vortrag

Sehnsucht Saar: Radeln und Reisen am stillen Fluss

Von der Mündung zu den Quellen, von den Ufern zu den Menschen: In seinem neuen Buch wendet sich der Journalist und Autor Christian Malessa (u. a. „Am stillen Fluss“) an alle, die gern langsam reisen. Denn an der Saar liegt alles nah: Geschichten und Geschichtliches, Kulinarisches und Kurioses, Ausflug und Abenteuer.

„Sehnsucht Saar. Radeln und Reisen am stillen Fluss“ lädt ein, sich selbst auf den Weg zu machen: Ein Fluss, vier Landschaften, zwei Sprachen und zahllose Kleinode am Wegesrand warten darauf, entdeckt zu werden. Die (Rad-)Tour folgt der Saar von ihrer Mündung bei Konz bis zu den Quellen in den Vogesen. Tipps zu Routenplanung, Varianten und Abstechern, zu Einkehr und Übernachtung werden ergänzt durch Reportagen und Portraits zu Menschen und Orten im deutschen wie im französischen Teil. Ein Reiseführer, der weniger „führen“ will als vielmehr verführen.

Wir laden ein zu einem visuellen Streifzug durch unsere Heimat und Nachbarschaft, zu einem Dia-Abend mit Lesung, Begegnung und Gespräch, der Fernweh weckt nach dem Naheliegenden.

● Kurs 2144

Christian Malessa

Do. 28.05.2026, 19:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 26

EUR 8,00 (5,00)

**Eine Veranstaltung aus der Reihe
vhs.wissen live**



Online-Kurs

Jim Knopf, die Halbdrachen und die deutsche Geschichte

„Jim Knopf und Lukas der Lokomotivführer“ erschien 1960 und ist bis heute eines der berühmtesten deutschen Kinderbücher. Nicht bekannt war jedoch die längste Zeit, dass Michael Ende darin zahlreiche historische Motive und Vorlagen verarbeitet. 2009 ging die Kunsthistorikerin Julia Voss in ihrem preisgekrönten Buch „Darwins Jim Knopf“ diesen Spuren nach. In ihrem Vortrag wird sie die überraschenden Hintergründe von Jim Knopf beleuchten und Einblicke in die aktuelle Ausstellung „Natur und deutsche Geschichte. Glaube, Biologie, Macht“ geben, die sie am Deutschen Historischen Museum in Berlin kuratiert hat.

● Kurs 2151

Prof. Dr. Julia Voss

So. 01.03.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

online

gebührenfrei

Beratung und Information



Dr. Kristina Betz
Pädagogische Mitarbeiterin
Altes Rathaus, Zi. 28
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4321
Fax 0681 506-4390
kristina.betz@rvsbr.de

Anmeldung und Service



Julia Decker
Sachbearbeiterin
Altes Rathaus, Zi. 2
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4317
Fax 0681 506-4399
julia.decker@rvsbr.de

Musik, Theater

Wenn Sie sich musikalisch erproben oder unter fachlicher Anleitung weiter entwickeln wollen, empfehlen wir unsere Gitarren- und Ukulelekurse. Ein Angebot zum Singen „in den höchsten Tönen“ macht der vhs-Chor, „The New Yellow Submarine Chor“. Lassen Sie sich einfach mitreißen.

Seit einem Semester besteht auch die Möglichkeit, sich in Stimmbildung und im Vocalcoaching weiterbilden zu lassen. Unter der fachkundigen Anleitung von Stefan Röttig, Gesangssolist am Saarländischen Staatstheater, können AnfängerInnen und Fortgeschrittene erste Erfahrungen bzw. weiterführende Kenntnisse in z. B. Gesangs- und Atemtechnik, Songinterpretation und Bühnenpräsenz sammeln bzw. erlangen.

Einen Blick hinter die Kulissen des Saarländischen Staatstheater ermöglichen Ihnen die Kurse von Simone Kranz, Dramaturgin am Saarländischen Staatstheater.



MUSIK

Eine Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live

In Kooperation mit der Deutschen
Akademie der Technikwissenschaften
(acatech)



Online-Kurs

Musik, Wissenschaft und Technik – eine harmonische Reise durch zwei Jahrhunderte

Im Vortrag wird die harmonische Beziehung zwischen Naturwissenschaftlern, Ingenieuren und Musikern in den letzten beiden Jahrhunderten behandelt. Wissenschaftler und Ingenieure haben Musikern und Komponisten neue Möglichkeiten der Klangerzeugung und ästhetischen Gestaltung gegeben. Beispiele sind Wilhelm E. Webers Forschungen zu adiabatischen Phänomenen und kompensierten Orgelpfeifen, Hermann von Helmholtz' Beiträge zur akustischen Resonanz und zum Steinway-Resonanzboden sowie Friedrich Trautweins Arbeiten zur Radio-Klangtreue und seine Erfindung des Trautoniums. Thema wird auch die Zusammenarbeit von Physiologen, Physikern und Klavierpädagogen sein, die die Technik des Klavierspiels verbessern wollten.

● Kurs 2200

Prof. Dr. Myles W. Jackson

Di. 21.07.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
online
gebührenfrei

Abendkurs

The New Yellow Submarine Chor

Der Kurs bietet eine Einführung in das mehrstimmige Chorsingen. Im Fokus stehen Stimmbildung, musikalischer Ausdruck und das gemeinsame Singen in der Gruppe.

Das Repertoire umfasst sowohl a-cappella-Stücke als auch Werke mit Klavierbegleitung – von Volksliedern und klassischer Chormusik bis hin zu Popsongs.

● Kurs 2203

Austeja Pezelytė, Chorleitung

Mi. 19:00 – 20:30 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
vhs-Zentrum, Saal 4 OG
EUR 65,00 (48,00)

Abendkurs

Stimmbildung/Vocalcoaching vom Profi

Für Fortgeschrittene ab 14 Jahren

Dieser Kurs bietet Gruppenunterricht mit bis zu 10 Personen, der die individuelle Betreuung der einzelnen Teilnehmenden ermöglicht, ohne dass der Leistungsdruck eines großen Chors entsteht. Vermittelt werden u. a. Gesangstechnik, Atemtechnik, Körperhaltung, Artikulation, Warm-ups, Songinterpretation und Bühnenpräsenz.

*Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung,
Notenheft, Bleistift, etwas zu Trinken*

● Kurs 2203B

**Stefan Röttig, Gesangssolist
am Saarländischen Staatstheater**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 16.03.2026, 6 Termine
16.03., 23.03., 30.03., 20.04., 27.04.,
04.05.2026
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss
EUR 60,00

Abendkurs

Stimmbildung/Vocalcoaching vom Profi

Für AnfängerInnen und

Fortgeschrittene ab 14 Jahren

Dieser Kurs bietet Gruppenunterricht mit bis zu 10 Personen, der die individuelle Betreuung der einzelnen Teilnehmenden

Dozentinnen und Dozenten



AUSTEJA PEZELYTĖ
Chorleitung

» Austeja Pezelytė ist eine erfahrene litauische Chorleiterin, die ihren Bachelor in Estland und ihren Master in Deutschland abgeschlossen hat. Sie hat an zahlreichen internationalen Dirigiermeisterkursen teilgenommen und ist Stipendiatin des Programms Forum Dirigieren. Als Preisträgerin mehrerer internationaler Chorleitungswettbewerbe bringt sie wertvolle Erfahrung auf hohem künstlerischem Niveau mit. «

MUSIK, THEATER

ermöglicht, ohne dass der Leistungsdruck eines großen Chors entsteht.

Vermittelt werden u. a. Gesangstechnik, Atemtechnik, Körperhaltung, Artikulation, Warm-ups, Songinterpretation und Bühnenpräsenz.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Notenheft, Bleistift, etwas zu Trinken

● **Kurs 2203C**

**Stefan Röttig, Gesangssolist
am Saarländischen Staatstheater**

Mo. 19:45 – 21:15 Uhr

ab 16.03.2026, 6 Termine

16.03., 23.03., 30.03., 20.04., 27.04.,
04.05.2026

Schlosskeller, Saarbrücker Schloss

EUR 60,00

Für alle Gitarren- und Ukulelekurse gilt: die erste Stunde dient zur Information und Einstufung.

Abendkurs

Ukulelekurs – Fortgeschrittene

Die Ukulele, die in den letzten Jahren ein Revival erlebt, gilt als kleine Schwester der Gitarre und ist leichter zu erlernen als sie; und zwar in jedem Alter. Das liegt vor allem daran, dass sie nur vier Saiten hat. Die Gitarre, die ja auch gerne als erstes Instrument empfohlen wird, hat ganze sechs Saiten.

Die erste Stunde dient zur Information.

● **Kurs 2204A**

Harald Stein

Mo. 17:45 – 19:15 Uhr

ab 16.03.2026, 15 Termine

Gemeinschaftsschule Bellevue, Musiksaal

EUR 120,00 (90,00)

Abendkurs

Gitarrenkurs – Medium

Erlernen verschiedener Songs, Anschlagstechniken mit Plektron und Fingerpicking.

Voraussetzungen sind die Kenntnis offener Akkorde Em E Am C D G Bm und kleiner Barrée F und die Freude am Gitarrenspiel.

Die erste Stunde dient zur Information.

● **Kurs 2204B**

Harald Stein

Mo. 19:15 – 20:45 Uhr

ab 16.03.2026, 15 Termine

Gemeinschaftsschule Bellevue, Musiksaal

EUR 120,00 (90,00)

Abendkurs

Gitarrenkurs – AnfängerInnen Teil 2

Einfache Akkorde und Melodiespiel.

Der Kurs ist auf drei TeilnehmerInnen beschränkt, da er wegen der kürzeren Unterrichtszeit intensiver ist.

Die erste Stunde dient zur Information.

● **Kurs 2204C**

Harald Stein

Mo. 20:45 – 21:30 Uhr

ab 16.03.2026, 15 Termine

Gemeinschaftsschule Bellevue, Musiksaal

EUR 120,00 (90,00)

Abendkurs

Gitarrenkurs – Medium

Erlernen verschiedener Songs, Anschlagstechniken mit Plektron und Fingerpicking. Voraussetzungen sind die Kenntnis offener Akkorde Em E Am C D G Bm und kleiner Barrée F und die Freude am Gitarrenspiel.

Die erste Stunde dient zur Information.

● **Kurs 2204D**

Harald Stein

Di. 17:00 – 18:30 Uhr

ab 10.03.2026, 15 Termine

Gemeinschaftsschule Bellevue, Musiksaal

EUR 120,00 (90,00)

Dozentinnen und Dozenten



STEFAN RÖTTIG

Gesangssolist am Saarländischen Staatstheater

» Stefan Röttig ist auf vielen Bühnen als Sänger und Schauspieler tätig. Er ist langjähriges Mitglied des Soloensembles des Saarländischen Staatstheaters. Im Bereich Oper/Operette fühlt er sich ebenso zu Hause wie im Musical und im Jazz. Vom Kultusministerium erhielt Stefan Röttig den Ehrentitel Kammer-sänger. «

● Kurs 2204E

Harald Stein

Di. 18:30 – 20:00 Uhr
ab 10.03.2026, 15 Termine
Gemeinschaftsschule Bellevue, Musiksaal
EUR 120,00 (90,00)

Abendkurs

Ukulelekurs – AnfängerInnen Teil 2

Die Ukulele, die in den letzten Jahren ein Revival erlebt, gilt als kleine Schwester der Gitarre und ist leichter zu erlernen als sie; und zwar in jedem Alter. Das liegt vor allem daran, dass sie nur vier Saiten hat. Die Gitarre, die ja auch gerne als erstes Instrument empfohlen wird, hat ganze sechs Saiten.

Die erste Stunde dient zur Information.

● Kurs 2204F

Harald Stein

Di. 20:00 – 21:30 Uhr
ab 10.03.2026, 15 Termine
Gemeinschaftsschule Bellevue, Musiksaal
EUR 120,00 (90,00)

Abendkurs

Gitarrenkurs – Fortgeschrittene

Erlernen verschiedener Songs, Anschlagstechniken mit Plektron, Fingerpicking, Rhythmus und Solospiel. Voraussetzungen sind die Kenntnis offener Akkorde und große Barréeakkorde sowie Freude am Gitarrenspiel.

Die erste Stunde dient zur Information.

● Kurs 2204G

Harald Stein

Mi. 18:30 – 20:00 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
Gemeinschaftsschule Bellevue, Musiksaal
EUR 120,00 (90,00)

Abendkurs

Gitarrenkurs – AnfängerInnen Fortsetzung

Erlernen verschiedener Songs. Anschlagstechniken mit Fingerpicking. Voraussetzungen sind die Kenntnis offener Akkorde Em E Am C D G.

Die erste Stunde dient zur Information.

● Kurs 2204H

Harald Stein

Mi. 20:00 – 21:30 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
Gemeinschaftsschule Bellevue, Musiksaal
EUR 120,00 (90,00)

THEATER

In Kooperation mit dem Saarländischen Staatstheater

**Saarländisches
Staatstheater**

Vormittagskurs

Theater kennt keine Grenzen

Neugierig auf Theater? Dann sind Sie hier richtig! Ob vor oder hinter der Bühne, ob in den Werkstätten oder bei Proben, ob im Ballettsaal oder in der Schneiderei: Unter Leitung von Dramaturgin Simone Kranz können Sie in den Kursen „Theater kennt keine Grenzen“ Einblicke in die Welt des Theaters bekommen. Gespräche mit KünstlerInnen und MitarbeiterInnen der Sparten Ballett, Schauspiel, Oper und Konzert stehen auf dem Programm. Natürlich darf auch ein Blick über die Grenze zu unseren französischen Nachbartheatern nicht fehlen. Auch im Sommersemester wird es wieder einen Vormittags- und einen Abendkurs geben. Die Anfangszeiten und Kursorte können wegen Probenbe-

Dozentinnen und Dozenten



HARALD STEIN

Musikpädagoge für Akustikgitarre,
E-Gitarre, E-Bass & Ukulele

» Ich spiele seit meinem 10. Lebensjahr Gitarre, habe schon früh unterrichtet und konnte Erfahrungen im Unterricht mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen sammeln. Diese Erfahrungen und meine Liebe zur Gitarre in all ihren Facetten gebe ich gerne an meine SchülerInnen weiter. Dabei ist es schön zu erleben, wie aus nichts Musik entsteht und dass es beim Musizieren keine Grenzen gibt – sei es das Alter, das Genre oder die Kultur –, und gleichwohl zu erleben, wie man über sich hinauswächst. «

MUSIK, THEATER

suchen variieren – was jedoch rechtzeitig bekannt gegeben wird.

● **Kurs 2210**

**Simone Kranz, Dramaturgin,
Saarländisches Staatstheater**

Mi. 11:00 – 12:30 Uhr

ab 11.03.2026, 10 Termine

11.03., 18.03., 25.03., 15.04, 22.04., 29.04.,

06.05., 13.05., 20.05., 10.06.2026

Saarländisches Staatstheater, Treffpunkt
am Bühneneingang (Pforte)

EUR 63,00 (47,00) zzgl. Theaterkarten

Abendkurs

● **Kurs 2211**

**Simone Kranz, Dramaturgin,
Saarländisches Staatstheater**

Mi. 18:30 – 20:00 Uhr

ab 11.03.2026, 10 Termine

11.03., 18.03., 25.03., 15.04, 22.04., 29.04.,

06.05., 13.05., 20.05., 10.06.2026

Saarländisches Staatstheater, Treffpunkt
am Bühneneingang (Pforte)

EUR 63,00 (47,00) zzgl. Theaterkarten

Abendkurs

**Schauspiel am Donnerstagabend:
Improvisation**

Oft stehen wir vor Situationen, die spontane Reaktionen verlangen. Häufig greifen wir dabei auf gewohnte Muster und Automatismen zurück, die uns aber auch festhalten können. Dieser Kurs lädt dazu ein, die Freude an spontanen Antworten neu zu entdecken und mutig neue Reaktionen auszuprobieren. Durch den Einsatz aller Sinne schärfen wir unser Bewusstsein, trainieren unsere Reaktionsfähigkeit und erleben die Freude an lebendigem Austausch mit anderen. Improvisation wird hier zum kreativen Spielraum für überraschende und echte Begegnungen. Geeignet für: AnfängerInnen und Fortgeschrittene mit Vorerfahrung.

● **Kurs 2244A**

**Yeji Cho, SchauspielerIn, SängerIn,
Filmemacherin**

ab 12.03.2026, 6 Termine (12.03., 19.03.,
26.03., 02.04., 16.04., 23.04.)

Altes Rathaus, Raum 23

EUR 80,00 (60,00)

Abendkurs

**Schauspiel am Donnerstagabend:
Improvisation**

● **Kurs 2244B**

**Yeji Cho, SchauspielerIn, SängerIn,
Filmemacherin**

ab 30.04.2026, 6 Termine (30.04., 07.05.,
21.05., 28.05., 11.06., 18.06.)

Altes Rathaus, Raum 23

EUR 80,00 (60,00)

Nachmittagskurs

Theatergruppe „Melpomene“

Melpomene ist eine der neun Musen in der griechischen Mythologie. Wie ihre acht Schwestern, ist sie eine Tochter von Zeus und Mnemosyne, der Göttin der Erinnerung. Melpomene ist die Muse der Tragödie und des Trauergesangs. Die Theatergruppe „Melpomene“ erarbeitet Theaterstücke (wie z. B. „Lysistrata“ von Aristophanes) in russischer Sprache. Die Gruppe ist offen für Menschen aus allen Nationen. Der Kurs findet in russischer Sprache statt.

● **Kurs 2213**

Alexander Gerber

Do. 15:00 – 19:00 Uhr

ab 12.03.2026, 20 Termine

Altes Rathaus, Raum 17

gebührenfrei

**Dozentinnen und
Dozenten**



Foto: @brinkphoto

SIMONE KRANZ

**Schauspieldramaturgin am
Saarländischen Staatstheater**

» Nach meinem Studium arbeitete ich als Dramaturgin u. a. am Düsseldorfer Schauspielhaus, am Theater Dortmund, am Schauspiel Köln und am Theater Oberhausen, bevor ich 2017 als Schauspieldramaturgin ans Saarländische Staatstheater kam. In meinen Kursen bei der vhs führe ich die TeilnehmerInnen nicht nur hinter die Kulissen des Theaters, sondern ermögliche ihnen, u. a. auch auf Grund meiner Fortbildung zum Thema „Interkulturelles Projekt Management“, einen Blick über die Grenzen zu den französischen Nachbartheatern. «

In Kooperation mit dem Regionalverband Saarbrücken und der Spielelagune Saar e. V.

Einzelveranstaltung

Spieletag

Brettspiele, Würfelspiele, Kartenspiele, Bewegungsspiele – die Vielfalt ist groß und an diesem Tag sollen sie alle gespielt werden.

Die Schirmherrin der Veranstaltung ist Regionalverbandsdirektorin Dr. Carolin Lehberger, die betont, dass mit dieser Veranstaltung ein kulturelles Angebot für interessierte Familien sowie bereits begeisterten SpielerInnen geschaffen werden soll. Auch die Spielelagune Saar e. V. beteiligt sich als saarlandweit aktiver Verein an dieser Aktion und bietet mit seiner Brettspielsammlung ein riesiges Repertoire an Klassikern sowie Neuer-

scheinungen.

Auch die aktuellen Spiele des Jahres 2025, „BOMB BUSTERS“ (Spiel des Jahres), „TOPP DIE TORTE“ (Kinderspiel des Jahres) und „ENDEAVOR – DIE TIEFSEE“ (Kennerspiel des Jahres) sind vor Ort und können ausprobiert werden.

Für die Ausleihe der Spiele ist ein Pfand zu hinterlegen, der nach Rückgabe der Spiele wieder entgegengenommen werden kann. Die Besucher können den ganzen Tag nach Herzenslust Spiele ausprobieren und testen. Dabei gibt es keine Einstiegs- hürden oder Berührungsängste: Mitglie- dern der Spielelagune Saar e. V. stehen als kompetente Spieleerklärer bereit, um alle großen und kleinen Besucher das passende Spiel zu zeigen und Regeln zu erklären. Ein Regellesen ist nicht notwen- dig. Es kann gleich losgespielt werden!

Natürlich werden auch gerne Tipps für ein spielerisches Ostergeschenk gegeben.

Ein Verkauf von Spielen findet nicht statt. Der Eintritt zur Veranstaltung sowie das Spielen sind kostenlos.

Weitere Informationen zur Veranstaltung unter www.spielelagune-saar.de.

● Kurs 2220

Spielelagune Saar e. V.

So. 29.03.2026, 11:00 – 18:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 4 OG
gebührenfrei



Kulturforum
Regionalverband Saarbrücken

Veranstaltungen für Kinder

- Schlossführungen mit dem Schlossgespenst
sonntags, 11 Uhr
- Kultur für Kids I
Kindertheater
sonntags, 15 Uhr

Alle Infos:
www.regionalverband.de
>>> Region | Kultur




KULTURORT SAARBRÜCKER SCHLOSS

Beratung und Information

Anmeldung und Service

Film, Medien



Thomas Roessler
Pädagogischer Mitarbeiter
Altes Rathaus, Zi. 28
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4322
Fax 0681 506-4390
thomas.roessler@rvsbr.de



Julia Decker
Sachbearbeiterin
Altes Rathaus, Zi. 2
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4317
Fax 0681 506-4399
julia.decker@rvsbr.de

Unsere Vorstellung von der Welt wird nur teilweise durch unmittelbare Wahrnehmung, sondern vor allem durch Medien bestimmt.

Unsere Geschwindigkeit beim Lesen bestimmen wir selbst; bei den zeitbasierten Medien, entscheidet der Rhythmus der Schnitte darüber, ob wir alle Informationen verarbeiten können. Die Unmittelbarkeit bewegter Bilder und die intime Nähe, die eine Kamera herstellen kann, können eine immersive Wirkung entfalten, uns also scheinbar unmittelbar an einer Szene beteiligen.

Mit diesen Möglichkeiten, ein Publikum emotional zu fesseln, bieten gerade die audiovisuellen Medien ein unerschöpfliches Potenzial.

Ob Sie vor einer Kamera oder mit einem Mikrofon agieren wollen oder sich als Kinofan eher theoretisch mit dem Medium beschäftigen wollen: Hier finden Sie ein passendes Angebot.



Elisa Haffner
Pädagogische Mitarbeiterin
Altes Rathaus, Zi. 28
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4325
Fax 0681 506-4290
elisa.haffner@rvsbr.de

FILM, MEDIEN

Veranstaltungen in Kooperation mit der Landesmedienanstalt Saarland (LMS).

Für alle Kooperationsveranstaltungen mit der Landesmedienanstalt Saarland ist eine Anmeldung direkt bei der LMS erforderlich. Fon 0681 38988-12 oder www.LMSaar.de.

Workshop

Stimm- und Sprechtraining – klangvolle Stimme, sicheres Auftreten in den Medien

Die Stimme ist unser wichtigstes Kommunikationsmittel. Wer beruflich oder privat in Radio-, Fernseh- oder Internetbeiträgen spricht, braucht eine belastbare und angenehme Stimme, die das Publikum überzeugt und der man gerne zuhört. In Vorträgen verpuffen oft wichtige Inhalte, weil sie nicht ausdrucksstark präsentiert werden. Wir trainieren die Artikulation, klären Dialektunsicherheiten und üben den gezielten Einsatz von Pausen und das richtige Sprechtempo. Wir bauen Spannungsbögen bewusst auf und durchlaufen praxiserprobte, bewährte Arbeitsschritte zum Umgang mit Atem, Stimme und Nervosität. „Lieblingstexte“ können gerne im Vorfeld an mkz@LMSaar.de gemailt werden.

● Kurs 2223

Bettina Koch, SchauspielerIn, SprecherIn, KabarettistIn

Sa. 28.03.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
LMS, Nell-Breuning-Allee 6 (Eingang Nr. 5),
66115 Saarbrücken
EUR 75,00

Anmeldelink: <https://lmsaar.de/node/113#/de/classes/view/1019>

Workshop

How To Podcast: Mein erster Podcast

Podcasts sind beliebter denn je. Fast jeder Radiosender bietet Beiträge zum Nachhören an, Zeitungen und Magazine ergänzen ihr Angebot durch Audio und Videobeiträge. Viele Unternehmen aber auch private PodcasterInnen produzieren eigenen Serien zu ausgewählten Themen. Ob Interviews, Ratgeber oder das Gespräch mit der besten Freundin, jede und jeder kann heute zum Produzenten oder zur Produzentin werden, auch Sie! Es wird nicht nur um die Themenfindung und den richtigen Aufbau eines Podcasts gehen, sondern auch um technische Grundlagen, sowie geeignete Software und benötigtes Equipment. Die Veranstaltung richtet sich an alle, die selbst aktiv/kreativ werden wollen.

● Kurs 2224

Kevin Schneider, YouTuber und Hörspielproduzent

Di. 21.04.2026, 16:00 – 20:00 Uhr
LMS, Nell-Breuning-Allee 6 (Eingang Nr. 5),
66115 Saarbrücken
EUR 30,00

Anmeldelink: <https://lmsaar.de/node/113#/de/classes/view/1034>

Workshop

Video-Grundkurs

Der zwei Einheiten umfassende Kurs führt die Teilnehmenden in die Grundlagen der Video-Arbeit ein. Sie lernen die wichtigsten filmischen Gestaltungsmittel, also Kameraarbeit mit Perspektiven und Aufnahmewinkel, Licht und Ton kennen und in ihrem Zusammenwirken verstehen. Anschließend sind sie in der Lage, diese Mittel in ihrer Wirkung auf den Zuschauer einzuschätzen und sie bei ihrer eigenen Arbeit bewusst einzusetzen. Die erlernten Gestaltungsmittel werden anhand kleiner

praktischer Übungen gemeinsam trainiert und vertieft. Eigene Technik darf gerne zum Kurs mitgebracht werden, ist aber kein Muss!

● Kurs 2225

Jan-Luca Blass, Mediengestalter Bild und Ton

Di. 05.05. und Do. 07.05. 2026,
16:00 – 19:00 Uhr
LMS, Nell-Breuning-Allee 6 (Eingang Nr. 5),
66115 Saarbrücken
EUR 60,00
<https://lmsaar.de/node/113#/de/classes/view/1059>

Workshop

Auf Sendung! Souverän vor Kamera und Mikrofon moderieren

Das Seminar bietet eine umfassende Einführung in die Kunst der Kamera- und Mikrofonmoderation. Die Teilnehmenden lernen die Grundlagen der Präsenz und Rhetorik am Mikrofon und vertiefen ihre Kenntnisse im Skripten von Moderationen. Ein besonderer Fokus liegt auf der gezielten Gesprächs- und Interviewführung sowie der zielgruppenorientierten Ansprache. Lampenfieber und Pannen sind ebenfalls Themen, die behandelt werden: Wie können unvorhergesehene Ereignisse gemeistert und wie kann schnell auf Herausforderungen reagiert werden? In praxisnahen Übungen werden die Inhalte angewandt und vertieft, um Sicherheit und Authentizität vor Kamera und Mikrofon zu gewinnen. Der Kurs richtet sich an (Nachwuchs-) ModeratorInnen und JournalistInnen, Content Creator, PodcasterInnen und VloggerInnen, SprecherInnen, die ihre Medienpräsenz stärken möchten.

● Kurs 2226

Susan Zare, Moderatorin, Hörfunkjournalistin, Sprecherin

FILM, MEDIEN

Sa. 09.05.2026, 10:00 – 17:00 Uhr
 LMS, Nell-Breuning-Allee 6 (Eingang Nr. 5),
 66115 Saarbrücken
 EUR 75,00
 Anmeldelink: <https://lmsaar.de/node/113#/de/classes/view/1023>

Workshop**Medientraining für Hörfunk und TV**

Das eigene Auftreten bei Pressekonferenzen, Interviews oder Statements vor Presse, Funk und Fernsehen will gelernt sein und erfordert einige Übung. Wie kann die Kernbotschaft in aller Kürze, souverän und publikumsorientiert vermittelt werden? Wie beeinflussen Mimik, Gestik und Körperhaltung den eigenen Auftritt? Das Seminar richtet sich an alle, die professionell vor der Kamera oder vorm Mikrofon auftreten möchten. Unter realen Bedingungen werden verschiedene Übungen durchgeführt und aufgezeichnet. Die Aufnahmen werden im Anschluss analysiert. Die TeilnehmerInnen erfahren, wie sie sich auf ein Statement vor Kamera oder Mikrofon vorbereiten und auf den Zuschauer gleichermaßen sympathisch wie kompetent wirken.

● **Kurs 2227****Klaus Dittrich, Journalist, Communication Consultant, Moderator, Lehrbeauftragter für Mediation und Konfliktmanagement**

Mi. 10.06.2026, 16:00 – 20:00 Uhr
 LMS, Nell-Breuning-Allee 6 (Eingang Nr. 5),
 66115 Saarbrücken
 EUR 75,00
 Anmeldelink: <https://lmsaar.de/node/113#/de/classes/view/1041>

Workshop**Eine Filmszene neu erzählen**

In diesem Kurs wählen wir gemeinsam eine kurze Szene aus einem bekannten Film, vielleicht aus „Casablanca“, „Die

Reifeprüfung“, „La La Land“ oder aus einem frühen Stummfilm. Anschließend überlegen wir, wie die Szene wirkt, wenn wir die Perspektive verändern: zum Beispiel aus der Sicht einer Frau, bei veränderten Machtverhältnissen oder wenn die Figuren andere Prioritäten haben. Die Gruppe stellt die veränderte Szene nach: durch Vorlesen oder improvisiertes Spielen. In der abschließenden Gesprächsrunde reflektieren wir, wie sich die Szene durch die neue Perspektive verändert hat.

● **Kurs 2228****Sabrina Döpp**

Sa. 16.05.2026, 14:00 – 18:00 Uhr
 Altes Rathaus, Raum 13
 EUR 22,00

Vortrag**Frauen im Filmbusiness – Die vergessenen Stimmen des Kinos**

„Es ist gefährlich, wenn Frauen die Kamera in die Hand nehmen – weil sie dann zeigen, was Männer nicht sehen wollen.“ – Agnès Varda, Cinécritique-Gespräch (1988). Seit den Anfängen des Films prägten Frauen als Regisseurinnen, Autorinnen, Editorinnen und Produzentinnen die Kinogeschichte – oft ohne Anerkennung. Der Kurs rückt ihre Stimmen ins Zentrum: von Pionierinnen wie Alice Guy-Blaché und Dorothy Arzner bis zu modernen Regisseurinnen wie Greta Gerwig, Chloé Zhao, Céline Sciamma und Ava DuVernay. Anhand von Filmausschnitten werden filmische Sprache, Themen und Rollenbilder analysiert – mit der Frage, wie sich das Kino verändert, wenn Frauen erzählen und nicht nur erzählt werden. Der Kurs richtet sich an alle, die Filme lieben, sich für Kulturgeschichte interessieren oder Kino aus einer neuen Perspektive entdecken möchten – ganz ohne Vorkenntnisse.

Dozentinnen und Dozenten**SABRINA DÖPP**

» Ich glaube daran, dass jeder Mensch eine eigene Sprache in sich trägt – sei es durch Worte, Bilder, Klänge oder Farben. In meiner künstlerischen Arbeit bewege ich mich zwischen Film, Schreiben und Malerei – immer auf der Suche nach Ausdrucksformen, die persönlich, wahrhaftig und leise kraftvoll sind.

In meinen Kursen möchte ich Räume schaffen, in denen etwas zum Vorschein kommen darf: ein Gedanke, ein Gefühl, eine Erinnerung, ein Bild. Es geht nicht um „richtig“ oder „falsch“, sondern um das Vertrauen in den eigenen Blick, die eigene Stimme.

Ich habe Philosophie, Literatur und Medienkunst studiert, mich mit Theater, Storytelling und visueller Sprache beschäftigt – doch am meisten lerne ich durch das gemeinsame Tun. Kunst beginnt für mich da, wo wir uns selbst begegnen – neugierig, offen und ohne Eile. <<

● Kurs 2250

Sabrina Döpp

Do. 16.04.2026, 18:00 – 20:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 5

EUR 8,00

Abendkurs

Schauspiel am Donnerstagabend: Improvisation

Oft stehen wir vor Situationen, die spontane Reaktionen verlangen. Häufig greifen wir dabei auf gewohnte Muster und Automatismen zurück, die uns aber auch festhalten können. Dieser Kurs lädt dazu ein, die Freude an spontanen Antworten neu zu entdecken und mutig neue Reaktionen auszuprobieren. Durch den Einsatz aller Sinne schärfen wir unser Bewusstsein, trainieren unsere Reaktionsfähigkeit und erleben die Freude an lebendigem Austausch mit anderen. Improvisation wird hier zum kreativen Spielraum für überraschende und echte Begegnungen. Geeignet für: AnfängerInnen und Fortgeschrittene mit Vorerfahrung.

● Kurs 2244A

**Yeji Cho, SchauspielerIn, Sängerin,
Filmemacherin**

ab 12.03.2026, 6 Termine (12.03., 19.03.,
26.03., 02.04., 16.04., 23.04.)

Altes Rathaus, Raum 23

EUR 80,00 (60,00)

Abendkurs

Schauspiel am Donnerstagabend: Improvisation

● Kurs 2244B

**Yeji Cho, SchauspielerIn, Sängerin,
Filmemacherin**

ab 30.04.2026, 6 Termine (30.04., 07.05.,
21.05., 28.05., 11.06., 18.06.)

Altes Rathaus, Raum 23

EUR 80,00 (60,00)

Dozentinnen und Dozenten



YEJI CHO

**SchauspielerIn, Sängerin,
Filmemacherin**

» Yeji Cho hat Schauspiel an der Universität Mozarteum Salzburg studiert. Sie ist als SchauspielerIn, Sängerin und Filmemacherin tätig. Derzeit absolviert sie ihr Masterstudium Film an der HBK Saar bei Prof. Sung-Hyung Cho und Axel Ranisch. «

Beratung und Information



Dr. Kristina Betz
Pädagogische Mitarbeiterin
 Altes Rathaus, Zi. 28
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4321
 Fax 0681 506-4390
 kristina.betz@rvsbr.de

Anmeldung und Service



Mechthild Speicher
Sachbearbeiterin
 Altes Rathaus, Zi. 1
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4316
 Fax 0681 506-4399
 mechthild.speicher@rvsbr.de

Kunstgeschichte, Bildende Kunst

Sich mit einem Kunstwerk auseinanderzusetzen, wird Empfindungen, Assoziationen oder Erinnerungen auslösen. Es wird als schön oder hässlich, als gelungen oder misslungen wahrgenommen. Das „innere Gespräch“ zu verlassen, sich mit anderen BetrachterInnen über persönliche Eindrücke auszutauschen, verlangt einigen Mut. Es gelingt leichter in einer vertrauten Gruppe und mit ein wenig Übung. Eigene Gedanken mit Hintergrundinformationen abzugleichen und zu ergänzen, wird helfen, sich noch intensiver auf ein Kunstwerk einzulassen. Darum geht es uns bei unseren Veranstaltungen zur Bildenden Kunst.

Bei Vorträgen und Ausstellungsführungen wollen wir mehr bieten als Faktenvermittlung; wir betrachten Kunstwerke nicht bloß als Objekte aus „Öl auf Leinwand“ oder „Bleistift auf Büttenspapier“, sondern auch als gedankliche Konstrukte, die erst in unseren Reaktionen vollständig lebendig werden können. In den praktischen Kunstkursen führen wir diesen Gedanken weiter. Nicht nur der technische Umgang mit den Materialien soll hier vermittelt werden. Wir wollen die individuelle Entwicklung der Teilnehmenden auch dem konstruktiv-kritischen Gespräch im geschützten Raum der Ateliergruppen anvertrauen.



Thomas Roessler
Pädagogischer Mitarbeiter
 Altes Rathaus, Zi. 28
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4322
 Fax 0681 506-4390
 thomas.roessler@rvsbr.de

KUNSTGESCHICHTE

Kunstfahrten und Ausstellungsführungen

Saarbrücker Kunstfahrten

Mit dieser Reihe bietet die vhs in jedem Semester Exkursionen zu Ausstellungen bekannter europäischer Museen an. Dabei steht die unmittelbare Begegnung mit traditionellen und modernen Kunstwerken im Zentrum. Begleitet werden diese Kunstexkursionen von dem Kunsterzieher und Künstler Fred Weber sowie Thomas Roessler, pädagogischer Mitarbeiter der vhs.

Tagesfahrt

Paul Cézanne in Basel

In diesem Frühjahr zeigt die Fondation Beyeler in Basel Werke von Paul Cézanne, der als Pionier der Moderne gilt. Die Ausstellung konzentriert sich auf die letzte und zugleich bedeutendste Phase im Schaffen Cézannes und zugleich auf die wichtigen Themen dieser späten Jahre: Porträts.

Die Fondation Beyeler präsentiert Werke von Paul Cézanne, der vom Realismus und der Romantik beeinflusst war, aber bald einen eigenen Weg im Geiste des Impressionismus fand. Mit seiner Betonung des Schlüsselbegriffs der „sensation“ der eigenen Empfindung weist er schon den Weg in Richtung Expressionismus.

● Kurs 2303

**Fred Weber, Kunstpädagoge, Künstler/
Thomas Roessler, pädagogischer
Mitarbeiter der vhs**

Sa. 28.03.2026

Abfahrt: 07:30 Uhr an der Schlossmauer, Saarbrücken

Rückkehr: 20:30 Uhr an der Schlossmauer, Saarbrücken

EUR 55,00 (zzgl. Eintritt u. Gastronomie)

Anmeldung erforderlich bis 09.04.2026

Tagesfahrt

Monets Küste im Museum Städel, Frankfurt

Eine Küste wird zum Mythos:

Die Felsen von Étretat, in der Normandie an der Atlantikküste gelegen, zogen im 19. Jahrhundert zahlreiche Künstler in ihren Bann. Auch Claude Monet war von der einzigartigen Steilküste mit ihren drei Felsentoren derart fasziniert, dass er ihr etliche Gemälde widmete. Das Städel Museum präsentiert eine große Ausstellung über die künstlerische Entdeckung des einstigen Fischerdorfes Étretat und

den Einfluss des Ortes auf die Malerei der Moderne. Die Ausstellung präsentiert rund 170 herausragende Gemälde, Zeichnungen, Fotografien und historische Dokumente, darunter allein 24 Werke von Claude Monet. Darüber hinaus vereint sie neben Werken von Eugène Delacroix, Gustave Courbet und Henri Matisse eine Vielzahl weiterer wichtiger Positionen der modernen und zeitgenössischen Kunst – von Eugène Le Poittevin über Camille Corot, Gustave Caillebotte und Johann Wilhelm Schirmer bis hin zu Elger Esser.

● AT2303A

**Fred Weber, Kunstpädagoge und Künstler,
Thomas Roessler, pädagogischer
Mitarbeiter der vhs.**

Sa. 20.06.2026

Abfahrt: 07:30 Uhr,

Franz-Josef-Röderstraße, Saarbrücken

Rückkehr: 19:30 Uhr,

Franz-Josef-Röderstraße, Saarbrücken

EUR 55,00

Vorankündigung

Kunstbiennale Venedig

Nähere Informationen zur Fahrt werden zu gegebener Zeit auf der Homepage der vhs unter www.vhs-saarbruecken.de bekannt gegeben.

● Kurs 2303B

**Fred Weber, Kunstpädagoge, Künstler/
Thomas Roessler, pädagogischer
Mitarbeiter der vhs**

In Kooperation mit der Evangelischen Akademie im Saarland und der Stiftung Schinkelkirche Bischmisheim

Architekturführung

Die Bischmisheimer Schinkelkirche Ein Meisterwerk des Klassizismus von Karl Friedrich Schinkel

In Bischmisheim hat sich 2009 die „Stiftung Schinkelkirche Bischmisheim“ konstituiert. Wesentlicher Stiftungszweck ist der Erhalt des berühmten, 1822-1824 von Karl Friedrich Schinkel errichteten evangelischen Gotteshauses, das mit seiner oktogonalen Form aus dem Rahmen der Kirchen in der näheren und weiteren Umgebung fällt und als ein Meisterwerk des Klassizismus und als „der“ Idealbau einer evangelischen Dorfkirche gilt. Die vhs des Regionalverbandes Saarbrücken, die Evangelische Akademie im Saarland und die Stiftung Schinkelkirche Bischmisheim laden nach Bischmisheim in die Schinkelkirche ein, um InteressentInnen zum einen diese faszinierende Bauschöpfung Karl Friedrich Schinkels in allen Einzelheiten nahezubringen. Zum anderen wird Delf Slotta die Stiftung Schinkelkirche Bischmisheim und deren Arbeit vorstellen sowie das spektakuläre Lichtkunstprojekt im Kircheninneren und -äußeren erläutern.

● Kurs 2304

Delf Slotta, Vors. des Rates der Stiftung Schinkelkirche Bischmisheim und Vors. des Beirats der Evangelischen Akademie im Saarland

Do. 05.03.2026, 17:00 – 18:30 Uhr
Schinkelkirche, Kirchstraße 1,
Bischmisheim (66132 Saarbrücken)
Der Eintritt ist frei. Eine Spende zur Förderung der Stiftungsarbeit wird erbeten.
Vor Anmeldung ist nicht erforderlich.

In Kooperation mit dem Weltkulturerbe Völklinger Hütte

Ausstellungsführung

X-RAY

Im Weltkulturerbe Völklinger Hütte
(9.11.2025 – 16.8.2026)

X-RAY. Die Macht des Röntgenblicks
Die Großausstellung X-RAY widmet sich der Revolution der Röntgenstrahlen und den zahlreichen kulturellen Aspekten des Röntgenblicks.

Weitere Informationen unter
www.voelklinger-huette.org.

● Kurs 2305

Weltkulturerbe Völklinger Hütte

Sa. 21.03.2026, 14:00 Uhr
Weltkulturerbe Völklinger Hütte,
Gebläsehalle und Verdichterhalle
EUR 17,00 (15,00) Eintritt, zzgl. Führung
an das Weltkulturerbe Völklinger Hütte

● Kurs 2305A

Weltkulturerbe Völklinger Hütte

Sa. 25.04.2026, 14:00 Uhr
Weltkulturerbe Völklinger Hütte,
Gebläsehalle und Verdichterhalle
EUR 17,00 (15,00) Eintritt, zzgl. Führung
an das Weltkulturerbe Völklinger Hütte
Anmeldung jeweils erforderlich bei dem Weltkulturerbe Völklinger Hütte unter
<https://shop.voelklinger-huette.org/de/guided-tours/128>

Streifzug

Kunst auf dem Campus der Universität Saarbrücken

Die Universität Saarbrücken bietet auf ihrem Campus in Saarbrücken viele außergewöhnliche Kunstwerke, die von renommierten Künstlerinnen und Künstlern gestaltet wurden. Diese Kunstwerke und Installationen haben sowohl auf regionaler – als auch auf internationaler



SAARBRÜCKER KUNSTFAHRTEN Unter der Leitung des Kunsterziehers und Künstlers Fred Weber

» Mit dieser Reihe bietet die vhs in jedem Semester Exkursionen zu Ausstellungen bekannter europäischer Museen an. Im aktuellen Semester sind zwei Exkursionen angedacht. Die Exkursionsleitung hat jeweils Fred Weber inne. InteressentInnen können sich informieren und anmelden.

Ansprechpartnerinnen sind
Dr. Kristina Betz (0681 506-4321
oder kristina.betz@rvsbr.de) und
Mechthild Speicher (0681 506-4316
oder mechthild.speicher@rvsbr.de)



Ebene Beachtung gefunden: Ein wahrer Schatz, der sich jedoch vielfach versteckt in den unterschiedlichsten Bauwerken des Campus. Wer sie entdeckt, wird bei näherem Hinsehen erspüren, dass sich diese Kunstwerke auf unterschiedlichste Art und Weise mit der Architektur und dem vielschichtigen Forschungsauftrag und den Werten des wissenschaftlichen Denkens auseinandersetzen. Vor diesem Hintergrund lädt die vhs Regionalverband Saarbrücken zu Streifzügen ein, bei denen jeweils eine Auswahl der faszinierenden Kunstwerke vorgestellt werden.

● Kurs 2307

**Peter Michael Lupp, ehem. Kulturreferent
Regionalverband Saarbrücken**

Mo. 20.04.2026, 17:00 Uhr

Treffpunkt vor dem Haupteingang der
Universität Saarbrücken

EUR 8,00

Streifzug

Kunst auf dem Campus

des Universitätsklinikums Homburg

Auch der Campus der Universität Homburg eröffnet bei näherem Hinsehen einen Blick auf bedeutende Kunstwerke im öffentlichen Raum, die von renommierten Künstlerinnen und Künstlern gestaltet wurden. Im Rahmen eines Rundgangs über den Campus des Universitätsklinikums Homburg werden die Kunstwerke und die KünstlerInnen, die diese gestaltet haben, vorgestellt.

● Kurs 2308

**Peter Michael Lupp, ehem. Kulturreferent
Regionalverband Saarbrücken**

Di. 05.05.2026, 17:00 Uhr

Treffpunkt vor dem Haupteingang der
Universität Homburg

EUR 8,00

Workshop

Kunst verwandelt

Übungsseminar: Künstlerisches

[poetisches] Sehen und Denken

Praxisbeispiel: KulturOrt Wintringer Kapelle mit aktuellem Kunstprojekt

Unter dem Titel „Lupambulus“ wird sich am KulturOrt Wintringer Kapelle aktuell dem heiligen Wolfgang als Schutzpatron der Wintringer Kirche gewidmet. Die lateinische Übersetzung des Namens Wolfgang – Lupambulus – hat dem künstlerischen Prozess einen geheimnisvollen und heiteren Charakter geschenkt. Aus vergangenen Botschaften, die sich über die Lichtfigur des heiligen Wolfgangs vor langer Zeit in den Resten einer ehemaligen Prioratskirche eingebettet haben, wurden im Rahmen einer künstlerischen Suchbewegung neue Bilder und Zeichen für die Wirklichkeit freigelegt: Liebe als Grundverständlichkeit zwischen Menschen. Herzensbildung im Spiegel der Kunst im Alltag. Die Konzeption des Kunstprojektes suchte mit forschendem Blick weiter in den Wahrnehmungen der Betrachter, um nicht zuletzt auch den verwandelnden Charakter künstlerischer Prozesse offenzulegen. Im Rahmen eines Seminars stellt der Kurator und Kunstschaffende Peter Michael Lupp die Vision des KulturOrtes und das Kunstprojekt und die damit entstandenen Kunstwerke vor. Dabei wird dazu eingeladen, einmal ganz bewusst die Fähigkeiten wahrzunehmen, künstlerisch [poetisch] zu sehen und zu denken und sie vor Ort auszuloten.

● Kurs 2309

**Peter Michael Lupp, ehem. Kulturreferent
Regionalverband Saarbrücken**

Fr. 19.06.2026, 17:00 Uhr

Treffpunkt in Kleinblittersdorf, Wintringer
Hof (Althof), KulturOrt Wintringer Kapelle
EUR 8,00

Architekturführung

Kunst sehen

Architektur und Kunst der Kirche

St. Barbara in Herbitzheim

In Herbitzheim im Bliesgau befindet sich ein Kleinod der Sakralarchitektur, das einen ungewöhnlichen und weitgehend unbekannten „Kunstschatz“ in sich beherbergt. Es handelt sich um die katholische Kirche St. Barbara, eine einzigartige Betonkirche, die auf die Bewegtheit der Natur und das Prinzip der Schöpfung architektonisch und künstlerisch Bezug nimmt. Der bedeutende Künstler und Bildhauer Emil Wachter hat das Bauwerk mit reliefartigen Kunstwerken ausgestattet, die auf biblische Erzählungen und Mythen Bezug nehmen. „Meine Kunst möchte davon erzählen, was bleibt und um was es geht, seitdem es Menschen gibt“, erklärte einst Emil Wachter. Die Kunstwerke und ihre Bedeutung sind bis heute nicht abschließend gedeutet. Im Rahmen eines Rundgangs wird das Bauwerk und sein beeindruckender Innenraum vorgestellt und wird den außergewöhnlichen Kunstwerken von Emil Wachter nachgespürt. Umrahmt von Klängen wird es auch eine kleine Lesung mit ausgewählten Texten geben. Freuen Sie sich auf eine sinnliche Erfahrung von Architektur, Kunst und Poesie. Die Führung ist auch für Laien interessant, die bisher wenig mit Architektur und Kunst in Berührung kamen.

Anfahrt: Saarbrücken/Erweiler-Ehlingen/
Rubenheim/Herbitzheim, Treffpunkt vor
der katholischen Kirche St. Barbara, Bar-
barastraße.

● Kurs 2310

**Peter Michael Lupp, ehem. Kulturreferent
Regionalverband Saarbrücken**

Sa. 01.08.2026, 15:00 Uhr

Treffpunkt: Kath. Kirche St. Barbara
Herbitzheim
EUR 8,00

In Kooperation mit der Tourist Info
Saarbrücker Schloss

Führung

Das Böhme'sche Schloss

Kunsthistorikerin Nicole Baronsky-Ottmann führt die Teilnehmenden auf den Spuren des Architekten Gottfried Böhm durch den KulturOrt Saarbrücker Schloss. Die Führung findet in den ungeraden Monaten jeweils am ersten Samstag statt. Das Saarbrücker Schloss ist ein einzigartiges Bauwerk mit einer besonderen Geschichte. Schon der erste Blick verrät, dass Barock und Moderne sich in der Architektur nicht ausschließen müssen. Insbesondere die Kühnheit der Entwürfe des renommierten Kölner Architekten Gottfried Böhm verlangt nach einer näheren Betrachtung. Entdecken Sie Böhms Interpretation des Barock und ihre städtebauliche Bedeutung neu. Auch wenn Sie das Schloss zu kennen glauben, gibt es hier noch Überraschendes zu erfahren.

Treffpunkt ist im Foyer des Saarbrücker Schlosses. Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, werden alle Interessierten darum gebeten, sich vorab in der Tourist Info anzumelden.

Kontakt: Tourist Info Saarbrücker Schloss,
Fon: 0681 506-6006,
E-Mail: touristinfo@rvsbr.de

● Kurs 2313

Nicole Baronsky-Ottmann, M.A.;
Kunsthistorikerin

Sa. 07.03.2026, 11:00 Uhr
Treffpunkt Foyer Schloss
gebührenfrei

● Kurs 2314

Nicole Baronsky-Ottmann, M.A.;
Kunsthistorikerin

Sa. 02.05.2026, 11:00 Uhr
Treffpunkt Foyer Schloss
gebührenfrei

● Kurs 2315

Nicole Baronsky-Ottmann, M.A.;
Kunsthistorikerin

Sa. 04.07.2026, 11:00 Uhr
Treffpunkt Foyer Schloss
gebührenfrei

Vorträge

Vortrag

Vielgeliebt, bestgehasst: „Meisterwerke“ der Kunst

Das Schicksal hat schon manches herausragende Kunstwerk ereilt: Über Jahrhunderte und gerade eben noch als epochal eingeordnet, wurde es von einer jüngeren Generation für langweilig oder uninspiriert erklärt. Dies betraf schon so unterschiedliche Werke wie die Nike von Samothrake, das Königsportal in Chartres, Gemälde von Raffael oder aus dem Hochbarock. Heute streitet man eher weniger über den „Kanon“, umso mehr über Aspekte der gesellschaftlichen oder sprachlichen Angemessenheit. Meisterwerke, die uns anstößig geworden sind, sollen lieber im Depot bleiben als Diskussionen entfachen.

Der Vortrag wird gleichzeitig auch im Online-Format in die vhs-cloud übertragen. Bitte bei der Anmeldung mit angeben, ob die Teilnahme in Präsenz oder online erfolgt. Für die Online-Teilnahme ist eine Anmeldung bis spätestens 12.03.2026 erforderlich.

● Kurs 2320

Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker

Dozentinnen und Dozenten



PETER MICHAEL LUPP

ehemaliger Kulturreferent
Regionalverband Saarbrücken

Auf der Suche nach dem guten Leben ...

» Mein Unterwegssein in unserer facettenreichen Kulturlandschaft ist von einer beständigen Leidenschaft für das Entdecken und „Sehenlernen“ der kulturellen, naturräumlichen und poetischen Ressourcen dieses Lebensraumes geprägt. An einer der Nahtstellen Europas, an denen sich die deutsche und französische Kultur begegnen, sind sie ein Spiegel unserer kulturellen Identität und können vieles von dem vermitteln, was wesentlich ist, um ein gutes Leben zu führen und Neues zu schaffen. Darüber möchte ich mich bei meinen Erkundungen mit Ihnen austauschen ... <<

Mi. 18.03.2026, 19:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 2 OG
EUR 8,00

Vortrag

Das Pferd in der Erde – Pferdegräber in den Kulturen der Antike

(zur Ausstellung „Was bleibt – die Zeit der Merowinger“ im Museum für Vor- und Frühgeschichte)

Einer der bedeutendsten merowingischen Fundkomplexe der jüngeren Zeit im Saarland war die Entdeckung eines Kriegergrabes, zu dem eine Bestattung von vier Pferden gehörte. Dieser Umstand verbindet das saarländische Grab unter anderem mit einem der bekanntesten Funde aus der Merowingerzeit, dem Grab des Königs Childerich in Tournai. Doch die Merowinger waren nicht die einzigen, die ihren Toten Pferde in das Totenreich mitgaben. Vielmehr finden wir Vergleichbares vor allem in nomadischen Kulturen der Antike. Als Ergänzung zur Saarbrücker Ausstellung wird der Vortrag hierüber einen Überblick geben.

Der Vortrag wird gleichzeitig auch im Online-Format in die vhs-cloud übertragen. Bitte bei der Anmeldung mit angeben, ob die Teilnahme in Präsenz oder online erfolgt. Für die Online-Teilnahme ist eine Anmeldung bis spätestens 19.03.2026 erforderlich.

● Kurs 2321

Dr. Ulrike Bock, Archäologin und Kunsthistorikerin

Mi. 25.03.2026, 19:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 2 OG
EUR 8,00

Vortrag

Orgelflügel

Die meisten Kirchenorgeln trugen tatsächlich einmal Flügel, jedenfalls vom Ende des 14. bis ins 18. Jahrhundert. Ihr Prospekt, das äußere Erscheinungsbild einer Orgel, war durch seitlich angebrachte Flügeltüren verschließbar. Äußerlich ähnelte die Orgel damit den Flügelaltären und wie diese waren auch die Orgelflügel in der Regel bemalt. Besonders viele Orgelflügel finden sich bis heute in Italien, eine stattliche Anzahl aber auch in den Niederlanden, so dass die Konfession keine Rolle für ihr Vorhandensein gespielt haben dürfte.

Der Vortrag wird gleichzeitig auch im Online-Format in die vhs-cloud übertragen. Bitte bei der Anmeldung mit angeben, ob die Teilnahme in Präsenz oder online erfolgt. Für die Online-Teilnahme ist eine Anmeldung bis spätestens 26.03.2026 erforderlich.

● Kurs 2322

Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker

Mi. 01.04.2026, 19:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 2 OG
EUR 8,00

Vortrag

„Wo kommt das Einhorn her?“

(Zur Ausstellung Licorne im Musée Cluny in Paris)

Von März bis Juli 2026 präsentiert das Musée Cluny in Paris eine Ausstellung über das Fabelwesen Einhorn. Das Pferd mit Horn war im europäischen Mittelalter und der Renaissance ein beliebtes und oft dargestelltes Wesen, mit dem sich vor allem positive, gelegentlich auch negative Vorstellungen verbanden. Entsprechend dem Schwerpunkt des Musée national du Moyen Age wird dieser Aspekt in der Ausstellung im Mittelpunkt stehen. Aber

Einhörner sind schon vor dem Mittelalter und nicht nur in Europa nachweisbar. Der Vortrag wird sich dem Fabelwesen und seinen Ursprüngen widmen.

Der Vortrag wird gleichzeitig auch im Online-Format in die vhs-cloud übertragen. Bitte bei der Anmeldung mit angeben, ob die Teilnahme in Präsenz oder online erfolgt. Für die Online-Teilnahme ist eine Anmeldung bis spätestens 16.04.2026 erforderlich.

● Kurs 2323

Dr. Ulrike Bock, Archäologin und Kunsthistorikerin

Mi. 22.04.2026, 19:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 2 OG
EUR 8,00

Vortrag

Franz von Assisi in der Bildenden Kunst

Der Gründer der „Minderbrüder“, Franz von Assisi (1181/2 – 1226), gehört bis heute zu den populärsten Gestalten des hohen Mittelalters. Seine Menschlichkeit und Naturverbundenheit verbinden ihn mit unserer Gegenwart, die Radikalität seines Lebensentwurfs weist eher noch darüber hinaus. Sein Leben ist vergleichsweise gut dokumentiert, in Schrift- und Bildquellen. Der Vortrag stellt prägnante Stationen der Vita durch herausragende Kunstwerke vor, vom 13. bis zum 20. Jahrhundert.

Der Vortrag wird gleichzeitig auch im Online-Format in die vhs-cloud übertragen. Bitte bei der Anmeldung mit angeben, ob die Teilnahme in Präsenz oder online erfolgt. Für die Online-Teilnahme ist eine Anmeldung bis spätestens 23.04.2026 erforderlich.

● Kurs 2324

Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker

Mi. 29.04.2026, 19:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
EUR 8,00

Vortrag

Die Sonne in der Kunst

Ohne Licht kein Leben, stärker als alles künstliche Licht ist das der Sonne, das Leben auf der Erde richtet sich nach ihr. Wann wird sie erstmals in der Kunst dargestellt? Und wann nicht nur als ein Symbol? Lässt sie sich überhaupt realistisch darstellen, ist ihre Erscheinung und ihre Wirkung, jedenfalls an einem hellen, wolkenfreien Tag, nicht zu intensiv? Paul Cézanne erkannte, dass sie sich nur „repräsentieren“ lässt. Wir folgen der Geschichte der Sonne in der Malerei und beleuchten zusätzlich Installationen, die sich mit den Auswirkungen der Sonne auf den Menschen befassen.

Der Vortrag wird gleichzeitig auch im Online-Format in die vhs-cloud übertragen. Bitte bei der Anmeldung mit angeben, ob die Teilnahme in Präsenz oder online erfolgt. Für die Online-Teilnahme ist eine Anmeldung bis spätestens 11.06.2026 erforderlich.

● Kurs 2325

Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker

Mi. 17.06.2026, 19:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 2 OG
EUR 8,00

Vortrag

Das Porträt in der Malerei

In diesem Vortrag steht die Geschichte des Porträts im Mittelpunkt. Neben der Porträtmalerei als Auftragskunst, mit deren Hilfe Klerus und Adel sich zu repräsentieren wussten, wird die Entwicklung des Porträts in der Malerei bis ins 20. Jahrhundert aufgezeigt. Dabei wird auch als Ausblick auf die Fotografie eingegan-

gen, die die Porträtmalerei immer stärker ablösen wird.

Der Vortrag wird gleichzeitig auch im Online-Format in die vhs-cloud übertragen. Bitte bei der Anmeldung mit angeben, ob die Teilnahme in Präsenz oder online erfolgt. Für die Online-Teilnahme ist eine Anmeldung bis spätestens 18.06.2026 erforderlich.

● Kurs 2326

Dr. Kristina Betz, Kunsthistorikerin

Mi. 24.06.2026, 19:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
EUR 8,00

Eine Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live

In Kooperation mit dem Börsenverein des Deutschen Buchhandels



Online-Kurs

Die Frau als Mensch.

Am Anfang der Geschichte

Stolze Hüften aus Knochen, Stein, gebranntem Ton. Wir nennen sie Göttinnen, doch wer oder was waren sie wirklich? In Büchern über die Steinzeit sehen wir vorrangig Männer beim Jagen, Feuerstein schlagen oder Höhlen bemalen. Die meisten Menschenbilder aber, die uns von Eiszeitmenschen selbst hinterlassen wurden, zeigen Frauen. Was waren das für Gesellschaften, die sie und ihr Geschlecht so zentral und ohne Scham darstellten? Nach Jahren der Recherche kehrt Ulli Lust zurück mit ihrem groß angelegten Sachcomic über die Anfänge der Kunst und die Bedeutung der Empathie für das Überleben unserer Spezies: Rund um die archaisch-weiblichen Figurinen entfaltet sich eine vergessene Welt, in der die Heldenreise Gruppensache war, die nur gemeinsam bestanden werden konnte,

Dozentinnen und Dozenten



ARMIN ROHR

Freier Maler und Dozent
für Zeichnen und Malen

» Die meisten Menschen haben in ihrer Kindheit gemalt und gezeichnet. Wenn Stifte und Papier in der Nähe sind, gibt es kaum ein Kind, das nicht automatisch danach greift und beginnt, auf einem Blatt Papier seine Spuren zu hinterlassen. Nur wenige Menschen aber bleiben in späteren Jahren dabei. Ich möchte in meinen Kursen die Freude an der Malerei und am Zeichnen sowie die Selbstverständlichkeit und auch die Leichtigkeit, mit denen wir als Kinder diesen Tätigkeiten nachgegangen sind, wieder wachrufen. Es geht hier überhaupt nicht um Talent oder Perfektion – wesentlich sind Freude und Lust am Entdecken und Gestalten mit Papier, Leinwand und Farbe. «



Angebote im Kunst- und Kreativbereich

- Vorträge, Ausstellungsführungen und Exkursionen
- Mal- und Zeichenkurse (z. B. Aquarell, Acryl, Tusche, Bleistift)
- Kunsthandwerk (z. B. Goldschmieden, Floristik)
- Textiles Gestalten (z. B. Nähen)

www.vhs-saarbruecken.de

vhs
Volkshochschule
Regionalverband Saarbrücken

**REGIONALVERBAND
SAARBRÜCKEN**

von Frauen, Männern, Kindern oder auch nichtbinären Menschen in mitunter reich geschmückter Rolle.

● Kurs 2330

Ulli Lust

Mi. 04.03.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
online
gebührenfrei

**Eine Veranstaltung aus der Reihe
vhs.wissen live**

In Kooperation mit der Neuen Pinakothek in München und der Hamburger Kunsthalle

🏠 Online-Kurs

Kunst im Ohr – Ein Livestream für alle Sinne

Von München nach Hamburg – vom Museum zu Ihnen! Seien Sie dabei, wenn sich drei FreundInnen der Kunst zusammenfinden und über bedeutende Kunstwerke aus der Neuen Pinakothek in München und aus der Hamburger Kunsthalle austauschen. Bitte legen Sie ein paar Utensilien bereit. Damit laden wir Sie ein, Oberflächen und Materialien zu ertasten und den Geruchssinn zu aktivieren. Hören Sie unserer anregenden Unterhaltung nicht nur zu, sondern schmecken, riechen und spüren Sie mit uns die Kunst. Lassen Sie sich darauf ein, Kunst mit allen Sinnen zu erfahren. In der ersten Folge beschäftigen wir uns mit zwei Spitzenwerken des französischen Malers Édouard Manet (1832 – 1883): Der „Nana“ von 1877 in der Hamburger Kunsthalle und „Le Déjeuner“, einem Highlight der Neuen Pinakothek in München aus dem Jahr 1868. Halten Sie Zitrone und ein wenig frisches Kaffeepulver, einen Lippenstift, Schminkpinsel oder Taschenspiegel bereit.

● Kurs 2331

**Dr. Andrea Weniger/Jochen Meister/
Claudia Böhme**

Mi. 11.03.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
online
gebührenfrei

**Eine Veranstaltung aus der Reihe
vhs.wissen live**

In Kooperation mit L.I.S.A, dem Wissenschaftsportal der Gerda Henkel Stiftung

🏠 Online-Kurs

Roma Eterna. Kunst und Kultur im Rom der Nachkriegszeit: Zwischen Trümmern, Widerstand und Erneuerung

Am 4. Juni 1944 wurde Rom von den alliierten Streitkräften befreit, ein entscheidender Wendepunkt in der Geschichte Italiens. Die Stadt wurde zum Symbol der Befreiung vom faschistischen und nationalsozialistischen Regime und entwickelte sich in kurzer Zeit zu einem Zentrum des kulturellen Neuanfangs. Rom, über Jahrhunderte ein Ort der Mythen, Erinnerung und künstlerischer Sehnsüchte, wurde nun selbst zum Schauplatz künstlerischer Erneuerung. Zwischen den Trümmern des Krieges entstanden neue Ausdrucksformen im Film, in der freien und angewandten Kunst, im Design und im Kunsthandwerk. Künstlerinnen und Künstler gestalteten nicht nur ihre Gegenwart, sondern entwarfen auch ein neues Italien – mit einer Ästhetik, die Widerstand, Hoffnung und die Sehnsucht nach Freiheit mit neu entfesselter Kreativität vereinte und im Mythos von la dolce vita kulminierte. Der Vortrag geht der Frage nach, wie sich in freier Kunst, Film, Kunsthandwerk sowie durch das Inszenieren von Designikonen wie dem Vespa-Motorroller eine

KUNSTGESCHICHTE, BILDENDE KUNST

Ästhetik von Lebensgefühl und Optimismus formierte, die bis heute nachwirkt und entscheidend unsere Wahrnehmung der italienischen Kultur und Identität beeinflusst. Die Veranstaltung wird live aus der Casa di Goethe in Rom gestreamt.

● **Kurs 2332**

Dr. Lisa Hockemeyer

Mi. 01.04.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
online
gebührenfrei

**Eine Veranstaltung aus der Reihe
vhs.wissen live**

**Online-Kurs****Benvenuto Cellini. Ein Künstlerleben**

Durch Goethes Übersetzung hat die eigene Lebensbeschreibung des italienischen Goldschmieds und Bildhauers Benvenuto Cellini (1500 - 1571) zu großer Aufmerksamkeit und weiter Verbreitung gefunden. In ihr schildert dieser sein Leben und Werk als untrennbar miteinander verwoben und wird so zum Zeitzeugen einer der vitalsten Epochen der neuzeitlichen Kunst. Im Zentrum des Vortrags steht Cellinis spektakuläre Lebensgeschichte, die nicht nur Goethe anhaltend fasziniert hat, sondern die bis heute ein exemplarisches Zeugnis autonomer Künstlerexistenz darstellt.

● **Kurs 2333**

Prof. em. Dr. Andreas Beyer

Do. 02.04.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
online
gebührenfrei

**Exkursionen in Kooperation mit dem
Verein Geographie ohne Grenzen e.V./
StattReisen Saar**

Sofern nicht anders vermerkt, ist keine Anmeldung erforderlich. Falls man sich anmelden muss, dies bitte direkt bei GoG vornehmen, nicht bei der Volkshochschule. Bitte informieren Sie sich diesbezüglich bei GoG. Die Zahlung der Kursgebühr erfolgt vor Ort. Weitere Informationen bei Geographie ohne Grenzen e.V.,
Fon 0681 301 402 89 oder
www.geographie-ohne-grenzen.de.

Stadtteilrundgang**Kunst im öffentlichen Raum –
Ein Spaziergang auf den Spuren
zeitgenössischer Kunst und
Architektur**

Die Landeshauptstadt Saarbrücken engagiert sich seit Jahrzehnten für Kunst im öffentlichen Raum. Dies zeigt sich insbesondere im Bereich des St. Johanner Marktes und seiner Umgebung, am Staden sowie im Umfeld der modernen Galerie. Seit dem Bildhauersymposium 1978/79, das im Rahmen der Innenstadtsanierung internationale Künstler in die saarländische Hauptstadt führte, hat sich die Kunstszene zwischen illegalen Graffiti und Großskulpturen regionaler und überregionaler Kunstschaffender in der Innenstadt sichtbar und kreativ weiterentwickelt.

● **Kurs 2340**

**Gabriele Sauer, Gästeführerin
der Großregion**

Fr. 24.04.2026, 17:00 Uhr, Dauer: ca. 2 Std.
Treffpunkt: Saarbrücken, Ev.-Kirch-Str. 8,

**Dozentinnen und
Dozenten****KLAUS HARTH**

**Diplom Bildende Kunst,
Dozent für Zeichnen und Malen**

» In meinen Kursen treffen sich AnfängerInnen und Fortgeschrittene, die eine längerfristige Auseinandersetzung mit ihrem künstlerischen Tun suchen. Es wird aber nicht nur gemalt, sondern genauso gut gezeichnet wie auch collagiert. Im Vordergrund steht nicht die jeweilige Technik, sondern das Sehen-Lernen, das Erproben, das Entdecken und das Ausprobieren, die Freude am bildnerischen Tun sowie das Auseinandersetzen mit einer Bildidee. Die Technik lernt sich ganz nebenbei. «

am Cora-Eppstein-Platz vor dem Haus der Umwelt

EUR 10,00 (7,00)

Anmeldung und Gebühr über GoG

Stadtteilrundgang

Erinnerungsorte: Sichtbar unsichtbar – Gegen das Vergessen

Erinnerungsorte, Kunst gegen das Vergessen und vergessene Kunstwerke. Nicht jedes Kunstwerk, das sich mit unserer Geschichte befasst, erschließt sich dem Betrachtenden auf den ersten Blick. Zudem gibt es eine Anzahl kaum beachteter Kunstwerke und Erinnerungsorte in Saarbrücken, die wir bei unserem Rundgang in St. Johann und Alt-Saarbrücken entdecken werden. Dabei begegnen wir Menschen aus der Vergangenheit und Gegenwart, die sich mit ihren Ideen und

Taten für ein gesellschaftliches Miteinander eingesetzt haben und denen an speziellen Orten in unterschiedlicher Weise gedacht wird.

● Kurs 2341

Gabriele Sauer, Gästeführerin der Großregion

Fr. 05.06.2026, 17:00 Uhr,

Dauer: ca. 2,5 Std.

Treffpunkt: Saarbrücken, Ev.-Kirch-Str. 8, am Cora-Eppstein-Platz vor dem Haus der Umwelt

EUR 10,00 (7,00)

Anmeldung und Gebühr über GoG

Stadtteilrundgang

Auf Albert Weisgerbers Spuren durch das königlich-bayerische St. Ingbert

Eine Entdeckungstour durch eine Epoche, als die Saarpfalz bayerisch war. Der 1878

in St. Ingbert geborene, in München zu Ruhm gelangte und 1915 an der Westfront gefallene Albert Weisgerber gilt nach wie vor als bedeutendster Künstler, den das heutige Saarland hervorgebracht hat. Der Rundgang erschließt entlang seiner Biographie markante Stationen und auch eher verborgene Winkel seiner Heimatstadt – verblüffende Einblicke und ungewöhnliche Ausblicke inklusive.

● Kurs 2342

Klaus Friedrich, Stadtführer und Barockexperte

So. 19.07.2026, 14:30 Uhr,

Dauer: ca. 2 Std.

Treffpunkt: St. Ingbert, Rathaus, Am Markt 12

EUR 10,00 (7,00)

Anmeldung und Gebühr über GoG



01.05. bis 26.06.2026

AUSSTELLUNG VON
INGRID ULLRICH-SCHÄFER

Geflüchtet

› Vernissage: Do. 30.04.2026, 17 Uhr

Veranstaltungsort

Altes Rathaus | Foyer (EG, 1. und 2. Etage)
Schlossplatz 1, 66119 Saarbrücken

Eintritt frei

vhs
Volkshochschule
Regionalverband Saarbrücken

**REGIONALVERBAND
SAARBRÜCKEN**

ZEICHNEN UND MALEN

Ausstellung „Geflüchtet“

Die Ausstellung zeigt Werke der Künstlerin Ingrid Ullrich-Schäfer.

● Kurs 2400A

Ingrid Ullrich-Schäfer

Vernissage: Do. 30.04.2026, 17:00 Uhr
Altes Rathaus, Foyer (1. Etage)

Ausstellungsdauer: 01.05.2026 - 26.06.2026
Altes Rathaus, Foyer (EG, 1. und 2. Etage)
gebührenfrei

Für alle Zeichenkurse gilt:
Material für den 1. Abend:
Zeichenblock mind. DIN A3, Bleistifte
in verschiedenen Härtegraden.

Abendkurs

Zeichnen für EinsteigerInnen und Fortgeschrittene

Schwarz/Weiß und Farbe. Lernen Sie sehen, was Sie zeichnen, und zeichnen Sie, was Sie sehen. Lernen Sie Perspektiven, Größenverhältnisse, Lichter, Schatten, Dreidimensionalität, Oberflächen und Strukturen zeichnerisch darzustellen. Zaubern Sie Dinge aufs Papier, die man greifen möchte.

● Kurs 2401

Stefan Eisen, Dipl.-Designer

Di. 19:00 – 21:15 Uhr
ab 10.03.2026, 6 Termine
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)
EUR 57,00 (42,00)

● Kurs 2402

Stefan Eisen, Dipl.-Designer

Di. 19:00 – 21:15 Uhr
ab 05.05.2026, 6 Termine
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)
EUR 57,00 (42,00)

Abendkurs

Freie Malerei

Der Kurs richtet sich nur an sehr erfahrene und routinierte Teilnehmende. Es gibt kein Programm, außer: Alles ist möglich! Ausgangspunkt ist die Malerei mit Acrylfarben; von da aus kann es fließend weitergehen mit anderen Techniken in der Malerei und der Zeichnung. Dabei fließen Überlegungen zu Komposition und Gestaltung in persönlichen Gesprächen ein. Gefördert wird der individuelle Arbeitsprozess, um zu einer eigenen Bildsprache zu gelangen.

● Kurs 2403

Armin Rohr, Freier Maler,

<http://art.arminrohr.de/>

Mo. 18:00 – 21:00 Uhr
ab 20.04.2026, 8 Termine
Gemeinschaftsschule Bellevue,
Zeichensaal
EUR 100,00 (75,00)

In Kooperation mit der Stiftung
Saarländischer Kulturbesitz

Wochenendkurs

Zeichnen im Saarländmuseum

Wir verbringen ein Wochenende im Museum um zu zeichnen. Bilder, Skulpturen, Installationen – vor allem aber Räume. Und natürlich auch Architektur und Menschen. Zwischendurch entspannen und zeichnen wir vielleicht auch mal während einer Tasse Kaffee im „Kunsterz“. Eine Fülle von Motiven und Möglichkeiten an einem unglaublich inspirierenden Ort. Mehr Abenteuer braucht es nicht!

● Kurs 2403A

Armin Rohr, Freier Maler,

<http://art.arminrohr.de/>

Vorbesprechung: Di. 12.05.2026, 17:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 11
Sa. u. So. 10:00 – 14:30 Uhr,

Dozentinnen und Dozenten



KLAUS R. ECKE

Dozent für Zeichnen und Malen

» Die zeichnerische oder malerische Entstehung eines gegenständlichen Motivs ist ein faszinierendes Erlebnis – allein durch Linien und Flächen, durch Licht und Schatten, durch Farbverläufe. Ich selbst habe mich, ausgehend vom Technischen Zeichnen, immer wieder mit den verschiedenen Möglichkeiten der Darstellung befasst, sowohl mit der Reduktion auf die wesentlichsten Striche als auch mit der präzisen zeichnerischen oder malerischen Wiedergabe. Meine Erfahrungen weiterzugeben und die KursteilnehmerInnen in ihrer eigenen Entwicklung zu begleiten, ist mir ein Anliegen. «

ab 16.05.2026, 2 Termine
Saarlandmuseum, Moderne Galerie
EUR 56,00 (42,00) zzgl. Museumseintritt
Anmeldung erforderlich bis 08.05.2026

Abendkurs

Malen/Zeichnen/Montagskurs

Ursprünglich ein reiner Malkurs, wird hier inzwischen auch gezeichnet und collagiert. AnfängerInnen werden an die gewünschten Techniken herangeführt. Fortgeschrittene haben die Möglichkeit, sich an eigene Bildkonzepte heranzutasten und diese weiterzuentwickeln. Vielleicht stellt man aber plötzlich fest, dass für eine bestimmte Bildvorstellung die Frottage geeigneter ist als die Acrylmalerei, die Collage geeigneter als die Zeichnung. Wichtig ist uns vor allem die Auseinandersetzung mit dem, was ein Bild sein kann, wie die Dinge funktionieren und warum sie manchmal nicht funktionieren. Die Betreuung ist individuell, die Techniken sind offen.

● Kurs 2404

Klaus Harth, Diplom Bildende Kunst,
www.zeichenblock.info

Mo. 19:00 – 22:00 Uhr

ab 16.03.2026, 8 Termine, vierzehntägig
16.03., 30.03., 20.04., 04.05., 18.05., 01.06.,
15.06., 29.06.2026

Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)

EUR 98,00 (73,00)

Nachmittagskurs

Samstagsmalklasse

Einmal monatlich finden malerische Treffen statt, die das kontinuierliche Arbeiten der normalen wöchentlichen Kurse mit dem konzentrierten Arbeiten von Wochenendseminaren verbinden. Es treffen sich AnfängerInnen und Fortgeschrittene, die eine längerfristige Auseinandersetzung mit ihrer Malerei suchen. So gibt es inzwischen eine kleine Kerngruppe, in der man seine Arbeit entwickeln, am Verfolgen des Tuns der anderen auch selbst wachsen kann. Diese Kerngruppe freut sich aber auch auf neue TeilnehmerInnen. Auch AnfängerInnen können gern am Kurs teilnehmen. Es wird aber nicht nur gemalt, sondern genauso gut gezeichnet als auch collagiert.

● Kurs 2405

Klaus Harth, Diplom Bildende Kunst,
www.zeichenblock.info

Sa. 14:00 – 18:30 Uhr

ab 28.03.2026, 5 Termine

28.03., 25.04., 30.05., 27.06., 25.07.2026

Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)

EUR 91,00 (68,00)

Dozentinnen und Dozenten



TATJANA FREILER
Freie Künstlerin

» In meinen Kursen verbinde ich traditionelle Techniken mit außergewöhnlichen Materialien und Werkzeugen. Vom experimentellen Schablonendruck über Roll- und Tupftechniken bis hin zu Tricks der fotorealistischen Malerei lernen die TeilnehmerInnen viele neue Techniken kennen. Dabei stehen Spaß und Freude am künstlerischen Gestalten im Vordergrund. Gleichzeitig möchte ich mit kunsthistorischen Geschichten zu den einzelnen Techniken, Kunstepochen und Künstlern in meinen Kursen wichtiges Hintergrund- und Fachwissen vermitteln. «

Abendkurs**Gegenständliches Zeichnen und Malen**

Für die Darstellung eines gegenständlichen Motivs wie Stillleben, Stadtansichten, Landschaften usw. werden Mittel benötigt wie Hell-Dunkel-Kontrast, Farbkontraste, Licht und Schatten, Vorder- und Hintergrund. Diese lassen sich in den verschiedenen Techniken wie Bleistift, Farbstifte, Kreide, Pastell, Aquarell, Acryl umsetzen. Anhand von Übungen wird in die zeichnerische oder malerische Darstellung von Objekten eingeführt und vorhandene Kenntnisse und Erfahrungen erweitert.

● **Kurs 2411**

Klaus R. Ecke

Vorbesprechung: Do. 12.03.2026, 18:30 Uhr
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalaïs)

Do. 18:30 – 20:45 Uhr

ab 19.03.2026, 10 Termine

Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalaïs)

EUR 119,00 (89,00)

Vormittagskurs**Malen für AnfängerInnen und Fortgeschrittene**

Sie lernen den Umgang mit Techniken wie Aquarell, Gouache, Pastellkreide, Acryl. In jedem Semester gibt es thematische Schwerpunkte: Farbmischen mit den drei Grundfarben, Bildaufbau, Expression von Formen, Bildthemen.

Alle Teilnehmenden werden zur individuellen Weiterentwicklung angeregt und gefördert.

Benötigte Arbeitsmaterialien bitte mitbringen, gerne auch begonnene oder fertig gestellte Bilder.

● **Kurs 2415**

Arne Menzel, Dipl. Künstler, Meisterschüler von Prof. Winter, Doz. an der HTW

Mi. 10:00 - 13:00 Uhr

ab 11.03.2026, 12 Termine
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalaïs)
EUR 150,00 (112,00)

Nachmittagskurs**Experimentelles Gestalten**

In diesem Kurs werden traditionelle Techniken mit außergewöhnlichen Materialien und Werkzeugen kombiniert. Vom experimentellen Schablonendruck über Roll- und Tupftechniken bis hin zu Tricks der fotorealistischen Malerei lernen Sie viele Techniken kennen und erschaffen neben klassischen Kunstwerken auch jahreszeitliche Dekorationen. Alle Materialien sind vorhanden und dazu eine Dozentin, die Sie mit Charme, Witz und einer gehörigen Portion künstlerischer Leidenschaft anstecken und begleiten wird. Kunsthistorische Geschichten zu den einzelnen Techniken, Kunstepochen und Künstlern werden diesen Kurs beleben.

Malkittel oder Kleidung, die bunt werden darf, wird empfohlen.

● **Kurs 2432**

Tatjana Freiler, Freie Künstlerin, www.keshyana.de

Di. 14:00 – 16:15 Uhr

ab 17.03.2026, 7 Termine

17.03., 31.03., 21.04., 05.05., 19.05., 09.06., 23.06.2026

Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalaïs)

EUR 74,00 (55,00)

Dozentinnen und Dozenten**ARNE MENZEL**

Diplom-Künstler, Maler und Bildhauer, Dozent für Grundlagen der Gestaltung und Freihandzeichnen an der HTW Saar/Schule für Architektur

» Jedes Kind hat den Drang zu malen. Mit den Jahren verliert sich das leider, aber die Anlage bleibt. Möchte man daran anknüpfen und die Malerei wieder beleben, muss man sich erst wieder an das Gestalten heranarbeiten. Regelmäßiges Üben und genaues Hinsehen sind der Schlüssel zum Erfolg! Der gemeinsame Austausch über das Geschaffene oder das Gesehene ist ein wesentlicher Aspekt, um effektiv und schnell zu lernen. Ganz wichtig ist es, die Freude an den gestalterischen Prozessen nicht zu verlieren. «

Wochenendkurs

Künstlerische Collage

Workshop für Experimentierfreudige

Der amerikanische Maler und Collagist Robert Motherwell hat einmal gesagt: „Die Collage ist die größte künstlerische Erfindung des zwanzigsten Jahrhunderts“. Die Technik, Fragmente schon vorhandener Bilder und Texte so zu arrangieren,

dass völlig neue Bildwelten entstehen, hilft uns, unsere kreativen und künstlerischen Potentiale freizusetzen und weiter zu entwickeln. Im Workshop experimentieren wir mit den vielfältigen Möglichkeiten der Gestaltung von künstlerischen Collagen, von der Idee bis zum fertigen Bild. Die Gestaltung beginnt dabei beim Auswählen, Ausschneiden oder -reißen

der Materialien. Beim Collagieren (frz. coller = kleben) ergeben sich dann vielfältige Verzahnungen, die sichtbaren Schnitt- und Risslinien werden Teil des Bildes, auch Farbe und grafische Elemente können zum Einsatz kommen.

Bitte mitbringen: Arbeitskleidung, Scheren, Kleber, Papier, Bildmaterial aller Art (Zeitungen und Zeitschriften, alte Bildbände etc.), Mal- und Zeichenmaterial nach Belieben

● Kurs 2435

Albert Herbig, Kommunikationswissenschaftler und Künstler,
www.albertherbigART.de

Sa. 18.04.2026, 10:00 – 14:30 Uhr

So. 19.04.2026, 10:00 – 14:30 Uhr

Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalaus)

EUR 52,00 (39,00)



Kita Salut Brebach

Wir bauen auch Kindergärten!



Gesellschaft für Innovation und Unternehmensförderung
info@giu.de www.giu.de



AKT UND PORTRÄT

Hinweis:

Bei allen Aktkursen fallen noch zusätzlich Modellkosten an. Genaue Preise erfahren Sie beim ersten Termin.

Wochenendkurs**Aktzeichnen und figürliches Zeichnen**

Der Kurs richtet sich an alle, die gerne zeichnen und an alle, die schon immer mal zeichnen lernen wollten. Einfach Sehen lernen – ein Mensch im Raum. Proportionen, Hell-Dunkel, Licht und Schatten. Mutig sein, eingefahrene Wege und konventionelle Sichtweisen hinterfragen, Neues ausprobieren.

Es fallen zusätzliche Modellkosten an, die im Kurs vor Ort direkt an den Dozenten zu entrichten sind.

● **Kurs 2450**

Armin Rohr, Freier Maler,

<http://art.arminrohr.de/>

Vorbesprechung: Di. 09.06.2026, 17:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

Sa. u. So. 10:00 – 14:30 Uhr

ab 13.06.2026, 2 Termine

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 59,00 (45,00) zzgl. Modellkosten

Dozentinnen und Dozenten

**ALBERT HERBIG**

Kommunikationswissenschaftler und Künstler

» Kunst und Wissenschaft als „Wege der Deutung der Welt“ stehen für Albert Herbig nicht im Widerspruch, sondern ergänzen sich bestens. Das Medium der Sprache interessiert ihn sowohl als Gegenstand seiner Forschungsarbeit, wie auch als Material der Kunst. Kein Wunder, dass er sich als Künstler für gesellschaftliche Entwicklungen interessiert und darauf auch mit seinen kreativen Mitteln reagiert.

Albert Herbig malt, fotografiert, zeichnet und entwirft Collagen. Er betätigt sich als Kommunikationswissenschaftler, Autor, Galerist und damit auch als Förderer des Nachwuchses. «

Der Schlüssel zum Glück!



Die neue Wohnung!
Einfach mieten und
sich zuhause fühlen!



[WOGESaar]

Wohnungsgesellschaft Saarland

Ein Unternehmen der SHS Strukturholding Saar

www.woge-saar.de

Beratung und Information



Thomas Roessler
Pädagogischer Mitarbeiter
Altes Rathaus, Zi. 28
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4322
Fax 0681 506-4390
thomas.roessler@rvsbr.de

Anmeldung und Service



Marion Savelkouls
Sachbearbeiterin
Altes Rathaus, Zi. 32
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4312
Fax 0681 506-4399
marion.savelkouls@rvsbr.de

Fotografie

Fotografie ist aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Moderne Kameras und Smartphones ermöglichen es uns, in fast jeder Situation ansprechende Bilder festzuhalten.

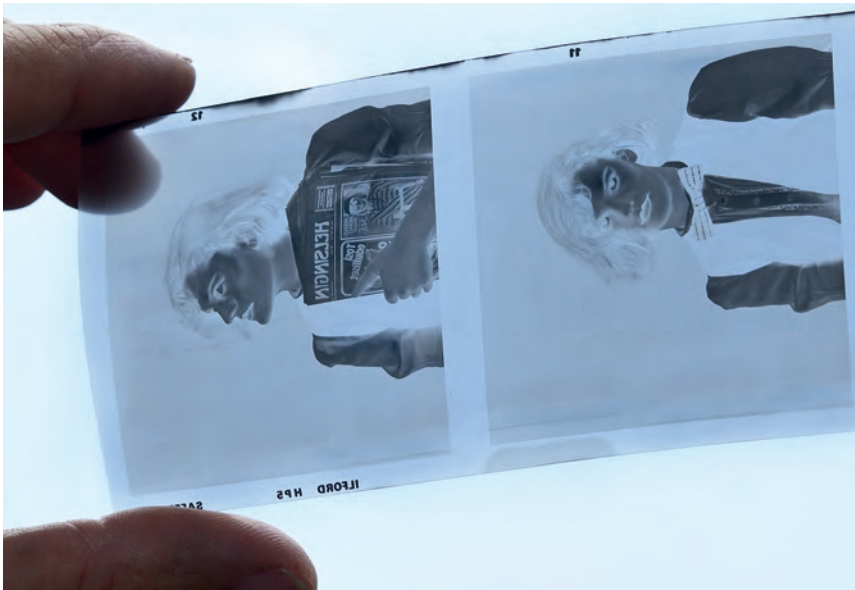
Doch beim Scrollen durch Social Media oder Online-Galerien zeigt sich oft: In der Flut der täglichen Aufnahmen bleibt nur wenig wirklich im Gedächtnis.

Wer mehr möchte als zufällige Schnappschüsse, beginnt früher oder später, sich mit fotografischer Technik und Bildsprache intensiver zu beschäftigen. Mit zunehmender Routine entstehen neue Fragen: Welche Themen interessieren mich? Welche Werke bekannter Fotografinnen und Fotografen faszinieren mich? Wie kann ich mit meinen eigenen Bildern Geschichten erzählen?

Unter der Rubrik „Grundlagen“ finden Sie Kurse, in denen Sie die Basisfertigkeiten der Fotografie erlernen.

In „Horizonte der Fotografie“ erwarten Sie Angebote, die einzelne Aspekte der Fotografie vertiefen oder sich mit den Positionen ausgewählter FotografInnen befassen.

Die Reihe „Fotografische Projekte und Aufgabenstellungen“ richtet sich an Fotografie-Begeisterte, die über einen längeren Zeitraum an einem eigenen Thema arbeiten und sich darüber austauschen möchten.



FOTOGRAFIE

Grundlagen

Abendkurs

Grundlagen der Fotografie

Wer mit der eigenen Kamera qualitativ hochwertige Fotos für unterschiedliche Anlässe und Verwendungen produzieren möchte, sollte das nötige technische und gestalterische Fachwissen mitbringen. Dies ist ein Kurs für AnfängerInnen und FotografInnen, die bisher mit ihrer Kamera immer im Automatikmodus fotografiert haben. Inhalte: Fachbegriffe verstehen und wie sie interagieren (Blende, Weißabgleich, Belichtungszeit, Brennweite, Blitzlicht, und vieles mehr); Regeln der Fotografie; Kennenlernen der Kamera; Wie gebe ich konstruktives Feedback zu einem Bild? Am Samstag, 29. Mai gehen wir gemeinsam fotografieren, um die neu erworbenen Fähigkeiten vor konkreten Motiven anzuwenden.

● Kurs 2501

Klaus Hinze

ab Mi. 06.05.2026, 18:00 – 20:15 Uhr,
5 Termine: 06.05., 13.05., 20.05., 27.05.26
und
Sa. 29.05. 2026, 10:00 – 12:15 Uhr (Der
Treffpunkt wird noch bekanntgegeben)
Altes Rathaus, Raum 13
EUR 62,00 (42,00)

Workshop

Kamera-Bedienungsanleitungen
lesen und verstehen

Sie haben eine neue oder gebrauchte Kamera gekauft, geerbt oder geschenkt bekommen – doch die 500-seitige Bedienungsanleitung verpasst Ihrer Freude daran einen Dämpfer. Mit dieser Erfahrung sind Sie nicht alleine; selbst einfachere Fotoapparate sind heutzutage

„vollgestopft“ mit Motivprogrammen und verschachtelten Untermenüs. Dieser Kurs richtet sich an Menschen, die ihre Kamera verstehen, aber auf unnötigen „technischen Ballast“ verzichten wollen. In ganz kleinen Gruppen wird unsere Dozentin Lilli Breininger auf jede mitgebrachte Kamera und jede Bedienungsanleitung eingehen. Auch wenn zu Ihrem älteren Apparat (analog oder digital) keine Anleitung mehr vorhanden sein sollte, werden Sie nach diesem Kurs in der Lage sein, damit schöne Bilder aufzunehmen. In Kleingruppen werden verschiedene Lichtverhältnisse und Motive erprobt, um die neu erworbenen Kenntnisse gleich anzuwenden.

● Kurs 2502

Lilli Breininger,

<https://www.lillibreininger.de>

Sa. 21.03.2026, 15:00 – 19:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 5
EUR 32,00 (22,00)

Workshop

Licht in der Porträtfotografie

Kennen Sie alle Möglichkeiten Ihres Blitzgerätes? Oder wollen Sie es auch mal weglassen?

Wir nähern uns dem Thema Licht in der Porträtfotografie. Fotografie, das heißt „Zeichnen mit Licht“. Auch mit einem Aufsteckblitz lässt sich stimmungsvolles Licht zaubern, wenn man ihn austricksen kann, seine Möglichkeiten auszureizen weiß.

Niemals unterschätzen sollten Lichtbildner das vorhandene Licht. Wir betrachten Beispiele der „available light“ Fotografie und verstehen, wie sie entstanden sind. Bei unseren Übungen erproben wir zunächst die Möglichkeiten des vorhandenen Lichts. Wir vergrößern unseren „Werkzeugkasten“ mit einfachen Reflek-

Dozentinnen und
Dozenten

LILLI BREININGER

www.lillibreininger.de

» Gerne erzähle ich Geschichten mit meinen Fotos, persönliche Geschichten. Das Studium Fotojournalismus in Hannover sowie im Austauschprogramm an der „Danish School of Media and Journalism“ in Aarhus, Dänemark, hat mich darin geprägt mit dem Licht zu arbeiten, das gerade da ist, und ganz „nebenbei“ authentische Aufnahmen zu machen. Als Ethnologin habe ich viel über meine zweite Heimat – die Philippinen – gelernt und geforscht. «

FOTOGRAFIE

toren zur Aufhellung und wenden uns schließlich dem Aufsteckblitz zu.

● **Kurs 2503**

Astrid Karger, M.A.,
<http://www.astrid-karger.de>

Do. 23.04.2026, 17:00 – 21:00 Uhr

Fr. 24.04.2026, 17:00 – 21:00 Uhr

G.-Wöhe-Schulen, Raum 104

EUR 38,00 (30,00)

Workshop

Einführung ins

Schwarz-weiß-Fotolabor

In diesem Kurs erfahren Sie, wie man Filme entwickelt und von den Negativen Abzüge macht.

Ein belichteter und entwickelter Schwarz-weiß-Film zeigt die aufgenommenen Bilder in verkehrten Grauwerten. Im Kurs entdecken die TeilnehmerInnen, dass sie diese Negative im Labor unterschiedlich interpretieren können. Grundlegende Kenntnisse über den handwerklichen Prozess, die Materialien und den sicheren Umgang damit werden anschaulich vermittelt. Alle Teilnehmenden können einige selbst hergestellte Prints mit nach Hause nehmen.

Entwicklerchemikalien machen Flecken. Tragen Sie deshalb im Labor bitte eine Schürze oder einen Kittel. Bringen Sie ggf. einen Film mit, den Sie entwickeln möchten

● **Kurs 2504**

Annika Gard, Fotografin

Do. 19.03. und 26.03.2026

18:15 – 21:15 Uhr

Kunstschule Kassiopeia, Pfarrwiesstr. 1,
 66333 Völklingen

EUR 60,00 (45,00) inklusive Material

Workshop

Fotografie und Datenschutz

Die Verunsicherung ist groß: dürfen Menschen überhaupt noch ohne Einwilligung fotografiert werden? Macht „der Datenschutz“ die Street Photography kaputt? Welche Regeln gibt es für die Verbreitung von Personenfotos?

Diese und andere Fragen stellen sich dem Berufs- aber auch dem Hobbyfotografen. Mit dem Workshop „Fotografie und Datenschutz“ erhalten Sie einen Überblick über die rechtlichen Fragen der Personenfotografie. Es bleibt aber nicht bei Fragen: natürlich werden Ihnen auch Lösungsbeispiele vorgestellt.

Sie können der Dozentin schon im Vorfeld Ihre drängendsten Fragen per E-mail zukommen lassen: kathrin.sude@rvsbr.de.

● **Kurs 2510A**

Kathrin Sude, Leiterin des Fachdienstes 03 – Recht, Ordnung, Bauaufsicht beim Regionalverband Saarbrücken

Mi. 15.04.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 8,00 (5,00)

Workshop

Fotografie und Urheberrecht

Fotografie und Urheberrecht haben in verschiedenen Bereichen Berührungspunkte: Fotografien sind urheberrechtlich geschützt. Wie geht der Fotograf/die Fotografin mit diesen Rechten um und wie kann man sich z. B. gegen unberechtigte Nutzungen wehren?

Durch die Presse gingen die Urteile zu Fototapeten, die auf einem Foto abgebildet waren: wann und wie dürfen also urheberrechtlich geschützte Werke auf Fotos abgebildet werden?

Sowohl die Rechte an den eigenen Fotografien als auch die an auf den Fotos abgebildeten Werken werden in dem Vortrag

Dozentinnen und Dozenten



ANNIKA GARD

<https://annikagard.de>

» Die Welt ist überfüllt mit Kommunikation und ihre Vielfalt scheint noch lange nicht erschlossen. Aber kommen Inhalte auch an? Ersetzt ein Bildschirm menschliche Nähe, eine Tastatur die eigene Handschrift, Rundmails und Posts ein Gespräch mit Freunden? Betreiben wir nicht eher persönliche Werbekampagnen statt zwischenmenschlichem Austausch? Wir lassen Bilder sprechen. Doch wer hört zu? Nehmen wir uns die Zeit? Und wo ist die Kommunikation jenseits der Sprache geblieben? Gespür und Instinkt, uralte Fähigkeiten der Menschheit, werden sie von den Datenströmen nicht fehlgeleitet? Vereinsamen wir nicht im Gewirr medialer Kommunikation? Ich behaupte „ja“ und appelliere an alle Betrachter: Hören Sie nach! Fühlen Sie hin! Sehen sie zu! «

„Fotografie und Urheberrecht“ erläutert werden. Außerdem werden praktische Umsetzungsbeispiele vorgestellt.
Sie können der Dozentin schon im Vorfeld Ihre drängendsten Fragen per E-mail zukommen lassen: kathrin.sude@rvsbr.de.

● Kurs 2510B

Katrin Sude, Leiterin des Fachdienstes 03 – Recht, Ordnung, Bauaufsicht beim Regionalverband Saarbrücken
 Mi. 22.04.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
 Altes Rathaus, Raum 13
 EUR 8,00 (5,00)

Horizonte der Fotografie

Kuratorensgespräch

Boris Becker – La ligne claire

Das grenzüberschreitende Projekt „La ligne claire“, betraut alle zwei Jahre eine Fotografin oder einen Fotografen mit dem Auftrag, eine Fotoserie in der Großregion zu erarbeiten. 2025 widmet sich Boris Becker, prominenter Absolvent der Düsseldorf-Fotoschule, den Flüssen der Saar-Lor-Lux-Region: der Mosel, der Meurthe, dem Marne-Rhein-Kanal, dem Saar-Kohlenkanal und der Saar. Becker spürt mit seiner Kamera dem technologischen und zivilisatorischen Wandel nach. Seine Bilder sind von wohlkomponierter Klarheit. Sie rücken das oft Unbeachtete in den Vordergrund. Wir laden Sie zu einem lockeren Austausch mit Roland Augustin, dem kuratorischen Betreuer der Ausstellung von Boris Becker, ein.

● Kurs 2511

Dr. Roland Augustin, Leiter der Fotografischen Sammlung im Saarlandmuseum

Di. 21.04.2026, 16:30 – 18:00 Uhr
 freier Eintritt an diesem Nachmittag

Saarlandmuseum, Moderne Galerie,
 Bismarckstr. 11-15
 EUR 8,00

Vortrag

Clervaux – Die Cité de l’image

Unter dem Leitbild „Clervaux – Cité de l’Image“ positioniert sich Clervaux, eine Stadt im Norden Luxemburgs, gezielt als Zentrum der Fotografie. Mit Ausstellungen im öffentlichen Raum sowie temporären Projekten im Innen- und Außenbereich eröffnet die Stadt immer wieder neue Perspektiven. Nationale und internationale KünstlerInnen erhalten durch Residenzen die Möglichkeit zur kreativen Weiterentwicklung, während der Prix de la Photographie herausragende Arbeiten auszeichnet. So entsteht eine Cité de l’Image, die zukunftsorientiert agiert, innovative Konzepte entwickelt und das Bild der Stadt im Einklang mit ihrer urbanen Landschaft respektiert.

● Kurs 2512

Sandra Schwender, Leiterin der Cité de l’image

Do. 30.04.2026, 18:30 Uhr
 vhs-Zentrum, Saal 1 OG
 EUR 5,00

Vortrag

Fotografie und Demokratie – ein schwieriges Verhältnis Vom Bildbesitz zur Überwachung und zum Deep Fake

Jahrhunderte lang galt der Besitz des eigenen Bildes als Privileg des Adels und der Reichen; das hat sich erst kurz vor der Erfindung der Fotografie geändert. Die Demokratisierung des Bildes ging einher mit dem Mythos von der realen Abbildung der Welt, und die Freude über einfach verfügbare Bilder der Mitmenschen wurde schnell vom polizeilichen

Dozentinnen und Dozenten



SANDRA SCHWENDER
 Leiterin der Cité de l’image

» Sandra Schwender (*1984) ist eine Kuratorin und Kulturmanagerin aus Luxemburg. Sie studierte Kunstgeschichte, Museumspraxis und Ausstellungsmanagement an der Universität Wien sowie an der Universität für angewandte Kunst Wien. Von 2012 bis 2016 arbeitete sie als Kuratorin beim Kunstverein „das weisse haus“ in Wien und übernahm 2013 die künstlerische Leitung. Von 2017 bis 2019 war sie Leiterin der Kunstvermittlung im Casino Luxembourg – Forum d’art contemporain, von 2019 bis 2021 arbeitete sie als Projektmanagerin für die europäische Kulturhauptstadt Esch2022. Seit Anfang 2023 leitet sie die Cité de l’image in Clervaux. «

FOTOGRAFIE

Bildersammeln eingeholt – 1847 gibt es ein erstes Album von Wohnungslosen im schweizerischen Bern, zehn Jahre später die großen Sammlungen von Geisteskranken in englischen Kliniken, und um 1880 herum wird der koloniale Rassismus durch fotografische Bildbände in jedes Haus gebracht. 1938 wird in Deutschland der Personalausweis mit Passbild zur Pflicht, und mit jedem Schritt in Richtung Digitalisierung werden die Vorschriften für künftige Ausweisbilder strenger. Die Digitalisierung dreht ab den 2010er Jahren allerdings das Bildprivileg und sein Gegenstück als Identitätsnachweis um: Milliarden von Selfies überschwemmen die Netze und belegen die Anwesenheit von Menschen an bestimmten Orten – nur ob die Abgebildeten noch echt sind, weiß bald niemand mehr. Der Vortrag wird zwischen diesen Polen eine Mediengeschichte des Menschenbildes auffächern.

● **Kurs 2513**

Prof. Dr. Rolf Sachsse,
www.rolfsachsse.de

Do. 11.06.2026, 18:30 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 1 OG
EUR 8,00

Fotografische Projekte und Aufgabenstellungen

Workshop

Fotografie präsentieren

In diesem Workshop erkunden wir die vielfältigen Möglichkeiten, fotografische Arbeiten überzeugend zu präsentieren. Ob Sie bereits eine Serie erstellt haben, an einer Auswahl für ein Fotobuch feilen oder noch überlegen, ob Texte Teil Ihres Projekts werden sollen – wir begleiten Sie bei jedem Schritt. Am ersten Tag stellen wir Konzepte für verschiedene Präsentationsformen wie

Fotobuch, Magazin, Leporello oder Ausstellung mit konkreten Beispielen vor. In den folgenden Tagen arbeiten wir intensiv an Ihren eigenen Projekten: Ruth Stoltenberg unterstützt Sie beim Editieren, bei Bildauswahl und Layout, während Thomas Roessler den Fokus auf die sprachliche und typografische Gestaltung Ihrer Texte legt.

Bringen Sie bitte Ihre Bilder als kleine Prints und als Dateien mit. Wenn vorhanden, auch gerne Ihren Laptop.

Wir weisen darauf hin, dass wir nicht auf alle Programme zur Bildbearbeitung oder Fotobuchgestaltung eingehen können.

● **Kurs 2520**

Ruth Stoltenberg, Hamburg,
www.ruthstoltenberg.de/Thomas_Roessler

Fr. 19.06. 2026, 15:00 – 18:30 Uhr
Sa. 20.06. 2026 11:00 – 18:00 Uhr
So. 21.06. 2026, 11:00 – 17:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 1 OG
EUR 115,00

Abendkurs

Fotografische Werkstatt der vhs

Der Kurs richtet sich an FotografInnen, die an ihren Projekten arbeiten und die Ergebnisse in einer der Werkstattrunde kritisch wollen besprechen wollen, um sich gegenseitig bei der weiteren Entwicklung zu unterstützen.

Egal, ob ein Vorhaben erst als vage Idee formuliert ist oder schon eine Reihe Bilder vorliegen, werden wir versuchen, konstruktive Kritik zu üben. Es wird darum gehen, Inhalt und Form visuell „auf einen Punkt zu bringen“, also Ausdrucksformen zu entwickeln, die zu Ihnen und Ihren Anliegen passen.

Theorie und Geschichte der Fotografie werden angesprochen, wo sie uns weiterbringen.

TeilnehmerInnen können Inhalte für

Dozentinnen und Dozenten



PROF. DR. ROLF SACHSSE
www.rolfsachsse.de

» Rolf Sachsse (Bonn 1949), Fotografinlehre, Arbeit als Architektur-, Industrie- und Dokumentationsfotograf, damit Finanzierung des Studiums der Kunstgeschichte, Kommunikationsforschung und Literaturwissenschaft in München und Bonn, Promotion zu einem fotohistorischen Thema 1983. Freischaffender Autor, Künstler, Kurator, Fotograf. Ab 1980 Lehraufträge an europäischen Kunsthochschulen, 1985-2004 Professur für Fotografie und elektronische Bildmedien an der FH Niederrhein in Krefeld, ab 1995 Assoziierter Professor für Theorien der Gestaltung an der HfG Karlsruhe, 2004-17 Professor für Designgeschichte und Designtheorie an der Hochschule der Bildenden Künste Saar in Saarbrücken. «

Werkstatt-Abende vorschlagen und selbst präsentieren.

Längerfristig wollen wir mit den Arbeiten aus diesem Kurs „an die Öffentlichkeit“.

● Kurs 2526

Thomas Roessler, Dipl. Des., DGP

ab Mi. 11.03.2026, 18:30 – 20:30 Uhr,
5 Termine: 11.03., 06.05., 27.05., 10.06.,
24.06.2026
vhs-Zentrum, Saal 2 OG
EUR 45,00 (35,00)

Ausstellung

Lilli Breininger „Menschen“

Lilli Breininger hat Völkerkunde und Fotojournalismus in Köln, Hannover und Aarhus (DK) studiert. Sie interessiert sich für Menschen und ihre Geschichten. Wenn sie die Menschen mit der Kamera durch Alltag und Freizeit begleitet, entstehen Bilderzählungen von großer atmosphärischer Dichte.

In ihrer Ausstellung im Alten Rathaus zeigt Lilli Breininger einen kleinen Ausschnitt aus ihrem fotografischen Werk: Serien über Jugendliche beim Sport, über die Arbeit in einer Gärtnerei, über die BewohnerInnen eines kleinen Grenzortes. Daneben gibt es Portraits zu sehen.

● Kurs 2528

Lilli Breininger,

<https://www.lillibreininger.de>

Ausstellungsdauer: 12.02. bis 17.04. 2026
Altes Rathaus, Foyer (1. Etage)
gebührenfrei

Vernissage zur Ausstellung

„Menschen“ von Lilli Breininger

● Kurs 2528V

N.N.

Do. 12.02. 2026, 17:00 – 19:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 11, 13 und 14
gebührenfrei

Dozentinnen und Dozenten



RUTH STOLTENBERG

<https://ruthstoltenberg.de>

» Ruth Stoltenberg wurde in Saarburg geboren, sie lebt in Hamburg. Die frühere Fernsehredakteurin fotografiert über 15 Jahren ihre freien Projekte im Spannungsfeld zwischen dokumentarischer und künstlerischer Fotografie. Sie taucht gerne ein in fremde Kulturen und setzt sich künstlerisch mit dem auseinander, was sie an den unterschiedlichen Orten bewegt. Im Fokus liegen meist historisch geprägte, verlassene oder im Umbruch befindliche Orte. Ruth Stoltenberg war Preisträgerin beim OPUS-Fotopreis 2016. Ihre Arbeiten befinden sich in namhaften Sammlungen; sie wurden national und international ausgestellt. «

Beratung und Information



Elisa Haffner
Pädagogische Mitarbeiterin
Altes Rathaus, Zi. 28
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4325
Fax 0681 506-4290
elisa.haffner@rvsbr.de

Anmeldung und Service



Monika Metzen
Sachbearbeiterin
Altes Rathaus, Zi. 1
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4324
Fax 0681 506-4399
monika.metzen@rvsbr.de

Skulptur, Plastik, Kunsthandwerk

Kunsthandwerk verbindet Kreativität, handwerkliches Können und persönlichen Ausdruck.

In unseren Kursen erleben Sie die Freude des Gestaltens mit den eigenen Händen, erlernen traditionelle Techniken und verwandeln Ihre Ideen in individuelle Objekte aus Ton, Draht, Glas oder Stoff.

Im plastischen Gestalten entstehen persönliche Kunstwerke, in Silberschmuck-Kursen mit Art Clay funkelnder Schmuck aus Feinsilber. Goldschmieden ermöglicht den Weg vom Entwurf bis zum fertigen Stück. Glasperlen, saisonale Workshops wie „Frühlingskranz“ oder „Muttertagsherz“ sowie Keramik-, Näh-, Strick-, Häkel- und Korbflecht-kurse eröffnen vielfältige kreative Möglichkeiten für schöne, praktische und einzigartige Stücke.



SKULPTUR/PLASTIK

Nachmittagskurs

Plastisches Gestalten

Der Kurs will Wege zeigen, wie ein unmittelbares Arbeiten mit plastischen Materialien möglich ist. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Lust mit seinen Händen zu arbeiten, etwas zu kneten, zu verformen, zu gestalten, ist der wichtigste Impuls. Zunächst werden mehrere plastische Materialien mit ihren Möglichkeiten durchgegangen und danach können die Teilnehmenden mit ihrem jeweiligen Wunschmaterial ideenreich weiterarbeiten. Es eignen sich z.B. Knetmassen und Pappmacheé, die technisch den zeitlichen Anforderungen eines Kurses gerecht werden, da sie durchhärten, ohne gebrannt werden zu müssen. Plastische Gegenstände können von Apfelgröße bis Puppengröße im Rahmen des Kurses erfolgreich erarbeitet werden.

Der Kurs ist strukturiert in Materialkunde, einem materialgerechten Verarbeiten und einer Übersicht über die sehr verschiedenen Herausforderungen einer plastischen Form.

Es entstehen überschaubare Materialkosten. Bitte unbedingt an der Vorbesprechung teilnehmen.

● Kurs 2600

Anne Haring, Bildhauerin, Meisterschülerin bei Prof. Karl Bobek, Kunstakademie Düsseldorf

Vorbesprechung: Mo. 09.03.2026, 14:00 Uhr
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)

Mo. 14:00 – 16:15 Uhr

ab 16.03.2026, 10 Termine

Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)

EUR 119,00 (89,00) zzgl. Materialkosten

KUNSTHANDWERK

Schmuckgestaltung

Wochenendkurs

Silberschmuck mit Art Clay

Art Clay besteht aus ganz fein gemahlenem Silber, Bindemittel und Wasser. Nach dem Modellieren, Trocknen und Brennen besteht das Schmuckstück aus 99,9 Prozent reinem Silber. Dank dieser fantastischen Modelliermasse können sogar AnfängerInnen unter fachmännischer Anleitung schon tolle Schmuckstücke selbst gestalten. Zudem können Zirconia, Glas, Porzellan, Edelsteine mit eingearbeitet werden. Da man keine Werkstatt oder teuren Werkzeuge benötigt, kann man später auch mal zu Hause damit arbeiten. Dem freien Gestalten mit Art Clay sind wenig Grenzen gesetzt.

Die Materialkosten werden direkt an die Dozentin gezahlt.

● Kurs 2601

Roswitha Parduhn

Vorbesprechung: Fr. 13.03.2026, 18:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 6

Sa. u. So. 10:00 – 17:00 Uhr,

jeweils 1 Std. Pause

ab 21.03.2026, 2 Termine

Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)

EUR 63,00 (47,00) zzgl. Materialkosten

● Kurs 2602

Roswitha Parduhn

Vorbesprechung: Fr. 12.06.2026, 18:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 6

Sa. u. So. 10:00 – 17:00 Uhr, jeweils 1 Std.

Pause

ab 20.06.2026, 2 Termine

Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)

EUR 63,00 (47,00) zzgl. Materialkosten

Wochenendkurs

Anhänger mit Glasstein – eine Gestaltung aus dem Rund

Aus einer vorgefertigten Metallbutze entsteht Schritt für Schritt ein feiner Anhänger in Silber und Kupfer, Metallfolie und einem quadratischen Glasstein. Dabei erlernen Sie grundlegende Techniken der Goldschmiedekunst wie Sägen, Feilen, Biegen, Schmieden, Löten und das Fassen des Steins. Metallfolien unter dem Glas erzeugen lebendige Farb- und Tiefenwirkungen. Alle Teilnehmenden arbeiten am gleichen, klar vorgegebenen Modell. Vorbereitete Materialien ermöglichen ein konzentriertes, entspanntes Arbeiten und ein hochwertiges Ergebnis. In der Vorbesprechung werden Material, Aufbau und Arbeitsschritte anhand von Modellen und eines Arbeitshefts erläutert.

Fortgeschrittene Teilnehmende haben die Möglichkeit, den Anhänger mit historischen Techniken wie Kordieren oder Tordieren weiter zu veredeln. Auch das Nieten, die älteste Form der Metallverbindung, kann dabei eingeplant werden. Alle Details werden wir verbindlich in der Vorbesprechung klären und festlegen. Der Kurs richtet sich an EinsteigerInnen wie an Fortgeschrittene, die ihre handwerklichen Fähigkeiten festigen oder verfeinern möchten.

Es fallen Materialkosten sowie 20,00 Euro für Werkstatt und Verbrauchsmaterial an. Empfohlen werden bequeme Arbeitskleidung und gegebenenfalls eine Lesebrille.

● Kurs 2603

Marion Henné, Dipl.-Designerin, Goldschmiedin, www.marionhenne.de

Vorbesprechung: Mi. 18.03.2026,

18:30 – 19:45 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 02 EG (am Café am Schloss vorbei, dann rechts)

Fr. 18:30 – 21:00 Uhr

SKULPTUR, PLASTIK, KUNSTHANDWERK

Sa. 10:00 – 17:00 Uhr, 1 Std. Pause
 So. 10:00 – 16:00 Uhr
 ab 27.03.2026, 3 Termine
 vhs-Zentrum, Saal 02 EG
 EUR 158,00 (123,00) inkl. Verbrauchsmaterial,
 zzgl. Materialkosten

Wochenendkurs**Goldschmieden für AnfängerInnen**

Sie erhalten die Möglichkeit, Einblicke in handwerkliche Arbeit und gestalterische Vorgehensweisen zu erwerben. Werkstatteinweisung, Grundkenntnisse und Entwurfsübertragung werden in professioneller Weise vermittelt. Eigene Ideen werden besprochen und gemeinsam in einen realisierbaren Entwurf umgesetzt.
Material: Messing, später auch Silber. Es fallen Materialkosten sowie 20,00 Euro für Werkstatt und Verbrauchsmaterial an. Silber kann erworben werden. Bequeme Arbeitskleidung; falls vorhanden: Leselampe, Dreifachsteckdose bzw. Verlängerungskabel, Lesebrille, Papier, Bleistift. Werkzeug, Zirkel, wasserfester Stift. Vorkenntnisse sind hilfreich, aber nicht erforderlich.

● Kurs 2604A

Marion Henné, Dipl.-Designerin, Goldschmiedin, www.marionhenne.de
 Vorbesprechung: Mi. 11.03.2026,
 19:00 – 19:45 Uhr
 vhs-Zentrum, Saal 02 EG (am Café am Schloss vorbei, dann rechts)
 Fr. 18:30 – 21:00 Uhr
 Sa. 10:00 – 17:00 Uhr, 1 Std. Pause
 So. 10:00 – 16:00 Uhr
 ab 13.03.2026, 3 Termine
 vhs-Zentrum, Saal 02 EG
 EUR 153,00 (119,00) inkl. Verbrauchsmaterial, zzgl. Materialkosten

● Kurs 2604B

Marion Henné, Dipl.-Designerin, Goldschmiedin, www.marionhenne.de
 Vorbesprechung: Mi. 15.04.2026,
 18:30 – 19:15 Uhr
 vhs-Zentrum, Saal 02 EG (am Café am Schloss vorbei, dann rechts)
 Fr. 18:30 – 21:00 Uhr
 Sa. 10:00 – 17:00 Uhr, 1 Std. Pause
 So. 10:00 – 16:00 Uhr
 ab 17.04.2026, 3 Termine
 vhs-Zentrum, Saal 02 EG
 EUR 153,00 (119,00) inkl. Verbrauchsmaterial, zzgl. Materialkosten
 Wochenendkurs

Goldschmieden für Fortgeschrittene

In der Vorbesprechung werden wir ein gemeinsames Wunsch-Thema festlegen. Zum Beispiel: Ringe, Nadeln, Ohrschmuck. Dieses Thema wird intensiv in Theorie und Praxis umgesetzt. Für weit Fortgeschrittene gerne auch als Themenarbeit: Frühling, Sonne, Bewegung, Stille ... Bitte bringen Sie Ihre vorhandenen Kursarbeiten zur Vorbesprechung mit. Im Workshop frischen wir die bereits gemachten Kenntnisse mit einem Messing-Pflichtstück auf und wiederholen die Theorie. Das eigene Kürstück wird mit den Teilnehmenden einzeln abgesprochen.
 Ziel des Kurses: Ihre eigene, fertige Goldschmiedearbeit.
Es fallen Materialkosten sowie EUR 20,00 für Werkstatt und Verbrauchsmaterial an. Silber kann erworben werden. Bitte mitbringen: Bequeme Arbeitskleidung; falls vorhanden: Leselampe, Dreifachsteckdose oder Verlängerungskabel, Lesebrille, Papier, Bleistift, wasserfester Stift, Werkzeug, Zirkel und bereits gefertigte Stücke. Vorkenntnisse aus den AnfängerInnenkursen sind erforderlich.

Dozentinnen und Dozenten

MARION HENNÉ
 Dipl.-Designerin, Goldschmiedin

» Meine Ausbildungen habe ich in Idar-Oberstein absolviert und gebe mein Wissen, meine Erfahrungen und meine Leidenschaft als Goldschmiedin & Diplom-Designerin für Edelsteine und Schmuck, gerne weiter. Seit über 15 Jahren auch an der Volkshochschule meiner Heimatstadt. Kurse zu unterschiedlichen Themen decken ein weites Feld des Schmuckschaffens ab. Gelegentliche Ausflüge in angrenzende Gefilde sind natürlich möglich. Ich freue mich darauf. «

● Kurs 2605

**Marion Henné, Dipl.-Designerin,
Goldschmiedin, www.marionhenne.de**

Vorbesprechung: Mi. 15.04.2026

19:30 – 20:15 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 02 EG (am Café am
Schloss vorbei, dann rechts)

Fr. 18:30 – 21:00 Uhr

Sa. 10:00 – 17:00 Uhr, 1 Std. Pause

So. 10:00 – 16:00 Uhr

ab 24.04.2026, 3 Termine

vhs-Zentrum, Saal 02 EG

EUR 153,00 (119,00) inkl. Verbrauchs-
material, zzgl. Materialkosten

Wochenendkurs

**6 Stunden - 6 Personen - 6 Ringe
(Sterlingsilber in Hammerschlagoptik)**

Ohne Vorkenntnisse dafür mit viel
Freude planen und fertigen Sie je einen
geschmiedeten Silberring. In der Vorbe-
sprechung erarbeiten wir die Grundlagen
für Ihren Bandring mit Hammerschlag.
Während der Kurszeit setzen Sie Ihren
Plan unter fachkundiger Anleitung und in
einer kleinen Gruppe um.

Ziel des Kurses: Am Abend tragen Sie
Ihren komplett selbst gearbeiteten Ring
am Finger nach Hause.

Bereits in der Vorbesprechung haben
Sie Gelegenheit zu praktischen Übun-
gen. Ebenfalls besprechen wir Ihren
Wunschring und erarbeiten den Material-
bedarf.

Daher erscheinen Sie bitte unbedingt
auch zur Vorbesprechung.

*Es fallen Materialkosten sowie 10,00 Euro
für Werkstatt und Verbrauchsmaterial an.
Bitte mitbringen: Papier und Bleistift,
bequeme Arbeitskleidung, falls benötigt:
Lesebrille*

● Kurs 2606A

**Marion Henné, Dipl.-Designerin,
Goldschmiedin, www.marionhenne.de**

Vorbesprechung: Mi. 27.05.2026

18:45 – 20:30 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 02 EG (am Café am
Schloss vorbei, dann rechts)

Sa. 06.06.2026, 10:00 – 17:00 Uhr, 1 Std.

Pause

vhs-Zentrum, Saal 02 EG

EUR 60,00 (47,00) inkl. Verbrauchs-
material, zzgl. Materialkosten

● Kurs 2606B

**Marion Henné, Dipl.-Designerin,
Goldschmiedin, www.marionhenne.de**

Vorbesprechung: Mi. 27.05.2026

18:45 – 20:30 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 02 EG (am Café am
Schloss vorbei, dann rechts)

So. 07.06.2026, 10:00 – 17:00 Uhr,

1 Std. Pause

vhs-Zentrum, Saal 02 EG

EUR 60,00 (47,00) inkl. Verbrauchs-
material, zzgl. Materialkosten



Workshop Glasperlen

Der Glanz und die Leuchtkraft von
Glasperlen üben eine beinahe magische
Faszination aus. Bereits vor rund 5.000
Jahren entstanden die ersten Exemplare,
die zu den ältesten Schmuckstücken der
Menschheit zählen. Seither sind sie in
zahlreichen Kulturen rund um die Welt zu
finden. 2020 wurde die Kunst ihrer Her-
stellung von der UNESCO in die Repräsen-
tative Liste des Immateriellen Kulturerbes

der Menschheit aufgenommen.

In diesem Kurs lernen Sie alles für einen
sicheren Einstieg: den Umgang mit hei-
ßem Glas sowie die Grundlagen verschie-
dener Techniken. Form, Farbe und Tech-
niken in Kombination eröffnen ein breites
Spektrum an Möglichkeiten, bei denen Sie
sich kreativ entfalten können. Die fertigen
Glasperlen dürfen Sie noch am gleichen
Tag mit nach Hause nehmen.

Der Kurs richtet sich an AnfängerInnen
– Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte tragen Sie aus Sicherheitsgründen
Kleidung ohne synthetische Materialien
und bringen Sie eine eigene Schutzbrille
mit.

● Kurs 2607A

**Christian Rupp, Schmuckdesigner,
www.perlenschmiede.eu**

So. 15.03.2026, 10:00 – 16:30 Uhr

Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalaïs)

EUR 95,00 (inkl. Materialkosten)

● Kurs 2607B

**Christian Rupp, Schmuckdesigner,
www.perlenschmiede.eu**

So. 12.04.2026, 10:00 – 16:30 Uhr

Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalaïs)

EUR 95,00 (inkl. Materialkosten)

Floristik

Workshop Frühlingskranz

Aus Heu fertigen wir einen natürlichen
Frühlingskranz, der sich als bezaubernder
Türschmuck eignet. Das Grundgerüst wird
mit verschiedenen Naturmaterialien wie
Frühlingsblüten und feinen Eierschalen
versehen, die dem Kranz eine leichte
und harmonische Wirkung geben. Farbige
Bänder setzen zusätzliche Akzente und
runden den Frühlingscharakter des Tür-
kranzes stimmig ab.

SKULPTUR, PLASTIK, KUNSTHANDWERK

Die Materialkosten von EUR 25,00 sind in der Kursgebühr enthalten. Bitte bringen Sie, wenn möglich, eigenes Werkzeug mit: Gartenschere, Schere und Drahtschere

● **Kurs 2610**

Susanne Hübschen, Floristin

Sa. 07.03.2026, 14:00 – 16:15 Uhr

Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)

EUR 40,00 (36,00) inkl. Materialkosten

Workshop**Muttertagsherz**

Zum Muttertag gestalten wir ein Draht-herz, das sich sowohl als Geschenk als auch als zeitlose Dekoration eignet. Wir formen das Herz aus Draht und versehen es mit einer abgestimmten Kombination aus Schleierkraut, Eukalyptus sowie Trocken- und Seidenblumen. Das blühende Herz wird zum haltbaren Arrangement, das Ihre Zuneigung auf besondere Weise zum Ausdruck bringt.

Die Materialkosten von EUR 25,00 sind in der Kursgebühr enthalten. Bitte bringen Sie, wenn möglich, eigenes Werkzeug mit: Gartenschere, Schere und Drahtschere

● **Kurs 2611**

Susanne Hübschen, Floristin

Di. 05.05.2026, 16:30 – 18:45 Uhr

Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)

EUR 40,00 (36,00) inkl. Materialkosten

Workshop**Drahtkunst**

Wir kreieren ein faszinierendes Drahthuhn als Gartenobjekt. Aus Stabdraht fertigen wir zunächst das Grundgerüst, das anschließend mit Wickeldraht umhüllt wird. Körper, Flügel und Schwanz erhalten jeweils unterschiedlich strukturierte Oberflächen, während Kopf, Schnabel und Kamm sorgfältig ausgearbeitet werden. Die Beine formen wir aus stärkerem Draht, um dem Objekt einen stabilen

Stand zu geben. Mit der Zeit entwickelt das Metall durch Witterungseinflüsse eine gleichmäßige Rostpatina, die dem Drahthuhn eine interessante Oberfläche verleiht und es zu einem einzigartigen Blickfang im Garten macht.

Die Materialkosten von EUR 40,00 sind in der Kursgebühr enthalten. Bitte bringen Sie, wenn möglich, eigenes Werkzeug mit: Gartenschere, Schere und Drahtschere

● **Kurs 2612**

Susanne Hübschen, Floristin

Fr., 17:00 – 19:15 Uhr

ab 12.06.2026, 3 Termine

Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)

EUR 80,00 (70,00) inkl. Materialkosten

Wochenendkurs**Keramikkurs**

In diesem Einführungskurs in die Keramik erhalten AnfängerInnen einen experimentellen Zugang zum Werkstoff Ton - ganz ohne Vorkenntnisse. Im Mittelpunkt steht nicht das perfekte Objekt, sondern das gestalterische Erforschen von Form, Oberfläche und Material.

Die Teilnehmenden lernen grundlegende Handaufbau-Techniken wie die Platten-technik kennen und setzen diese frei und individuell um. Dabei erfahren sie, wie Ton aufgebaut, verbunden und stabilisiert wird - von der ersten Idee bis zum fertigen Werkstück.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf dem Kennenlernen verschiedener Tonsorten und deren Eigenschaften, der Tonvorbereitung sowie der Wiederformbarkeit durch Kneten und Schlagen. Zusätzlich wird mit farbigen Tonmassen gearbeitet: Pigmente werden eingearbeitet, Engoben angemischt und auf unterschiedliche Weise erprobt, um individuelle Oberflächen und Farbwirkungen zu Erzeugen. Zum Abschluss werden die entstandenen

Dozentinnen und Dozenten

FREDERIC ALLES

Dozent für Keramik

» Seit zwei Jahren arbeite ich an der Töpferscheibe und fertige vor allem Gebrauchskeramik. Parallel beschäftige ich mich intensiv mit keramischem 3D-Druck und interessiere mich besonders für die Verbindung von traditionellem Handwerk und technischer Innovation. Im Fokus steht dabei nicht nur die Formgestaltung, sondern auch die Recherche zum Potenzial keramischer Materialien und Prozesse – vom Herstellungsweg bis zu möglichen funktionalen Anwendungen. «

Arbeiten gebrannt und glasiert, sodass die Teilnehmenden eigene Keramikobjekte mit nach Hause nehmen können. Der Kurs richtet sich an alle, die Lust haben, mit den Händen zu arbeiten, Material zu verstehen und die eigene Kreativität zu entfalten.

● Kurs 2615

Frederic Alles

Die Kurstermine finden Sie auf der Website www.vhs-saarbruecken.de. „Studio 71“, Dudweilerstr. 71, 66111 SB
EUR 90,00 (inkl. Materialkosten)

TEXTILES GESTALTEN

Nähen

Die TeilnehmerInnenzahl der Nähkurse ist begrenzt.

Zu allen Nähkursen bitte folgende Materialien mitbringen:
Stoffreste, Nähgarn, Maßband, Schere, Stecknadeln, Nähnadeln, Schneiderkreide, Kopierrädchen, Kopierpapier, Schnittmuster usw.

Nachmittagskurs

Nähkurs für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Der Kurs hat keine Vorbesprechung. Die Nähvorhaben bitte zum 1. Termin mitbringen.

Bitte mitbringen: Stoff, Stecknadeln, Schere, Maßband, evtl. Schnittmuster. Nähmaschinen sind vorhanden.

● Kurs 2652

Gabriele Brockmüller, Schneidermeisterin

Mi. 15:30 – 18:30 Uhr
ab 11.03.2026, 11 Termine

Gemeinschaftsschule Bruchwiese, Nähraum, Sachsenweg 8, 66121 SB
EUR 98,00 (73,00)

Abendkurs

● Kurs 2653

Gabriele Brockmüller, Schneidermeisterin

Mi. 18:30 – 21:30 Uhr
ab 11.03.2026, 11 Termine
Gemeinschaftsschule Bruchwiese, Nähraum, Sachsenweg 8, 66121 SB
EUR 98,00 (73,00)

Vormittagskurs

Nähkurs für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Der Kurs hat keine Vorbesprechung. Die Nähvorhaben bitte zum 1. Termin mitbringen. Es besteht die Möglichkeit, die mitgebrachten Nähmaschinen in einem abschließbaren Schrank zu deponieren. Falls keine eigene Nähmaschine vorhanden ist, stehen Nähmaschinen der vhs zur Verfügung.

Bitte mitbringen: Nähmaschine (falls vorhanden), Stoff, Stecknadeln, Schere, Maßband, evtl. Schnittmuster.

● Kurs 2654

Gabriele Brockmüller, Schneidermeisterin

Mo. 09:00 – 12:00 Uhr
ab 09.03.2026, 11 Termine
Altes Rathaus, Raum 25 (Textiler Werkraum)
EUR 98,00 (73,00)

Abendkurs

Nähglück für alle

Tauchen Sie ein in die wunderbare Welt des Nähens und entdecken Sie die unendliche Vielfalt der gestalterischen Möglichkeiten für Ihre persönlichen Mode-Ideen. Ob Sie AnfängerIn sind oder schon Erfahrungen mit dem Nähen haben, Sie werden individuell und fachlich begleitet,

Dozentinnen und Dozenten



VIKTORIA MASLENNIKOV
Schneiderin

» Mein Name ist Viktoria Maslennikov, ich bin 46 Jahre jung und bin glückliche Mama von 3 Kindern. Vor 22 Jahren habe ich in meiner Heimat meinen Abschluss als Zuschneiderin und Modekonstrukteurin gemacht. Danach konnte ich in einem Maßschneider-Atelier wertvolle Erfahrungen im Design und in der Modeanfertigung sammeln. In Deutschland habe ich 14 Jahre lang in einem Modekaufhaus-Atelier gearbeitet. Vor drei Jahren konnte ich endlich meinen Traum verwirklichen und begann, Näh- und Schneiderkurse zu geben. Dies bereitet mir große Freude, da ich mein Wissen und meine Leidenschaft fürs Nähen mit anderen teilen und ihnen helfen kann, ihre eigenen kreativen Projekte zu verwirklichen. «

damit Sie Ihre persönlichen Nähziele mit viel Spaß und Erfolg erreichen können. Lassen Sie sich von unserer kreativen Umgebung und gleichgesinnten KursteilnehmerInnen motivieren und inspirieren. *Die Nähmaschinen und Grund-Schnittmuster werden zur Verfügung gestellt. Bitte mitbringen: Stecknadeln, Schere, Maßband, evtl. Schnittmuster und Stoff.*

● **Kurs 2655**

Viktoria Maslennikov, Schneiderin und Modekonstrukteurin

Do. 17:15 – 20:15 Uhr
ab 12.03.2026, 8 Termine
Gemeinschaftsschule Bruchwiese,
Nähraum, Sachsenweg 8, 66121 SB
EUR 80,00 (60,00)

● **Kurs 2656**

Viktoria Maslennikov, Schneiderin und Modekonstrukteurin

Do. 17:15 – 20:15 Uhr
ab 21.05.2026, 7 Termine
Gemeinschaftsschule Bruchwiese,
Nähraum, Sachsenweg 8, 66121 SB
EUR 70,00 (52,00)

Abendkurs

Nähglück

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt des Nähens und entdecken Sie die vielfältigen Möglichkeiten, Ihre persönlichen Mode-Ideen kreativ umzusetzen. Da dieser Kurs lediglich vier Termine umfasst, richtet er sich besonders an TeilnehmerInnen mit ersten Näherfahrungen. Freuen Sie sich auf eine fachkundige und individuelle Begleitung, die Sie dabei unterstützt, Ihre Nähziele mit Freude und Erfolg zu verwirklichen. Lassen Sie sich von der inspirierenden Atmosphäre sowie dem Austausch mit gleichgesinnten KursteilnehmerInnen motivieren. *Die Nähmaschinen und Grund-Schnitt-*

muster werden zur Verfügung gestellt. Bitte mitbringen: Stecknadeln, Schere, Maßband, evtl. Schnittmuster und Stoff.

● **Kurs 2657**

Viktoria Maslennikov, Schneiderin und Modekonstrukteurin

Do. 17:15 – 20:15 Uhr
ab 13.08.2026, 4 Termine
Gemeinschaftsschule Bruchwiese,
Nähraum, Sachsenweg 8, 66121 SB
EUR 40,00 (30,00)

Stricken und Häkeln

Abendkurs

Stricken und Häkeln – kreativ und meditativ

Rund, eckig, dreidimensional – alles, was sich häkeln oder stricken lässt, vom Erlernen der Grundlagen bis zum Erstellen aufwendiger Teile – all das ist in diesem Kurs möglich. Kleidung, Tiere/Figuren, Decken und vieles mehr: Verrücktes und Praktisches, Traditionelles und Modernes warten auf Verwirklichung. Material, falls vorhanden, bitte mitbringen. Alles Weitere wird am ersten Abend besprochen.

Fragen zum Kursinhalt gerne vorab an die Kursleiterin unter Fon 06806 456811 oder le-bec@gmx.de.

● **Kurs 2662**

Barbara Schnabel

Di. 17:30 – 19:00 Uhr
ab 10.03.2026, 7 Termine
vhs-Zentrum, Saal 02 EG
EUR 60,00 (45,00)

● **Kurs 2663**

Barbara Schnabel

Di. 17:30 – 19:00 Uhr
ab 19.05.2026, 6 Termine
vhs-Zentrum, Saal 02 EG
EUR 50,00 (37,00)

Arbeiten mit natürlichen Materialien

Workshop

Korbflechten – der runde Korb

In diesem Workshop gehen die TeilnehmerInnen die ersten Schritte in der Jahrtausende alten Kulturtechnik des Korbflechtens. Sie fertigen Ihren eigenen runden Henkelkorb aus ungeschälten Weiden. Dabei werden Sie grundlegende Flechttechniken wie Fitzen, Kimmen und Schichten kennen lernen. Zusätzlich werden grundlegende theoretische Informationen zu Weiden, ihrer Verarbeitung und Bezugsmöglichkeiten vermittelt. Für jedeN TeilnehmerIn steht ein kompletter Satz Werkzeug zur Verfügung. *Die Materialkostenpauschale in Höhe von 20,00 Euro ist in der Kursgebühr enthalten. Anmeldung erforderlich bis spätestens drei Wochen vor Kursbeginn.*

● **Kurs 2670**

Torsten Göbel, Hobby Korbflechter, www.weide-und-korb.de

Fr. 08.05.2026, 16:00 – 20:00 Uhr
Sa. 09.05.2026, 09:00 – 17:00 Uhr
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)
EUR 100,00 (inkl. Materialkosten EUR 20,00)
Anmeldung erforderlich bis 16.04.2026

Verantwortlich für den Programmbereich



Sarah Bergmann
Programmbereichsleiterin
 Altes Rathaus, Zi. 21
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4320
 Fax 0681 506-4390
 sarah.bergmann@rvsbr.de



Nicole Boissier
Programmbereichsleitung i. V.
 Altes Rathaus, Zi. 39
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4300
 Fax 0681 506-4390
 nicole.boissier@rvsbr.de

Inhalt

• Gesundheitsbildung	173
• Prävention	175
• Entspannung und Stressbewältigung	178
• Yoga	180
• Tai Chi, Qi Gong	186
• Gesundheitspflege	188
• Bewegung und Fitness	189
• Outdoor	193
• Kampfkunst	194
• Tanzen	194
• Ernährung und Kochen	201
• Grundwissen Ernährung und Gesundheit	202
• Ernährungstrends	202
• Andere Länder, andere Küchen	203
• Backkurse	206
• In der Natur zu entdecken	208
• Wein- und Getränkekultur	209
• Weinkultur	210
• Getränkekultur	214
• Weinlehrfahrten	216

Gesundheit und Ernährung



Beratung und Information



Anika Adam
Pädagogische Mitarbeiterin
Altes Rathaus, Zi. 22
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4333
Fax 0681 506-4390
anika.adam@rvsbr.de

Anmeldung und Service



Nicole Naumann
Sachbearbeiterin
Altes Rathaus, Zi. 2
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4332
Fax 0681 506-4399
nicole.naumann@rvsbr.de

Gesundheitsbildung

Gesundheitskompetenz ist unerlässlich, wenn Sie Ihre Gesundheit eigenverantwortlich stärken möchten. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was zu einem gesunden Lebensstil gehört, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können.

Auch in diesem Semester erwarten Sie spezielle Angebote aus dem Bereich der Gesundheitsbildung. Neben dem Thema „Body in Balance – Hormone verstehen und unerklärliche Beschwerden loswerden“ klärt die Vortragsreihe „Klimawandel und Gesundheit – Wie schütze ich mich und andere?“ auf. Die beliebte Vortragsreihe „Medizin im Dialog: Expertise vom Winterberg“ in Kooperation mit dem Klinikum Saarbrücken und der Stadtbibliothek Saarbrücken wird auch in diesem Frühjahr/Sommer-Semester fortgeführt und gibt weiterhin Einblicke in wichtige Gesundheitsthemen.

Freuen Sie sich auf zahlreiche Angebote an Gesundheits- und Entspannungsmethoden sowie auf vielfältige Bewegungs- und Fitnesskurse.

Die Angebote der Gesundheitsbildung an Volkshochschulen verknüpfen Sachinformationen und Lernen mit allen Sinnen. Gelernt wird handlungsorientiert, auf die Gruppe bezogen und unter Berücksichtigung biografischer Anknüpfungspunkte. Dies ist eine wichtige Voraussetzung für die Lust auf das Abenteuer des lebenslangen Lernens.



Sabine Saar
Sachbearbeiterin
Altes Rathaus, Zi. 3
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4353
Fax 0681 506-4399
sabine.saar@rvsbr.de

GESUNDHEITSBILDUNG

Gesundheitsakademie

Unter der Kategorie der Gesundheitsakademie erwerben Sie grundlegendes und spezialisiertes Wissen über den Themenbereich der Gesundheit. Die erworbenen Kenntnisse tragen zur Verbesserung Ihrer Gesundheitskompetenz bei. Mithilfe der Kurse und Vorträge im Bereich der Gesundheitsakademie erweitern Sie Ihren Sachverstand und erlangen die Befähigung, sich mit Gesundheitsthemen kritisch auseinanderzusetzen und das erworbene Wissen im Alltag umzusetzen.

Prävention

Wochenend-Workshop

Resilienz – Wege zu innerer Stärke und Balance

Resilient zu sein bedeutet nicht, dass man nie ins Wasser fällt, sondern dass man die Fähigkeit und Ausrüstung hat, wieder an die Oberfläche zu schwimmen. Was aber genau verbirgt sich hinter dem Begriff Resilienz und wie bringe ich mit kleinen Veränderungen mehr Leichtigkeit und Balance in meinen Alltag? In diesem Workshop werden Sie keine Zauberformel erhalten, aber wertvolle Anregungen für mehr mentale Flexibilität, Widerstandsfähigkeit und Gelassenheit. In einer unterstützenden Gruppe erarbeiten wir gemeinsam Techniken und schaffen dabei Raum fürs Ausprobieren und gemeinsamen Austausch, damit die Umsetzung im Alltag leichter fällt.

● Kurs 2702

Nicole Stetter, Dipl. Betriebswirtin, Resilienztrainerin/Thomas Reinhardt, Jurist, Coach

Sa. 18.04.2026, 09:00 – 16:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 5
EUR 43,00

Workshop

Stressabbau und Resilienztraining für (fast) alle Lebenslagen

Um die Herausforderungen des Alltags im Beruflichen wie im Privaten noch besser zu meistern, befassen wir uns im Resilienztraining u. a. mit folgenden Schwerpunktthemen: Meine Ressourcen und Handlungsoptionen erkennen, Verhaltensstrategien weiterentwickeln, die Opferrolle verlassen und lösungsorientiertes Denken fördern, meine Stresskompetenz erweitern, Verantwortung und Selbstfürsorge übernehmen, eine individuelle, realistische Zieldefinition und -planung aufstellen sowie nachhaltige Netzwerke aufbauen zur gelingenden Transfersicherung im Alltag. Hierzu lernen wir nützliche Tools kennen und setzen sie in die Praxis um.

● Kurs 2703

Ralf Kuhn, Trainer für multimodales Stressmanagement

Mi. 10.06.2026, 09:00 – 16:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 15
EUR 43,00

Wochenend-Workshop

Resilienz – innere Stärke in bewegten Zeiten

In diesem Workshop widmen wir uns der Kunst, inmitten der Herausforderungen des Lebens gelassen und zentriert zu bleiben. Resilienz bedeutet nicht, unwundbar zu sein – sondern immer wieder in die eigene Balance zurückzufinden, Vertrauen zu schöpfen und kraftvoll aus Erfahrungen hervorzugehen. Mit achtsamen Körper- und Atemübungen, meditativen Impulsen und Reflexionen stärken

wir die Fähigkeit, mit Stress, Unsicherheit und Veränderung bewusst umzugehen. Du lernst Wege kennen, um dich innerlich zu stabilisieren, dich mit deiner Lebenskraft zu verbinden und Selbstfürsorge als tragende Ressource zu kultivieren.

● Kurs 2705

Klaus Eitel, Dipl.-Pädagoge, Atemtherapeut, Heilpraktiker

Sa. 27.06.2026, 10:00 – 18:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
EUR 77,00

Vortrag

Selfcare – egoistisch oder wichtig?

„Selfcare“ ist mittlerweile in aller Munde, doch was meint der Begriff eigentlich? Wie passt Selbstfürsorge in den (Arbeits-)alltag und ist es nicht eigentlich egoistisch, sich selbst derart wichtig zu nehmen? „Selfcare“ bedeutet Prioritäten neu setzen, sie anders setzen und sich selbst nicht aus den Augen verlieren. Doch dafür gibt es kein Patentrezept, da es sich um individuelle Bedürfnisse handelt. Der Vortrag vermittelt u. a. Anregungen, wie „Selfcare“ funktionieren könnte.

● Kurs 2707

Petra Boudraa, Entspannungspädagogin

Mo. 20.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 11
EUR 10,00

Lesung im Rahmen des Internationalen Frauentags in Kooperation mit dem Frauenbüro des Regionalverbands Saarbrücken

Lesung

Body in Balance – Hormone verstehen und unerklärliche Beschwerden loswerden

Hormone beeinflussen das Leben jeder Frau - weit mehr als nur im Monatszyklus. Viele Beschwerden wie Haarausfall, Gewichtsschwankungen, psychische Probleme, aber auch Verdauungsstörungen, Tinnitus oder Herzstolpern können auf hormonelle Veränderungen zurückgehen. Gynäkologin und Hormonexpertin Dr. Judith Bildau erklärt leicht verständlich die wichtigsten hormonellen Zusammenhänge für Frauen jeden Alters auf Basis aktueller Wissenschaft. Ihr Ratgeber beantwortet häufige Fragen aus ihrer Praxis, hilft dabei die Ursachen scheinbar unerklärlicher Symptome zu erkennen und zeigt ganzheitliche Therapieansätze, etwa durch Ernährung, Mikronährstoffe, Phytopharmaka oder hormonelle Behandlungen.

Das Buch begleitet Frauen von Verhütung und Kinderwunsch bis durch Wechseljahre und Postmenopause und unterstützt sie dabei, ihre hormonelle Gesundheit aktiv zu stärken.

● Kurs 2710

Judith Bildau, Gynäkologin und Hormonexpertin

Di. 03.03.2026, 19:00 – 21:00 Uhr
Festsaal im Saarbrücker Schloss,
Schlossplatz, 66119 Saarbrücken
EUR 10,00 (inkl. Umtrunk)

Kartenvorverkauf bei der Tourist Info Saarbrücker Schloss Fon 0681 506-6006 oder Bock & Seip Fon 0681 3067700. Tickets auch an der Abendkasse erhältlich.

In Kooperation mit dem Gesundheitsamt und dem Klimaschutzmanagement des Regionalverbandes Saarbrücken

Vortragsreihe „Klimawandel und Gesundheit – Wie schütze ich mich und andere?“

Die Veranstaltungsreihe „Klimawandel und Gesundheit – Wie schütze ich mich und andere?“ beleuchtet, wie sich der Klimawandel auf unseren gewohnten Alltag und insbesondere auf unsere Gesundheit auswirkt. In drei Terminen stehen die Themen Hitze, UV-Strahlung sowie Allergien, Zecken und Mücken im Fokus. Dabei wird auf unterschiedliche Bedarfe von Jung bis Alt eingegangen und Tipps vermittelt, was wir für uns selbst, wie auch für unsere Angehörigen, aktiv tun können, um gesund zu bleiben. Neben informativen Vorträgen bleibt Zeit für Austausch und Fragen.

Vortrag

Hitze und Gesundheit – Wie komme ich gut durch Hitzewellen?

● Kurs 2712

Dr. Christina Schumacher/Lisa Wagner, Gesundheitsamt/Stephan Zander, Klimaschutzmanager Regionalverband

Mi. 10.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 3 OG
gebührenfrei

Vortrag

UV-Strahlung – Sommer, Sonne, Hautkrebsprävention

● Kurs 2713

Dr. Christina Schumacher/Lisa Wagner, Gesundheitsamt/Stephan Zander, Klimaschutzmanager Regionalverband

Di. 03.03.2026 | 19 Uhr

LESUNG IM RAHMEN DES
INTERNATIONALEN FRAUENTAGS



Dr. Judith Bildau
Gynäkologin und
Hormonexpertin

Body in Balance – Hormone verstehen und unerklärliche Beschwerden loswerden

Festsaal Saarbrücker Schloss
Eintritt: 10 € (inkl. Umtrunk)

Kartenvorverkauf: Tourist Info Saarbrücker Schloss | Fon: 0681 506-6006
Bock & Seip | Fon: 0681 306770

Eine Veranstaltung des Frauenbüros
im Regionalverband Saarbrücken
und der vhs

Mi. 01.07.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 23
gebührenfrei

Vortrag

Volkskrankheit Allergie und die kleinen (großen) Gefahren in der Natur: Zecken und Mücken

● Kurs 2714

Dr. Christina Schumacher/Dr. Sebastian Symank/Lisa Wagner, Gesundheitsamt/Stephan Zander, Klimaschutzmanager Regionalverband

Mi. 12.08.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
gebührenfrei

Erste Hilfe

Wochenend-Workshop

Erste Hilfe – Refresher

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Ihr Wissen über Erste Hilfe auffrischen wollen.

● Kurs 2716

Andreas Grucza, Rettungsassistent

Sa. 28.03.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
gebührenfrei

● Kurs 2716A

Andreas Grucza, Rettungsassistent

Do. 11.06.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
gebührenfrei

Workshop

Erste Hilfe am Kind – der Praxisworkshop

Neben theoretischem Grundwissen stehen in diesem Praxisworkshop vor allem viele praktische Anregungen mit konkreten Übungen an der Kinderpuppe vor Ort im Mittelpunkt.

● Kurs 2717

Andreas Grucza, Rettungsassistent

Do. 23.04.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
gebührenfrei

● Kurs 2717A

Andreas Grucza, Rettungsassistent

Sa. 11.07.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
gebührenfrei

Medizin im Dialog: Expertise vom Winterberg

In Kooperation mit dem Klinikum Saarbrücken und der Stadtbibliothek Saarbrücken

Vortrag

Gut aufgehoben im Darmkrebszentrum

Jedes Jahr erkranken in Deutschland über 55.000 Menschen an Darmkrebs. Eine Erkrankung, die häufiger Männer betrifft. Für eine erfolgreiche Behandlung sind gut vernetzte Strukturen und individuell abgestimmte Therapien entscheidend, wie sie nur in einem sogenannten Darmkrebszentrum angeboten werden.

In diesem Vortrag informieren Onkologe und Sektionsleiter Gregg Frost, Dr. Klaus Radecke, Chefarzt der Klinik für Gastroenterologie, Hepatologie & interventionelle Endoskopie, und Dr. Gregor A. Stavrou, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie sowie Leiter des zertifizierten Darmkrebszentrums, über aktuelle Möglichkeiten der Diagnostik und der multimodalen Therapie. Die drei Fachärzte, die zum interdisziplinären Team des Darmkrebszentrums im Klinikum Saarbrücken gehören, erläutern, warum eine enge Vernetzung und abteilungsübergreifende Zusammenarbeit während der

Darmkrebsbehandlung wichtig sind und wann man von einem optimalen Therapiepfad spricht.

● Kurs 2720

Gregg Frost, Onkologe und Sektionsleiter/Dr. Klaus Radecke, Chefarzt der Klinik für Gastroenterologie, Hepatologie & interventionelle Endoskopie/Dr. Dr. habil. Gregor A. Stavrou, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie

Do. 12.03.2026, 18:00 – 20:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 3 OG
gebührenfrei

Vortrag

Wechseljahre und ihre Begleiterscheinungen

Die Wechseljahre gehören zum Leben einer Frau und können einige Herausforderungen mit sich bringen. Prof. Dr. Carolin Spüntrup, Fachärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe, erklärt was im Körper von Frauen während des hormonellen Wechsels passiert und warum diese Veränderungsphase häufig mit Beschwerden wie Harninkontinenz einhergeht. Die Oberärztin im Klinikum Saarbrücken geht dabei auf die verschiedenen Formen der Inkontinenz ein und stellt aktuelle konservative und operative Behandlungsmöglichkeiten vor.

● Kurs 2721

Prof. Dr. Carolin Spüntrup, Fachärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe

Mi. 25.03.2026, 18:00 – 20:00 Uhr
Stadtbibliothek Saarbrücken
Gustav-Regler-Platz 1, 66111 Saarbrücken
gebührenfrei

Vortrag

Parkinson verstehen

Bewegung ist Leben. Doch bei Morbus Parkinson wird genau diese Beweglichkeit zunehmend eingeschränkt. Was einst

selbstverständlich war, wie ein sicherer Schritt oder ein ruhiger Griff, wird zur Herausforderung. Umso wichtiger sind Verständnis, frühzeitige Diagnose und moderne Therapieansätze, damit Bewegung wieder möglich wird und Lebensfreude erhalten bleibt.

Prof. Dr. Andreas Binder, Chefarzt der Klinik für Neurologie mit zertifizierter überregionaler Stroke Unit im Klinikum Saarbrücken, gibt sein Wissen über das Krankheitsbild Parkinson weiter. Der erfahrene Neurologe erklärt neben den Ursachen und den typischen klinischen Symptomen ebenfalls die modernen diagnostischen Möglichkeiten sowie die aktuellen Therapieansätze dieser komplexen neurodegenerativen Erkrankung.

● Kurs 2722

Prof. Dr. Andreas Binder, Chefarzt der Klinik für Neurologie

Mi. 15.04.2026, 18:00 – 20:00 Uhr
Stadtbibliothek Saarbrücken
Gustav-Regler-Platz 1, 66111 Saarbrücken
gebührenfrei

Vortrag

Longevity: Lifestyle oder gesundes Altern mit Lebensqualität?

Der Begriff „Longevity“ steht für mehr als nur ein langes Leben. Es beschreibt das Streben nach einem gesunden, vitalen und selbstbestimmten Altern. Prof. Dr. Florian Custodis, Chefarzt der Klinik für Kardiologie im Klinikum Saarbrücken, erklärt was sich hinter dem Begriff verbirgt. Der Kardiologe erläutert, welchen Einfluss eine gezielte Verlangsamung des Alterungsprozesses haben kann und wie sich Gesundheit, Vitalität und Lebensfreude bis ins hohe Alter erhalten lassen.

● Kurs 2723

Prof. Dr. Florian Custodis, Chefarzt der Klinik für Kardiologie

Do. 07.05.2026, 18:00 – 20:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 3 OG
gebührenfrei

Vortrag

Zufallsbefund erhöhter Leberwert – was ist zu tun?

Die Leber ist ein wahres Multitalent, wird aber dennoch oft unterschätzt. Sie entgiftet den Körper, steuert den Stoffwechsel, produziert täglich rund einen Liter Gallensaft für die Verdauung, bildet Immunzellen für die Abwehr und stellt wichtige Proteine für die Blutgerinnung her. Ein besonderes Merkmal ist ihre Fähigkeit zur Regeneration, durch die sie sich selbst heilen kann.

Doch auch dieser „Alleskönner“ kann still erkranken, ohne dass Betroffene sofort Symptome bemerken. Erhöhte Leberwerte sind häufig ein Zufallsbefund, der unbedingt ernst genommen werden sollte. Eine frühzeitige Abklärung ist entscheidend, um schwerwiegende Erkrankungen zu verhindern und die Gesundheit der Leber langfristig zu schützen. Dr. Klaus Radecke, Chefarzt der Klinik für Gastroenterologie, Hepatologie & interventionelle Endoskopie, informiert über die Bedeutung erhöhter Leberwerte, mögliche Ursachen und warum eine rechtzeitige Diagnose so wichtig ist.

● Kurs 2724

Dr. Klaus Radecke, Chefarzt der Klinik für Gastroenterologie, Hepatologie & interventionelle Endoskopie

Mi. 10.06.2026, 18:00 – 20:00 Uhr
Stadtbibliothek Saarbrücken
Gustav-Regler-Platz 1, 66111 Saarbrücken
gebührenfrei

Gesundheitsmethoden

Wochenend-Workshop

Atem – Quelle für Ruhe und Lebendigkeit

Im Alltag gerät der Atem oft „ins Stocken“ oder wir fühlen uns „atemlos“. In diesem Workshop nach der Methode von Ilse Middendorf nehmen wir den Atem bewusst wahr, ohne ihn zu bewerten oder zu steuern. So entsteht eine neue Verbindung zu uns selbst und ein feineres Gespür für unseren eigenen Rhythmus und unsere Bedürfnisse. Leichte Bewegungen regen den Atem an, lösen Verspannungen und lassen ihn freier fließen. Atemfülle, -kraft und -tiefe wachsen, Ruhe kehrt ein. Vertrauen in die ausgleichende Kraft des Atems schenkt Gelassenheit, Freude und neue Energie. Die Übungen werden meist im Sitzen oder Stehen ausgeführt.

Bitte bequeme Kleidung und warme Strümpfe mitbringen.

● Kurs 2730

Ute Mühlbauer, Atempädagogin nach Middendorf

Sa. 18.04.2026, 15:00 – 18:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
EUR 20,00

● Kurs 2730A

Ute Mühlbauer, Atempädagogin nach Middendorf

Sa. 16.05.2026, 15:00 – 18:00 Uhr
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 20,00

Ferienkurs

Drei Atemabende: Atem – Quelle für Ruhe und Lebendigkeit

Im Alltag gerät der Atem oft „ins Stocken“ oder wir fühlen uns „atemlos“. In diesem Kurs nach der Methode von Ilse Middendorf

dorf nehmen wir den Atem bewusst wahr, ohne ihn zu bewerten oder zu steuern. So entsteht eine neue Verbindung zu uns selbst und ein feineres Gefühl für unseren eigenen Rhythmus und unsere Bedürfnisse. Leichte Bewegungen regen den Atem an, lösen Verspannungen und lassen ihn freier fließen. Atemfülle, -kraft und -tiefe wachsen, Ruhe kehrt ein. Vertrauen in die ausgleichende Kraft des Atems schenkt Gelassenheit, Freude und neue Energie. Die Übungen werden meist im Sitzen oder Stehen ausgeführt
Bitte bequeme Kleidung und warme Strümpfe mitbringen.

● Kurs 2730B

Ute Mühlbauer, Atempädagogin nach Middendorf

Mi. - Fr. 17:00 – 18:30 Uhr
ab 15.07.2026, 3 Termine
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 30,00

Wochenend-Workshop

Klanginstrumente zur Entspannung

Lernen Sie unterschiedliche Klanginstrumente wie Handpan, Klangschalen, Zaphir, Didgeridoo, Körperbasstambura kennen und spüren Sie deren entspannende Wirkung. Am Ende sind Sie in der Lage, Ihr Klanginstrument zu bedienen bzw. sich ein Bild davon zu machen. Es besteht die Möglichkeit das Instrument zu mieten.

Bitte eine Decke und etwas zu Trinken mitbringen. Warme Kleidung und Strümpfe sind empfohlen.

● Kurs 2732

Joachim Fell,
zert. Klagentensionscoach

Sa. 28.03.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
EUR 21,00

Entspannung und Stressbewältigung

Zwecks Bezuschussung durch die Krankenkasse erhalten Sie auf Wunsch eine Teilnahmebescheinigung am Ende des Kurses vor Ort von der Dozentin.

Nachmittagskurs

Autogenes Training

Autogenes Training ist ein Entspannungsverfahren, welches in seinen Übungen Ähnlichkeiten zur Meditation aufzeigt. So kann das vegetative Nervensystem und die Muskelspannung beeinflusst und somit Körper, Geist und Seele beruhigt werden.

● Kurs 2741

Anika Adam, M. A. Prävention und Gesundheitsmanagement

Di. 15:15 – 16:15 Uhr
ab 17.03.2026, 8 Termine
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 40,00

Abendkurs

Die Feldenkrais Methode® – Bewusstheit durch Bewegung

Die ganzheitliche Bewegungslehre nach Dr. Moshe Feldenkrais ist hilfreich bei Stress, Haltungproblemen, Bewegungseinschränkungen und Schmerzen. Aber auch interessant, wenn es um Eleganz und Effizienz von Bewegungen geht (z. B. SportlerInnen, TänzerInnen). Durch leichte und angenehme Bewegungsabläufe im Liegen wird die Bewusstheit für sämtliche Körperpartien und deren Zusammenspiel verfeinert. Für die Teilnahme ist es nötig, innerhalb der Kursdauer auf dem Rücken liegen zu können.

● Kurs 2743

Sabine Merz, Ärztin, Feldenkraislehrerin
Di. 19:15 – 20:15 Uhr

ab 10.03.2026, 14 Termine
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 75,00

Wochenend-Workshop

Die Feldenkrais Methode® – Bewusstheit durch Bewegung

● Kurs 2744

Dominique Aatz, Feldenkraislehrerin

Sa. 18.04.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
EUR 24,00

Wochenend-Workshop

Feldenkrais

Die Feldenkrais-Methode ist ein auf den Körper bezogener Lernprozess mit der Möglichkeit, die eigenen Bewegungsmuster besser kennenzulernen. Viele Bewegungen sind oft mit mehr Anspannung und Anstrengung verbunden, als es eigentlich erforderlich ist. So entstehen Bewegungsgewohnheiten, die manchmal zu Schmerzen führen können. Die Methode verhilft zu einer Erweiterung des Bewegungsspielraums und fördert die Wiederherstellung der Beweglichkeit. Die Übungen werden langsam und achtsam ausgeführt. Das Lernen der Methode ist unabhängig vom Alter. Besondere Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

● Kurs 2745

Elke Bruce Boye, Feldenkraislehrerin

Sa. 18.04.2026, 10:00 – 15:00 Uhr
(inkl. Pause)
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 41,00

● **Kurs 2745A****Elke Bruce Boye, Feldenkraislehrerin**Sa. 13.06.2026, 10:00 – 15:00 Uhr
(inkl. Pause)Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 41,00**Nachmittagskurs****Feldenkrais trifft auf Gindler**

An diesen drei Abenden können Sie vertrauter werden mit sich und dem eigenen Organismus. Über das Probieren mit Bewegung werden Veränderungen erlebbar. Neues entfaltet sich. Lassen Sie sich überraschen von unvorhergesehenen Wegen der Leichtigkeit und entdecken Sie Freude an der Bewegung und wie es leicht „spielen“ kann, wir uns unmittelbar und selbstständig erfahrend orientieren können. Aus dem heraus können sich Tätigkeiten selbstverständlicher ausführen, Sie kommen mehr an bei sich und in Ihrer Kraft. „Das nicht Voraus-Sein und nicht Zurück-Sein, das bedeutet doch Leben“. Elsa Gindler

Eine Sequenz dieser Kursreihe wird dem Kiefer gewidmet. Wenn dieses Halten weniger wird, kann sich das erleichternd und wohltuend auf den ganzen Körper auswirken.

● **Kurs 2745B****Elke Bruce Boye, Feldenkraislehrerin**Mo. - Mi., 17:00 – 19:00 Uhr
ab 17.08.2026, 3 TermineStengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 56,00**Wochenendkurs****Alltägliche Achtsamkeit einüben (MBSR)**Stressbewältigung durch achtsames
Gewahrsein „Mindfulness Based Stress

Reduction“ (MBSR) ist ein erprobter Übungsweg, bei dem die tägliche Praxis der Achtsamkeit im Zentrum steht. Die Aufmerksamkeit wird, so gut es geht, auf den gegenwärtigen Moment gerichtet. Ausgehend von Körperwahrnehmung, Sitz- und Gehmeditation sowie einfachen Yoga-Übungen lernen wir, Gedanken, Gefühle und Körperempfindungen wahrzunehmen und auf eine neue, gelassene Weise darauf zu antworten, statt automatisch zu reagieren.

Die Teilnahme am Einführungstermin ist Voraussetzung für die Kursteilnahme.

● **Kurs 2746****Dorothea Hesse, MBSR-Dozentin**

Einführungstermin:

Do. 12.03.2026, 18:00 – 19:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13

Sa. 10:00 – 12:00 Uhr

ab 14.03.2026, 8 Termine

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 130,00**Abendkurs****Ruhepunkte – Hilfen gegen Stress**

Wie wäre es, aus dem Stress-Hamsterrad auszusteigen und ganz bewusst Ruhepunkte zu schaffen, um chronischem Stress und seinen Folgen vorzubeugen? Im Kurs können Sie einfache und wirksame Entspannungsmethoden ausprobieren, erhalten Anregungen neue Perspektiven zu entwickeln und bewusster zu kommunizieren. Aus diesen Ruhepunkten wählen Sie Ihren persönlichen Zugang zu Entspannung, Gelassenheit und Wohlbefinden und stärken die Fähigkeit, auch im hektischen Alltag Ihre innere Balance zu finden und zu bewahren.

● **Kurs 2747****Eva Benpreiksch, Dipl. Psychologin**

Do. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 12.03.2026, 6 Termine
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
EUR 84,00**Workshop****Achtsamkeit trifft Lebensfreude**

In diesem Workshop treffen Achtsamkeitstraining und Lachyoga aufeinander. Wir kombinieren Achtsamkeitstraining mit den Vorteilen des Lachyoga und lassen somit in einer lebendigen Gruppe eine zunehmende Heiterkeit entstehen; wir wollen Stress abbauen, das Immunsystem stärken, die Gesunderhaltung fördern, zu mehr Gelassenheit finden und eine positive Grundhaltung entwickeln. Der Kurs endet mit einer entspannenden Meditation und basiert auf den Lachyogaübungen und der Philosophie des Begründers des Lachyoga, dem indischen Arzt Dr. Madan Kataria.

● **Kurs 2748****Petra Hammer, Kursleiterin Lachyoga**Fr. 13.03.2026, 16:15 – 18:15 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
EUR 18,00**Meditation****Wochenend-Workshop****Breath & Flow – Achtsames Atmen als Quelle deiner Lebenskraft**

Unser Atem ist mehr als nur ein physiologischer Vorgang – er ist Ausdruck von Leben, Energie und innerer Verbindung. Mit sanften Atemübungen, meditativen Elementen und achtsamer Bewegung öffnen wir den Raum für einen bewussten Kontakt zum eigenen Atemrhythmus. Wenn der Atem frei fließt, entsteht innere Ruhe, Klarheit und neue Lebenskraft. In diesem Workshop üben wir, still zu werden, achtsam zu atmen und die Dinge so zu sehen, wie sie sind. Sitz- und Gehmeditation, kurze Impulse und Phasen der

Stille schenken Raum für Klarheit, Gelassenheit und eine freundliche Haltung sich selbst gegenüber.

● Kurs 2751

Klaus Eitel, Dipl.-Pädagoge, Atemtherapeut, Heilpraktiker

Fr. 20.03.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
EUR 34,00

● Kurs 2751A

Klaus Eitel, Dipl.-Pädagoge, Atemtherapeut, Heilpraktiker

Fr. 24.04.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
EUR 34,00

● Kurs 2751B

Klaus Eitel, Dipl.-Pädagoge, Atemtherapeut, Heilpraktiker

Fr. 08.05.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
EUR 34,00

● Kurs 2751C

Klaus Eitel, Dipl.-Pädagoge, Atemtherapeut, Heilpraktiker

Fr. 12.06.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
EUR 34,00

Abendkurs

Meditation

Die Meditation, Hintergrundwissen über das Meditieren und das Erlernen verschiedener Meditationstechniken stehen im Mittelpunkt dieses Kurses. Es werden verschiedene Körperübungen aus dem Hatha Yoga praktiziert sowie Entspannungs- und Atemtechniken, die eine gute Voraussetzung zum Meditieren sind.
Bitte eine Matte und ein Handtuch mitbringen.

● Kurs 2752

Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY

Do. 19:30 – 20:45 Uhr
ab 19.03.2026, 10 Termine
Pyramide, Försterstraße 12 a,
66111 Saarbrücken
EUR 118,00

Yoga

Aus hygienischen Gründen und zum Schutz der Matten bitte ein Badetuch oder eine Decke mitbringen.

Zwecks Bezuschussung durch die Krankenkasse erhalten Sie auf Wunsch eine Teilnahmebescheinigung am Ende des Kurses vor Ort von der Dozentin.

Vormittagskurs

YOGA nach der Lehre von B.K.S. IYENGAR

Die Besonderheit des IYENGAR-Yoga ist die vielfältige Verwendung von Hilfsmitteln. Dadurch ist es sowohl AnfängerInnen als auch dem versierten Yogi möglich, die Übungen auszuführen. Alle notwendigen Mittel (Blöcke, Rollen, Gurte) werden im Kurs gestellt und individuell so eingesetzt, dass der größtmögliche Lernerfolg sich einstellt. Abwechslung im Üben ist durch wechselnde Sequenzen gegeben. Das macht Spaß und bringt gleichzeitig Ruhe und Gelassenheit verbunden mit einer körperlichen Regeneration und Kräftigung.

Bitte eigene Yogamatte, ein Handtuch und weiße Socken mitbringen.

● Kurs 2770

Nicole Schmidt, Yogalehrerin

Mi. 10:00 – 11:30 Uhr
ab 11.03.2026, 12 Termine

Nahestraße 19,
66113 Saarbrücken/Rastpfuhl
EUR 138,00

Zwecks Bezuschussung durch die Krankenkasse erhalten Sie auf Wunsch eine Teilnahmebescheinigung am Ende des Kurses vor Ort von der Dozentin.

Abendkurs

YOGA nach der Lehre von B.K.S. IYENGAR

Die Besonderheit des IYENGAR-Yoga ist die vielfältige Verwendung von Hilfsmitteln. Dadurch ist es sowohl AnfängerInnen als auch dem versierten Yogi möglich, die Übungen auszuführen. Alle notwendigen Mittel (Blöcke, Rollen, Gurte) werden im Kurs gestellt und individuell so eingesetzt, dass der größtmögliche Lernerfolg sich einstellt. Abwechslung im Üben ist durch wechselnde Sequenzen gegeben. Das macht Spaß und bringt gleichzeitig Ruhe und Gelassenheit verbunden mit einer körperlichen Regeneration und Kräftigung.

Bitte eigene Yogamatte, ein Handtuch und weiße Socken mitbringen.

● Kurs 2770A

Nicole Schmidt, Yogalehrerin

Mi. 19:15 – 20:45 Uhr
ab 11.03.2026, 12 Termine
Nahestraße 19,
66113 Saarbrücken/Rastpfuhl
EUR 138,00

Zwecks Bezuschussung durch die Krankenkasse erhalten Sie auf Wunsch eine Teilnahmebescheinigung am Ende des Kurses vor Ort von der Dozentin.

Nachmittagskurs

YOGA nach der Lehre von B.K.S. IYENGAR

Die Besonderheit des IYENGAR-Yoga ist die vielfältige Verwendung von Hilfsmitteln. Dadurch ist es sowohl AnfängerInnen als auch dem versierten Yogi möglich, die Übungen auszuführen. Alle notwendigen Mittel (Blöcke, Rollen, Gurte) werden im Kurs gestellt und individuell so eingesetzt, dass der größtmögliche Lernerfolg sich einstellt. Abwechslung im Üben ist durch wechselnde Sequenzen gegeben. Das macht Spaß und bringt gleichzeitig Ruhe und Gelassenheit verbunden mit einer körperlichen Regeneration und Kräftigung.

Bitte eigene Yogamatte, ein Handtuch und weiße Socken mitbringen.

● Kurs 2770B

Nicole Schmidt, Yogalehrerin

Fr. 17:00 – 18:30 Uhr
ab 13.03.2026, 12 Termine
Nahestraße 19,
66113 Saarbrücken/Rastpfuhl
EUR 138,00

Wochenend-Workshop

Lust auf Yoga

Dieser Workshop dient als Einstieg für BeginnerInnen sowie für alle, die Ihr Können auffrischen möchten. Lernen Sie die entspannende, erfrischende Wirkung des Yoga schon nach wenigen einfachen Übungen kennen.

Bitte eigene Yogamatte, ein Handtuch und weiße Socken mitbringen.

● Kurs 2771

Nicole Schmidt, Yogalehrerin

Sa. 20.06.2026, 10:30 – 12:00 Uhr
Nahestraße 19,
66113 Saarbrücken/Rastpfuhl
EUR 12,00

Vormittagskurs

Hatha-Yoga für FrühaufsteherInnen

Grundprinzipien und Grundhaltungen des Hatha-Yoga kennenlernen. Die Basis trainieren sowie die Muskulatur in Becken, Füßen, Bauch und Rücken kräftigen als auch dehnen und den Gleichgewichtssinn stärken. Die Übungen dienen der Harmonisierung der körperlichen Kräfte, der Vertiefung des Atems und der Beruhigung des Geistes. Dieser Kurs ist für AnfängerInnen und NeueinsteigerInnen geeignet.

● Kurs 2773

Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY

Do. 08:00 – 09:15 Uhr
ab 12.03.2026, 12 Termine
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
EUR 90,00

Vormittagskurs

Hatha-Yoga am Morgen für Geübte

Geübte TeilnehmerInnen vertiefen Grundhaltungen des Hatha-Yoga und trainieren weiterhin die Basis, Achse, Stand- und Sitzhaltung. Die Muskulatur in Becken, Füßen, Bauch und Rücken wird gekräftigt und gedehnt sowie der Gleichgewichtssinn gestärkt. Die Übungen dienen der Harmonisierung der körperlichen Kräfte, der Vertiefung des Atems und der Beruhigung des Geistes.

● Kurs 2773A

Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY

Do. 09:30 – 11:00 Uhr
ab 12.03.2026, 12 Termine
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
EUR 108,00

Dozentinnen und Dozenten



KLAUS EITEL

Dipl. Pädagoge, Atemtherapeut, Heilpraktiker

» Vor über 40 Jahren erlernte und praktizierte ich in einem buddhistischen Kloster in Sri Lanka die Achtsamkeitsmeditation, auch Einachtsmeditation genannt. Als ich nach vier Wochen mit einem großen Glücksgefühl, tieferer Klarheit und neuen Erkenntnissen über mein Leben diesen Ort der Ruhe und Innenschau wieder verließ, wusste ich, dass diese Meditationspraxis mich weiter in meinem Leben begleiten wird. Als Atem- und Meditationslehrer vermittele ich seit über 20 Jahren mit großer Freude interessierten Menschen diese Meditationsweise, sodass auch Sie innere Stille, größere Geduld und umfassendere Gelassenheit in ihrem Leben finden können. Seit über einem Jahrzehnt bin ich an der vhs in Saarbrücken tätig. «

Abendkurs

Hatha-Yoga am Abend für AnfängerInnen

Sie erleben, erfahren und vertiefen die Grundprinzipien und Grundhaltungen des Hatha-Yoga. Es werden Übungen zu Ihrer Basis, Ihrer Achse, Ihrem Stand und Ihrer Sitzhaltung umgesetzt. Sie nehmen dabei bisher kaum gespürte Körperregionen wahr, kräftigen und dehnen die Muskulatur des Beckens, der Füße, des Bauchs und des Rückens. Ihr Gleichgewichtssinn wird trainiert und Sie entdecken den Atem als Pforte zum tieferen geistigen Erleben. Die Übungen dienen der Harmonisierung Ihrer körperlichen Kräfte, der Vertiefung Ihres Atems, der Beruhigung Ihres Geistes und der Begegnung mit Ihrer Seele.

● Kurs 2773B

Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY
Do. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 12.03.2026, 12 Termine
Pyramide, Försterstraße 12 a,
66111 Saarbrücken
EUR 168,00

Mittagskurs

Hatha-Yoga in der Mittagspause für AnfängerInnen

● Kurs 2774

Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY
Mo. 12:15 – 13:15 Uhr
ab 16.03.2026, 8 Termine
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 48,00

● Kurs 2774A

Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY
Mo. 12:15 – 13:15 Uhr
ab 01.06.2026, 6 Termine
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 36,00

Mittagskurs

Hatha-Yoga in der Mittagspause für Geübte

● Kurs 2774B

Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY
Di. 12:15 – 13:15 Uhr
ab 17.03.2026, 9 Termine
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 54,00

● Kurs 2774C

Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY
Di. 12:15 – 13:15 Uhr
ab 02.06.2026, 4 Termine
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 24,00

Wochenend-Workshop

Hatha-Yoga und Entspannung durch Yoga Nidra

Der Workshop ist für Menschen, die länger nicht in Bewegung gekommen sind, für WiedereinsteigerInnen und als Aufbaukurs für TeilnehmerInnen mit geringen Vorkenntnissen. Geübt werden Yoga-Haltungen aus dem Hatha-Yoga. Weitere Schwerpunkte sind Atem- und Entspannungsübungen. Zusätzlich werden verschiedene Tiefenentspannungsverfahren, wie Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung und Bodyscan, vorgestellt und eingeübt.

● Kurs 2774D

Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY
Sa. 21.03.2026, 09:00 – 10:30 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
EUR 12,00

● Kurs 2774E

Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY
Sa. 09.05.2026, 09:00 – 10:30 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
EUR 12,00

● Kurs 2774F

Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY
Sa. 13.06.2026, 09:00 – 10:30 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
EUR 12,00

Wochenend-Workshop

„Yoga Intensiv“ für Geübte Hatha-Yoga – Asanas exakt ausgeführt

Alignment bzw. die Ausrichtungsprinzipien der verschiedenen Yogastellungen (Asanas) nach der Tradition B.K.S. Iyengar erzeugen eine größtmögliche physische, energetische und krankheitspräventive Wirkung auf die Yogapraxis. Es wird auf die individuellen Bedürfnisse der TeilnehmerInnen eingegangen und dabei geholfen einen gezielten Aufbau von Kraft, Ausdauer und Flexibilität zu erreichen.

● Kurs 2775

Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY
Fr. 20.03.2026, 18:00 – 20:00 Uhr
Pyramide, Försterstraße 12 a,
66111 Saarbrücken
EUR 23,00

Wochenend-Workshop

„Yoga Intensiv“ für Geübte Yoga Sequenzen, Vinyasa Flow

In diesem Workshop werden fließende und dynamische Aneinanderreihungen von Sonnengrußvariationen und gehaltener Asanas geübt. Der Aufbau geht von einfach zu komplex.

● Kurs 2775A

Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY
Fr. 24.04.2026, 18:00 – 20:00 Uhr

Pyramide, Försterstraße 12 a,
66111 Saarbrücken
EUR 23,00

Wochenend-Workshop

„Yoga Intensiv“ für Geübte Yoga Sequenzen, Yin Yoga

Durch längeres Halten von Yin Yoga Positionen werden die tieferen Schichten des Bindegewebes wie Faszien, Bänder und Gelenke passiv gedehnt und gekräftigt. Gewebespannungen und Blockaden werden gelöst und Lebensenergie zum Fließen gebracht.

● Kurs 2775B

Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY

Fr. 08.05.2026, 18:00 – 20:00 Uhr
Pyramide, Försterstraße 12 a,
66111 Saarbrücken
EUR 23,00

Wochenend-Workshop

„Yoga Intensiv“ für Geübte Hatha-Yoga – Asanas exakt ausgeführt

Alignment bzw. die Ausrichtungsprinzipien der verschiedenen Yogastellungen (Asanas) nach der Tradition B.K.S. Iyengar erzeugen eine größtmögliche physische, energetische und krankheitspräventive Wirkung auf die Yogapraxis. Es wird auf die individuellen Bedürfnisse der TeilnehmerInnen eingegangen und dabei geholfen einen gezielten Aufbau von Kraft, Ausdauer und Flexibilität zu erreichen.

● Kurs 2775C

Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY

Fr. 12.06.2026, 18:00 – 20:00 Uhr
Pyramide, Försterstraße 12 a,
66111 Saarbrücken
EUR 23,00

Abendkurs

Kundalini Yoga (Yoga der Energie) für Geübte

Sie erleben, erfahren und vertiefen die Grundprinzipien und Grundhaltungen des Kundalini Yoga sowie eine Einführung in die Theorie und Praxis dieser Yoga-Praxis. Die praktischen Übungen umfassen Pranayama (Yoga Atemübungen), Bandhas, Mantras, Meditationen und Asanas zur Erhöhung des Energieniveaus.

● Kurs 2776

Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY

Fr. 19:00 – 20:30 Uhr
ab 20.03.2026, 10 Termine
Pyramide, Försterstraße 12 a,
66111 Saarbrücken
EUR 140,00

Nachmittagskurs

Hatha-Yoga – Iyengar-Stil

Der Iyengar-Stil steht im Mittelpunkt dieser Yogastunden.

● Kurs 2777

Imme Benn, Yogalehrerin SKA

Mo. 17:00 – 18:00 Uhr
ab 16.03.2026, 12 Termine
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
EUR 52,00

Abendkurs

Give me 5 – Kundalini Yoga für Erwachsene

Machen Sie sich fit, für den Frühling. In diesem Kurs besiegen Sie die Frühjahrsmüdigkeit. Haben Sie noch nie Yoga gemacht? Kein Problem. Der Kurs ist für EinsteigerInnen aber auch für erfahrene TeilnehmerInnen gedacht. Die Termine können auch einzeln belegt werden.

● Kurs 2779

David Müller, Kundalini-Yogalehrer

Di. 17:00 – 18:00 Uhr

Dozentinnen und Dozenten



GUILLERMO BÖTTCHER
Yogalehrer BDY

» Bereits in meiner Jugend kam ich mit der Yogapraxis und der Meditation in Kontakt. Ich habe Psychologie studiert und als Dozent an der Universität Buenos Aires, später an der Universität des Saarlandes und in Institutionen mit Menschen mit Behinderungen gearbeitet. Aufgrund chronischer Rückenbeschwerden kam ich als Teilnehmer zum Yoga-Kurs bei der vhs Regionalverband Saarbrücken. Nach meiner dreijährigen Ausbildung zum Yogalehrer habe ich den Yoga-Kurs, bei dem ich bis dahin teilgenommen hatte, als Dozent übernommen. Yoga kann lebenslang gelernt und praktiziert werden. Dementsprechend bilde ich mich stetig weiter. «

ab 17.03.2026, 5 Termine
17.03., 24.03., 31.03., 07.04., 14.04.2026
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
EUR 40,00
Einzeltermin = EUR 8,00

Abendkurs

Vinyasa-YOGA – Faszienfaszination im Yoga

Der Atem trägt uns durch die Asanas und verbindet Körper, Geist und Seele. In diesem Kursblock legen wir unser Augenmerk besonders auf die Atmung: die Funktionalität des Zwerchfells, verschiedene Übungen und Asanas zur Vertiefung der Atmung und das bewusste Nutzen der Atmung für den Bewegungsfluss in den Asanaabfolgen.

● Kurs 2780

Eva Lajko, staatl. gepr. Tanzpädagogin, Yogalehrerin BDY

Mi. 18:00 – 19:15 Uhr
ab 11.03.2026, 12 Termine
Pyramide, Försterstraße 12 a,
66111 Saarbrücken
EUR 120,00

Junge vhs

Kundalini Kids Yoga

✳ 5 bis 10 Jahre

Beim Kundalini Yoga für Kids spielen wir mit den Kindern Yoga. Der Leitsatz „Begreifen kommt durch greifen“ (Motorik/ Erfahrung) spielt eine entscheidende Rolle. Das erwartet mein Kind: Steigerung der Konzentrationsfähigkeit, Stärkung der Muskulatur, Förderung des sozialen Miteinanders, Umgang mit den eigenen Gefühlen verbessern, Schaffen von Sicherheit mit Ritualen u. v. m.

● Kurs 2782

David Müller, Kundalini-Yogalehrer für Kinder & Jugendliche

Mi. 08.04.2026, 10:00 – 11:00 Uhr

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 6,00

● Kurs 2782A

David Müller, Kundalini-Yogalehrer für Kinder & Jugendliche

Mi. 15.04.2026, 10:00 – 11:00 Uhr
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 6,00

Wochenend-Workshop

Zeit für Entspannung, Zeit für Weiblichkeit

Dieser Workshop ist eine Einladung an uns Frauen, uns wieder mit uns selbst und anderen Frauen zu verbinden. Gönn dir einen Tag Auszeit mit viel sanftem Yoga sowie Tanz, wo wir uns ganz unserem Körper und unserem Wohlbefinden widmen. Finde Entspannung und Freude und stärke deine innere Balance.

● Kurs 2783

Marion Douba, Yogalehrerin BDY/EYU

Sa. 25.04.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
EUR 22,00

Wochenend-Workshop

Auszeit vom Alltag – mit Yoga und Massage zu tiefer Entspannung

Sanfte Übungen aus dem Hatha-Yoga dehnen und mobilisieren den Körper und vertiefen die Wahrnehmung von Körper und Atem. Eine Tiefenentspannung lässt den Yoga-Part ausklingen und im Anschluss werden wohltuende Massagetechniken erprobt. Idealerweise Anmeldung mit PartnerIn, aber nicht zwingend erforderlich.

● Kurs 2784

Marion Douba, Yogalehrerin BDY/EYU

Sa. 30.05.2026, 13:00 – 16:00 Uhr
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
EUR 22,00

Nachmittagskurs

Yoga am Montag für einen entspannten Wochenaufstart

Sanft angeleitete Körperbewegungen in dynamischer und statischer Form in Verbindung mit Atemübungen und einer geführten Abschlussentspannung sind Inhalt dieses Yogakurses. Achtsamkeit und die Berücksichtigung von individuellen Möglichkeiten und Einschränkungen stehen im Vordergrund. Eine regelmäßige Übungspraxis kann zu größerer Zufriedenheit und mehr Gelassenheit in der hektischen Alltagswelt führen.

● Kurs 2785

Karina Stoye, Yogalehrerin BDY/EYU

Mo. 16:30 – 18:00 Uhr
ab 09.03.2026, 12 Termine
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 124,00

Nachmittagskurs

Yoga für deine Achtsamkeit

Ziel des Kurses ist es, mehr Beweglichkeit, Konzentration und Gelassenheit durch Yoga zu erreichen. In der Kombination der Yogastile Hatha Yoga, Yin Yoga und Yoga Nidra wird gelernt, Momente der Ruhe und Stille zu genießen, andererseits sich achtsam zu bewegen und Spannungen abzubauen. In den einzelnen Sequenzen wird auf die Atmung und die Ausführung der Haltungen besonderen Wert gelegt.

Der Kurs ist nicht für Schwangere geeignet.

● Kurs 2787

Waltraud Ewen,

Stressmanagement-Trainerin, Yogalehrerin

Fr. 17:15 – 18:45 Uhr

ab 13.03.2026, 8 Termine
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 68,00

● **Kurs 2787A**

Waltraud Ewen,
Stressmanagement-Trainerin, Yogalehrerin

Fr. 17:15 – 18:45 Uhr
ab 12.06.2026, 7 Termine
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 59,00

🏠 **Online-Kurs**

Yoga für deine Achtsamkeit

Ziel des Kurses ist es, mehr Beweglichkeit, Konzentration und Gelassenheit durch Yoga zu erreichen. In der Kombination der Yogastile Hatha Yoga, Yin Yoga und Yoga Nidra wird gelernt, Momente der Ruhe und Stille zu genießen, andererseits sich achtsam zu bewegen und Spannungen abzubauen. In den einzelnen Sequenzen wird auf die Atmung und die Ausführung der Haltungen besonderen Wert gelegt.

Der Kurs ist nicht für Schwangere geeignet.

● **Kurs 2787B**

Waltraud Ewen,
Stressmanagement-Trainerin, Yogalehrerin

Mi. 19:30 – 20:45 Uhr
ab 11.03.2026, 4 Termine
online
EUR 34,00

Nachmittagskurs

Yoga mit dem Stuhl

In unserem Leben gibt es unterschiedliche Bedürfnisse, sei es im Alter, bei Übergewicht oder aufgrund anderer gesundheitlicher Einschränkungen. Das Üben der traditionellen Yogastellungen auf der Matte ist oft beschwerlich oder

nicht mehr möglich. Mit speziell entwickelten Übungen, die im Sitzen auf dem Stuhl durchgeführt werden, können Sie ihre Beweglichkeit, Kraft und Flexibilität achtsam steigern. Sanfte Dehn- und Kräftigungsübungen für den ganzen Körper tragen dazu bei, die Lebensqualität und das Wohlbefinden zu steigern sowie die Entspannung und Stressbewältigung zu fördern.

Der Kurs ist nicht für Schwangere geeignet.

● **Kurs 2787C**

Waltraud Ewen,
Stressmanagement-Trainerin, Yogalehrerin

Fr. 16:00 – 17:00 Uhr
ab 13.03.2026, 8 Termine
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 68,00

● **Kurs 2787D**

Waltraud Ewen,
Stressmanagement-Trainerin, Yogalehrerin

Fr. 16:00 – 17:00 Uhr
ab 12.06.2026, 7 Termine
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 59,00

🏠 **Online-Kurs**

Gute Nacht Yoga

Ganz bequem von zu Hause, gerne auch schon im Schlafanzug, mit ruhigen Yogaeinheiten den Stress des Tages loslassen. Beendet wird der Kurs mit einer Achtsamkeitsmeditation oder einer Fantasiereise.

Der Kurs ist nicht für Schwangere geeignet.

● **Kurs 2788**

Waltraud Ewen,
Stressmanagement-Trainerin, Yogalehrerin

Mo. 20:30 – 21:30 Uhr

Dozentinnen und Dozenten



MARION DOUBA

Yogalehrerin BDY/EYU

» Ich praktiziere Yoga mit Leib und Seele seit 1986 und bin zertifizierte Yogalehrerin beim Berufsverband der Yogalehrenden Deutschland (BDY/EYU). Meine eigene Meditationspraxis übe ich täglich aus und nehme regelmäßig an Zen-Sesshins teil. Aufgrund meiner zahlreichen Fortbildungen teile ich mein Wissen gerne mit den TeilnehmerInnen der vhs-Kurse.

In meine Yogastunden fließen Elemente aus dem Hatha-Yoga, aber auch dynamische Formen ein. Yoga ist für mich mehr als nur Körperlichkeit. Auch Achtsamkeit, Zentriertheit sowie Entspannung stehen für mich im Mittelpunkt – ganz nach dem Spruch „Jedes bewusste Tun ist Yoga“ (Sri Aurobindo). <<

ab 09.03.2026, 4 Termine
online
EUR 27,00

● Kurs 2788A

Waltraud Ewen,
Stressmanagement-Trainerin, Yogalehrerin
Di. 21:00 – 22:00 Uhr
ab 07.07.2026, 4 Termine
online
EUR 27,00

Nachmittagskurs

Functional Yoga

Ziel des Kurses ist es, die Beweglichkeit durch Übungen in den Bereichen der Elastizität, Kraft, Koordination und motorische Grundfertigkeiten im Einklang mit der Atmung zu fördern. Dies wird kombiniert mit den Yogastilen Hatha Yoga, Yin Yoga und Yoga Nidra. In den einzelnen Terminen gibt es unterschiedliche Schwerpunkte wie beispielsweise den Rücken.
Der Kurs ist nicht für Schwangere geeignet.

● Kurs 2789

Waltraud Ewen,
Stressmanagement-Trainerin, Yogalehrerin
Do. 16:00 – 17:15 Uhr
ab 12.03.2026, 4 Termine
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 29,00

Nachmittagskurs

Power Yoga meets Balance

In diesem Kurs lernst Du eine ganzheitliche Yogapraxis kennen, bei der Kraft und Gleichgewicht das Fundament bilden. Durch vorbereitende Übungen kannst Du deinen Körper kräftigen und lernst Techniken, mit denen Du komplexere Asanas praktizieren kannst. Hierzu zählen Standhaltungen, die den Gleichgewichtssinn fördern, kraftvolle Handbalancen sowie

dehnungsintensive Bodenhaltungen.
Der Kurs richtet sich an fortgeschrittene TeilnehmerInnen. Der Kurs ist nicht für Schwangere geeignet.

● Kurs 2789A

Waltraud Ewen,
Stressmanagement-Trainerin, Yogalehrerin
Do. 17:30 – 18:45 Uhr
ab 12.03.2026, 4 Termine
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 29,00

Die Fünf Tibeter

Wochenend-Workshop

Die Fünf „Tibeter“® – Einführung

Die Fünf „Tibeter“® sind ein System von Yogaübungen und spezieller Atemtechnik, das Muskeln aufbaut, die Drüsen systeme stimuliert sowie die Energiezentren des Körpers, die Chakren, anregt und harmonisiert. So kann die äußere und innere Balance wiedergefunden oder neu entdeckt werden. Es handelt sich um einfache Bewegungsübungen (die allerdings richtig durchgeführt werden müssen), welche auf eine uralte fernöstliche Tradition der tibetanischen Mönche zurückzuführen sind.

Bitte bequeme Kleidung, eine Matte und rutschfeste, warme Socken mitbringen.

● Kurs 2791

Guillermo Böttcher, zert.
Fünf-Tibeter-Trainer, Yogalehrer BDY
So. 22.03.2026, 09:00 – 13:00 Uhr
Pyramide, Försterstraße 12 a,
66111 Saarbrücken
EUR 58,00 (53,00)

● Kurs 2791A

Guillermo Böttcher, zert.
Fünf-Tibeter-Trainer, Yogalehrer BDY
So. 26.04.2026, 09:00 – 13:00 Uhr
Pyramide, Försterstraße 12 a,
66111 Saarbrücken
EUR 58,00 (53,00)

● Kurs 2791B

Guillermo Böttcher, zert.
Fünf-Tibeter-Trainer, Yogalehrer BDY
So. 10.05.2026, 09:00 – 13:00 Uhr
Pyramide, Försterstraße 12 a,
66111 Saarbrücken
EUR 58,00 (53,00)

● Kurs 2791C

Guillermo Böttcher, zert.
Fünf-Tibeter-Trainer, Yogalehrer BDY
So. 14.06.2026, 09:00 – 13:00 Uhr
Pyramide, Försterstraße 12 a,
66111 Saarbrücken
EUR 58,00 (53,00)

Tai Chi

In Kooperation mit der Schule für Tai Chi, Qi Gong und Meditation und Psychotherapeutische Praxis Dipl.-Psych. Ralf Rousseau. Zwecks Bezuschussung durch die Krankenkasse erhalten Sie auf Wunsch eine Teilnahmebescheinigung am Ende des Kurses vor Ort von dem Dozenten.

Nachmittagskurs

Tai Chi für AnfängerInnen

Diese alte chinesische Bewegungsmethode entwickelte den Kontakt mit dem Körper, dem Ursprung von Lebenskraft und Vitalität. Es geht nicht allein um das Erlernen der Formen des Yang Stils nach Cheng Men Ching, sondern um die im Tai Chi liegende innere Gelassenheit, Achtsamkeit und den lebendigen Fluss der Lebens-

energie, um so im Leben ohne Stresssymptome zurechtzukommen.

● Kurs 2792

**Ralf Rousseau, Dipl.-Psychologe,
Körperorientierter Psychotherapeut**

Do. 17:30 – 18:30 Uhr

ab 12.03.2026, 12 Termine

Schule für Tai Chi, Qi Gong und Meditation,
Försterstr. 12 b, 66111 Saarbrücken
(Eingang über Hinterhof)

EUR 83,00

Qi Gong

In Kooperation mit der Schule für Tai Chi, Qi Gong und Meditation und Psychotherapeutische Praxis Dipl.-Psych. Ralf Rousseau. Zwecks Bezuschussung durch die Krankenkasse erhalten Sie auf Wunsch eine Teilnahmebescheinigung am Ende des Kurses vor Ort von dem Dozenten.

Nachmittagskurs

Qi Gong

Qi Gong stammt wie Tai Chi aus China, ist jedoch leichter zu erlernen. Die positiven Wirkungen wie Entspannung, Zunahme von Vitalität und Gesundheit sind relativ schnell auch für Ungeübte erfahrbar. Qi Gong beinhaltet Atemschulung, Meditation und Körperbewegung. In diesem Kurs wird eine Qi Gong-Form („Die 18 Bewegungen“) erlernt, die nach dem Kurs selbständig weiter geübt werden kann.

● Kurs 2793

**Ralf Rousseau, Dipl.-Psychologe,
Körperorientierter Psychotherapeut**

Mi. 17:30 – 18:30 Uhr

ab 11.03.2026, 12 Termine

Schule für Tai Chi, Qi Gong und Meditation,
Försterstr. 12 b, 66111 Saarbrücken
(Eingang über Hinterhof)

EUR 83,00

Das von Meister Zheng Yi und seiner Frau Katrin Blumenberg entwickelte Qi Gong der vier Jahreszeiten bietet mit einfachen wirkungsvollen Übungen, Atemtechnik und Akupressur eine gute Möglichkeit, sich auf die jeweilige Jahreszeit einzustellen und deren Kräfte zu nutzen.

Vormittagskurs

Qi Gong der vier Jahreszeiten – Frühling

Der Frühling ist die Zeit der Wiederentdeckung. Die bewegte Form „Frühling“ wird im Stehen ausgeführt und stärkt insbesondere die Durchblutung, die Sehkraft und den Hormonhaushalt. Das empfänglichste Organ, die Leber, wirkt als Impulsgeber, fördert das Wachstum und gleicht Emotionen aus. Auf sanfte Weise wecken die Frühlingsübungen des Qi Gong Vitalität und Lebensfreude.

● Kurs 2795

Petra Junk, Kursleiterin

„Qi Gong der vier Jahreszeiten“

Mi. 10:45 – 11:45 Uhr

ab 11.03.2026, 8 Termine

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance

EUR 54,00

Vormittagskurs

Qi Gong der vier Jahreszeiten – Sommer

Der Sommer ist die Zeit der Reife, die Schönheit und Üppigkeit der Natur berauscht. Trotzdem gilt es, die Geistesruhe zu bewahren. Die bewegte Form „Sommer“ wird im Stehen ausgeführt und wirkt insbesondere auf das Immunsystem, den Stoffwechsel und die Durchblutung. Wichtige Organe sind der Magen, das Herz und der Dünndarm. Die Sommerübungen stärken die gesamte Persönlichkeit.

Dozentinnen und Dozenten



DAVID MÜLLER
Kundalini-Yogalehrer
für Kinder & Jugendliche

» Ich bin vor mehreren Jahren, scheinbar zufällig auf Yoga gestoßen. Seither praktiziere ich regelmäßig mein Sadhana und habe mich auch zum Yogalehrer ausbilden lassen. Mein Wunsch ist es, mit den Kursen der vhs Regionalverband Saarbrücken, Kindern und Jugendlichen einen spielerischen Einblick in die Philosophie des Yogas zu geben. <<

● Kurs 2796

Petra Junk, Kursleiterin

„Qi Gong der vier Jahreszeiten“

Mi. 10:45 – 11:45 Uhr

ab 03.06.2026, 8 Termine

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,

Raum für gesunde Balance

EUR 54,00

Abendkurs

● Kurs 2796A

Petra Junk, Kursleiterin

„Qi Gong der vier Jahreszeiten“

Mo. 18:00 – 19:00 Uhr

ab 01.06.2026, 8 Termine

Garten des Erbprinzenpalais

Schlossplatz 2a, 66119 Saarbrücken

EUR 54,00

Treffpunkt vor dem vhs-Zentrum

GESUNDHEITSPFLEGE

Make-up Styles

Workshop

Make-up Style: Für Frauen ab 50

Nach dem fünfzigsten Lebensjahr stellen sich viele Frauen die Frage, wie sie sich schminken sollen. Was entspricht dem Lebensalter und was dem Lebensgefühl? Welche Bedürfnisse hat die Haut und worauf sollte bei der Anwendung der Kosmetik geachtet werden? In diesem Workshop werden die Möglichkeiten für ein selbstgetreues und der Haut angepasstes Make-up aufgezeigt.

● Kurs 2799

Sedi Akhlaghi, Visagistin,

Make-up Stylistin

Mi. 18.03.2026, 16:00 – 20:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 11

EUR 32,00

Wochenend-Workshop

Make-up Look: Nature-Kick und Büro-Chic

Das Make-up sollte zur Lebenssituation passen. Natürlich geschminkt sein oder chic aussehen für den Büro- bzw. Berufsalltag ist Thema dieses Workshops. Eine professionelle Visagistin vermittelt das Know-how für ein entsprechendes typangepasstes Make-up.

● Kurs 2799A

Sedi Akhlaghi, Visagistin,

Make-up Stylistin

Sa. 18.04.2026, 11:00 – 15:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 15

EUR 32,00

Workshop

Make-up Basics Schritt für Schritt: Dein Perfekter Look

In diesem Workshop stehen die Grundlagen des Make-ups im Mittelpunkt um Schritt für Schritt einen perfekten Look zu kreieren. Vom richtigen Hautvorbereiten über die Auswahl der Farben bis hin zu Techniken für Augen, Lippen und Teint.

● Kurs 2799B

Sedi Akhlaghi, Visagistin,

Make-up Stylistin

Mi. 06.05.2026, 16:00 – 20:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 15

EUR 32,00

Wochenend-Workshop

Augen-Make-up – Was passt zu mir?

Unsere Augen haben bekanntlich eine enorme Anziehungskraft, in diesem Workshop werden die Augen daher in das rechte Licht gerückt. Von der optimalen Form der Augenbrauen bis hin zur typgerechten Lidschattenfarbe oder Smokey-Eyes wird alles für das perfekte Augen-Make-up vermittelt.

Dozentinnen und Dozenten



SEDI AKHLAGHI
Visagistin

» Ich bin gelernte Diplom-Biologin und habe meine Leidenschaft in der Kosmetik gefunden. Als ärztlich geprüfte Kosmetikerin übe ich seit über 23 Jahren diesen Beruf mit Freude aus. Seit 10 Jahren bin ich bei der vhs als Dozentin aktiv und leite verschiedene Make-up Seminare. Ich unterstütze Frauen dabei das richtige Make-up für unterschiedliche Anlässe zu finden, sei es ein Business Make-up, Abend Make-up oder Make-up für Frauen über 50. Mir macht die Arbeit bei der vhs Regionalverband großen Spaß, da ich den unterschiedlichsten Frauen mit kleinen Tipps und Tricks zeigen kann, wie sie mit ein wenig Kreativität das richtige Make-up für den richtigen Anlass auftragen können.



● **Kurs 2799C**

**Sedi Akhlaghi, Visagistin,
Make-up Stylistin**

Sa. 30.05.2026, 11:00 – 15:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 15
EUR 32,00

BEWEGUNG UND FITNESS**Rückenschule**

Bitte zu allen Kursen eine Matte oder eine Decke mitbringen.

Abendkurs**Die Wirbelsäule trainieren,
den Rücken stärken**

Auf angenehme und effektive Weise kann der Rücken durch funktionelle Gymnastik gestärkt werden. Wahrnehmungsübungen und wohltuende Entspannung schaffen den notwendigen Ausgleich zu einem den Rücken strapazierenden Alltag. Rückenschmerzen wird vorgebeugt, die Bewegungen im Alltag werden insgesamt ökonomischer und leichter. Ziel ist die Förderung von Gesundheit und die Vorbeugung von Rückenbeschwerden, nicht deren Therapie.

● **Kurs 2810**

Marion Blank, Fitness-Fachwirtin

Mo. 18:30 – 19:30 Uhr
ab 09.03.2026, 10 Termine
Förderschule geistige Entwicklung,
Moselstr. 2 a, 66113 Saarbrücken
(Eingang über den Schulhof)
EUR 46,00

● **Kurs 2811**

Marion Blank, Fitness-Fachwirtin

Mo. 19:30 – 20:30 Uhr
ab 09.03.2026, 10 Termine
Förderschule geistige Entwicklung,

Moselstr. 2 a, 66113 Saarbrücken
(Eingang über den Schulhof)
EUR 46,00

● **Kurs 2812**

Dennis Dittgen, B.A. Sportwissenschaften

Di. 17:30 – 18:30 Uhr
ab 17.03.2026, 10 Termine
Turnhalle Gymnasium am Schloss,
Spichererbergstr. 15, 66119 Saarbrücken
(Eingang über Talstraße Schulhof)
EUR 57,00

● **Kurs 2813**

Dennis Dittgen, B.A. Sportwissenschaften

Di. 18:30 – 19:30 Uhr
ab 17.03.2026, 10 Termine
Turnhalle Gymnasium am Schloss,
Spichererbergstr. 15, 66119 Saarbrücken
(Eingang über Talstraße Schulhof)
EUR 57,00

● **Kurs 2814**

Heidi Kött-Müller, Physiotherapeutin

Mo. 18:45 – 19:45 Uhr
ab 16.03.2026, 12 Termine
Gymnastikhalle Eschbergschule,
Rostocker Str., 66121 Saarbrücken
(Eingang über Magdeburger Str. Wende-
hammer)
EUR 69,00

● **Kurs 2815**

**Regina Köhnke-Krämer, Diplom-Sport-
lehrerin, Rückenschullehrerin**

Di. 17:30 – 18:30 Uhr
ab 10.03.2026, 11 Termine
Gymnastikhalle Eschbergschule,
Rostocker Str., 66121 Saarbrücken
(Eingang über Magdeburger Str. Wende-
hammer)
EUR 64,00

**Dozentinnen und
Dozenten****REGINA KÖHNKE-KRÄMER**

**Dipl.-Sportlehrerin, Yogalehrerin
SKA, Mitglied BDY, Entspannungs-
und Rückenschullehrerin**

» Bewegung draußen und drinnen ist immer schon mein bevorzugtes Tun gewesen. Bewege ich mich, geht's mir gut. Zuerst Turnen, Leichtathletik, später Ballett und Kunstturnen als Leistungssportlerin, dann ein sport- und sprachwissenschaftliches Studium. Als Ergänzung absolvierte ich neben zahlreichen Weiterbildungen eine Ausbildung zur Rückenschullehrerin und zur Yogalehrerin mit Schwerpunkt Iyengar Yoga, Yoga der Energie, Heil-Yoga. Neben meinem Beruf als Lehrerin bin ich seit über 35 Jahren immer als Dozentin tätig gewesen. In meinen Kursen möchte ich die Teilnehmenden dazu ermuntern sich mit Freude, im Sinne der individuellen Gesundheit, zu bewegen.



● Kurs 2815A

Regina Köhnke-Krämer, Diplom-Sportlehrerin, Rückenschullehrerin

Do. 18:00 – 19:00 Uhr

ab 12.03.2026, 11 Termine

Gymnastikhalle Eschbergschule,
Rostocker Str., 66121 Saarbrücken
(Eingang über Magdeburger Str. Wende-
hammer)

EUR 64,00

Zwecks Bezuschussung durch die Krankenkasse erhalten Sie auf Wunsch eine Teilnahmebescheinigung am Ende des Kurses vor Ort von der Dozentin.

Mittagskurs

Wirbelsäulengymnastik

Mit der Wirbelsäulengymnastik wird die Rumpfmuskulatur gestärkt und die Wirbelsäule stabilisiert.

● Kurs 2816

Anika Adam, M.A. Prävention und Gesundheitsmanagement

Di. 12:15 – 13:00 Uhr

ab 17.03.2026, 8 Termine

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 30,00

Pilates

Bitte zu allen Kursen eine Matte oder eine Decke mitbringen.

Abendkurs

Pilates

Ein achtsames Ganzkörpertraining, das auf Kräftigung, Flexibilität und Körperwahrnehmung ausgerichtet ist. Im Zentrum stehen die Stärkung der tieferliegenden Muskeln im Bauch, Rücken und Beckenboden. Die Pilates-Übungen helfen Ihnen, ein neues Körpergefühl zu entwickeln. Der Kurs richtet sich an Anfänger-

Innen und leicht Fortgeschrittene.

Der Kurs ist für Schwangere nicht geeignet.

● Kurs 2820

Waltraud Ewen, Pilates- und Yogalehrerin

Mo. 19:00 – 20:00 Uhr

ab 20.04.2026, 5 Termine

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance

EUR 28,00

● Kurs 2820A

Waltraud Ewen, Pilates- und Yogalehrerin

Mo. 19:00 – 20:00 Uhr

ab 01.06.2026, 7 Termine

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance

EUR 39,00



Online-Kurs

● Kurs 2820B

Waltraud Ewen, Pilates- und Yogalehrerin

Di. 20:00 – 21:00 Uhr

ab 07.04.2026, 5 Termine

online

EUR 28,00

Nachmittagskurs

Pilates

Der Pilateskurs bietet die perfekte Gelegenheit Körper und Geist in Einklang zu bringen. In diesem Kurs werden sanfte, aber effektive Übungen erlernt, um die Flexibilität zu steigern, die Muskulatur zu stärken und die Körperhaltung zu verbessern. Der Kurs eignet sich für AnfängerInnen als auch für Fortgeschrittene.

● Kurs 2821

Natalia Sommer, Pilatetrainerin

Do. 16:00 – 17:05 Uhr

ab 12.03.2026, 12 Termine

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 94,00

Abendkurs

Easy Pilates

Das Pilates-Training fordert Körper und Geist gleichermaßen heraus. Mit fließenden Bewegungen im Stand und am Boden werden Kraft und Flexibilität im Zusammenspiel trainiert. Die Körperhaltung wird verbessert, der Rumpf wird gestärkt, Atmung und Körperwahrnehmung werden geschult. Dieser Kurs ist für Schwangere sowie stark bewegungseingeschränkte Personen nicht geeignet.

● Kurs 2822

Elisabeth Graser, Pilatetrainerin

Di. 18:00 – 19:00 Uhr

ab 10.03.2026, 9 Termine

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance

EUR 63,00

● Kurs 2822A

Elisabeth Graser, Pilatetrainerin

Di. 18:00 – 19:00 Uhr

ab 26.05.2026, 8 Termine

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance

EUR 56,00

Abendkurs

Pilates – Mittelstufe

Das Pilates-Training fordert Körper und Geist gleichermaßen heraus. Mit fließenden Bewegungen im Stand und am Boden werden Kraft und Flexibilität im Zusammenspiel trainiert. Die Körperhaltung wird verbessert, der Rumpf wird gestärkt, Atmung und Körperwahrnehmung werden geschult. Dieser Kurs eignet sich für Personen, die den Kurs „Easy Pilates“ absolviert oder auf anderem Weg bereits Pilates-Erfahrung gesammelt haben. Der Kurs ist nicht für Schwangere geeignet.

● Kurs 2822B

Elisabeth Graser, Pilatetrainerin

Mi. 18:00 – 19:00 Uhr
ab 11.03.2026, 9 Termine
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
EUR 63,00

● **Kurs 2822C**

Elisabeth Graser, Pilatetrainerin

Mi. 18:00 – 19:00 Uhr
ab 27.05.2026, 8 Termine
vhs-Zentrum, Saal 01 EG
EUR 56,00

Abendkurs

Pilates

In sanften, langsamen Bewegungen und Dehnungen wird in der Pilates-Methode die Körpermuskulatur gestärkt und gleichzeitig entspannt. Es werden einfache, aber sehr wirkungsvolle Übungen für den Rücken, die Körperhaltung, das Gleichgewicht und die Bewegungskoordination angeboten.

● **Kurs 2823**

Patricia Schreiber, Pilatetrainerin

Di. 19:30 – 20:30 Uhr
ab 10.03.2026, 12 Termine
Gymnastikhalle Gemeinschaftsschule
Ludwigspark, Ziegelstraße 17,
66113 Saarbrücken (Rodenhof)
EUR 96,00

● **Kurs 2824**

Patricia Schreiber, Pilatetrainerin

Mi. 19:00 – 20:00 Uhr
ab 11.03.2026, 12 Termine
Gymnastikhalle Gemeinschaftsschule
Ludwigspark, Ziegelstraße 17,
66113 Saarbrücken (Rodenhof)
EUR 96,00

Fitness und Workout

Bitte zu allen Kursen eine Matte oder eine Decke mitbringen.

Abendkurs

Bodyforming

Ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining mit Hanteln, Therabändern, Redondobällen u. v. m. sorgt mit moderner rockiger Musik für Spaß und Motivation. Anschließend wird die beanspruchte Muskulatur gedehnt. Bodyforming ist an kein Altersklientel angelehnt, sodass Jung und Alt zusammen trainieren können.

● **Kurs 2825**

Christine Springer, ÜL Körperstyling-Sport zur Gewichtsreduktion und Übergewicht, ÜL Aerobic

Di. 20:00 – 21:00 Uhr
ab 10.03.2026, 14 Termine
Turnhalle Gymnasium am Schloss,
Spichererbergstr. 15, 66119 Saarbrücken
(Eingang über Talstraße Schulhof)
EUR 69,00

Abendkurs

Bodyfit

Dieser Kurs bietet ein abwechslungsreiches Training für den gesamten Körper zu ausgewählter Musik. Der Kurs ist offen für alle Altersgruppen, die Spaß an Bewegung haben. Der Kurs startet mit Aufwärmtraining, es folgen Stärkungsübungen für die Arm- und Beinmuskulatur und Übungen für Gleichgewicht und Koordination, Bodentraining zur Kräftigung der Rücken- und Bauchmuskulatur sowie abschließende Entspannungs- und Dehnungsübungen.

● **Kurs 2826**

Margit Schumacher

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 02.03.2026, 12 Termine
Gymnastikhalle Gemeinschaftsschule

Dozentinnen und Dozenten



ELISABETH GRASER

staatl. anerk. Sport- und Gymnastik-
lehrerin, B.A. Gesundheitsmanage-
ment

» Seit meiner Kindheit fasziniert mich der menschliche Körper in seinem Aufbau, in seinen Funktionen und in seinen Zusammenhängen. Auch hatte ich schon immer große Freude an Bewegung und Sport. Deshalb war mir früh klar, dass ich diese Themen zu meinem Beruf machen möchte. Seit über 20 Jahren arbeite ich bereits in der Gesundheits- und Fitnessbranche. Unter anderem begleite ich Menschen sowohl in der Gruppe als auch individuell auf ihrem Weg zu mehr Fitness, Gesundheit und ganzheitlichem Wohlbefinden. Meine besondere Leidenschaft gilt hierbei der Körperarbeit und dem Pilates Training. «

Ludwigspark, Ziegelstraße 17,
66113 Saarbrücken (Rodenhof)
EUR 92,00

● **Kurs 2827**

Margit Schumacher

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 04.03.2026, 12 Termine
Aula Ludwigsgymnasium, Stengelstr. 31,
66117 Saarbrücken
EUR 92,00

Nachmittagskurs

Fitmacher – Muskelschwung

In diesem Kurs wird das Gewebe gestrafft und die Kraftleistung verbessert. Ein gutes Muskelkorsett wird gebildet, das vor Verletzungen und Krankheiten schützt und einen präventiven Beitrag zur Gesundheit leistet.

● **Kurs 2828**

Marion Blank, Fitness-Fachwirtin

Mo. 17:30 – 18:30 Uhr
ab 09.03.2026, 10 Termine
Förderschule geistige Entwicklung,
Moselstr. 2 a, 66113 Saarbrücken
(Eingang über den Schulhof)
EUR 46,00

Wochenendkurs

Bauch, Beine, Po

Ein effektives Kräftigungstraining für Bauch, Beine und Po - ganz ohne Geräte. Mit gezielten Übungen wird die Muskulatur gestärkt und gestrafft, sowie die Körperhaltung und Mobilisation verbessert. Dieser Kurs ist für jedes Fitnesslevel geeignet.

● **Kurs 2829**

Sofie Peiler, M.A. Trainingswissenschaften und Sporternährung

Sa. 10:15 – 11:00 Uhr
ab 09.05.2026, 5 Termine

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 25,00

● **Kurs 2829A**

Sofie Peiler, M.A. Trainingswissenschaften und Sporternährung

Sa. 10:15 – 11:00 Uhr
ab 20.06.2026, 5 Termine
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,
Raum für gesunde Balance
EUR 25,00

Abendkurs

Zumba®

Zumba ist ein Ganzkörpertraining zu ausgewählter Musik mit bestimmter Choreografie, das Spaß macht und die Fettverbrennung anregt. Lateinamerikanische Tanzelemente verbinden sich mit Elementen aus der Aerobic, sie stammen u. a. aus dem Reggae, Salsa, Merengue, Mambo, Flamenco, Cha-Cha-Cha, Tango, Samba und Hip-Hop.

● **Kurs 2834**

Cécile Sujatha Amiot, Zumba-Instructorin

Mi. 18:15 – 19:15 Uhr
ab 11.03.2026, 7 Termine
Turnhalle Max-Ophüls-Schule (ehemals Rotenbergschule),
Schumannstr. 42, 66111 Saarbrücken
(Zugang über Parkstraße und Schulhof)
EUR 45,00

● **Kurs 2834A**

Cécile Sujatha Amiot, Zumba-Instructorin

Mi. 18:15 – 19:15 Uhr
ab 13.05.2026, 4 Termine
Turnhalle Max-Ophüls-Schule (ehemals Rotenbergschule),
Schumannstr. 42, 66111 Saarbrücken
(Zugang über Parkstraße und Schulhof)
EUR 26,00

Nachmittagskurs

Bollywood/Bhangra

Das Bollywood/Bhangra Workout ist ein Fitness-Programm mit indischen Tanzelementen, in welchem traditionelle Bhangra-Moves mit Bollywood-Bewegungen gemischt werden. Dieses spaßige Workout eignet sich für alle, die körperlich aktiv sein möchten und indische Musik lieben. Alter und Fitness-Level spielen keine Rolle.

● **Kurs 2835**

Cécile Sujatha Amiot, Masala Bhangra Trainerin

Mi. 17:00 – 18:00 Uhr
ab 11.03.2026, 7 Termine
Turnhalle Max-Ophüls-Schule (ehemals Rotenbergschule),
Schumannstr. 42, 66111 Saarbrücken
(Zugang über Parkstraße und Schulhof)
EUR 45,00

● **Kurs 2835A**

Cécile Sujatha Amiot, Masala Bhangra Trainerin

Mi. 17:00 – 18:00 Uhr
ab 13.05.2026, 7 Termine
Turnhalle Max-Ophüls-Schule (ehemals Rotenbergschule),
Schumannstr. 42, 66111 Saarbrücken
(Zugang über Parkstraße und Schulhof)
EUR 45,00

Abendkurs

Brazuca

Ausgewählte Schritte des brasilianischen Tanzes werden mit Cardio-Elementen kombiniert. Dabei werden insbesondere Beine, Bauch und Gesäß trainiert.

● **Kurs 2839**

Cécile Sujatha Amiot, Ritmo do Brazil Trainerin

Mi. 18:15 – 19:15 Uhr
ab 10.06.2026, 3 Termine

Turnhalle Max-Ophüls-Schule (ehemals Rotenbergschule),
Schumannstr. 42, 66111 Saarbrücken
(Zugang über Parkstraße und Schulhof)
EUR 20,00

Fitness im Wasser

Nachmittagskurs

Aquafit

Ein sanftes und abwechslungsreiches Training zur Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems und zur Verbesserung der Kondition, der Koordination und der Beweglichkeit. Die Muskulatur kann aufgebaut und der Gleichgewichtssinn verbessert werden. Das Wasser bietet eine Gelenkentlastung und gleichzeitig einen größeren Widerstand bei den Trainingseinheiten. Das Training findet im Flachwasser statt, die Übungen werden mit Kleingeräten durchgeführt.

● Kurs 2842

Udo Freidinger, Übungsleiter B-Fitness

Mo. 17:30 – 18:15 Uhr
ab 09.03.2026, 10 Termine
Schwimmbecken Grundschule Gersweiler
(Aschbachschule), Aschbachstr. 38,
66128 Saarbrücken
EUR 49,00

Abendkurs

● Kurs 2843

Udo Freidinger, Übungsleiter B-Fitness

Mo. 18:30 – 19:15 Uhr
ab 09.03.2026, 10 Termine
Schwimmbecken Grundschule Gersweiler
(Aschbachschule), Aschbachstr. 38,
66128 Saarbrücken
EUR 49,00

Outdoor

Nachmittagskurs

Nordic Walking

Nordic Walking ist ein gelenkschonender Sport, bei dem durch den rhythmischen Einsatz der Stöcke auch die Muskulatur des Oberkörpers trainiert wird. Nordic Walking erhöht Ausdauer und Kraft und löst Muskelverspannungen im Schulter-Nacken-Bereich und Rücken. Individuelle Korrekturen stehen ebenso im Mittelpunkt wie die Körperwahrnehmung und das Wohlbefinden.

Walking-Stöcke bitte mitbringen. Stöcke können im Einzelfall auch ausgeliehen werden.

● Kurs 2851

Susanne Anlauf, Dipl.-Sportlehrerin, Basic Instr. NW

Fr. 17:00 – 18:30 Uhr
ab 13.03.2026, 6 Termine
Parkplatz Waldhaus Meerwiesertalweg
EUR 72,00

Termine: 13.03., 20.03., 27.03., 03.04.,
24.04., 08.05.2026

Workshop

Lachyogawanderung

An bestimmten Stationen der Wanderung werden die Vorteile des Lachyoga mit frischer Luft und Sonnenschein verbunden. Stress wird abgebaut, das Immunsystem gekräftigt und eine positive Grundhaltung entwickelt. Auf diese Weise erhalten wir uns gesund und es gelingt, den Alltag mit zunehmender Heiterkeit besser zu bewältigen.

● Kurs 2852

Petra Hammer, Kursleiterin Lachyoga

Fr. 05.06.2026, 18:00 – 20:15 Uhr
Nordeingang des Deutsch-Französischen Gartens (Seite Calypso)
EUR 15,00

Dozentinnen und Dozenten



PATRICIA SCHREIBER
Pilatestrainerin

» Natur, gesunde Nahrung, Entspannung und Bewegung sind wichtige Komponenten in meinem Leben. So kam ich ganz natürlich zu der Pilates-Methode, die mir im Alltag Kraft, Energie, gleichzeitig auch Sicherheit und Ruhe bringt. In meinen Kursen biete ich ein Konzept an, das aus ausgewählten Übungsabläufen besteht. Geschmeidige und schonende Bewegungen bringen den ganzen Körper in eine schöne und gesunde Aufrichtung. Jede Stunde endet mit einer Entspannungssequenz, die wichtig ist, um die wohltuende Wirkung der Übungen sowohl körperlich wie auch geistig aufzunehmen. «

Selbstverteidigung/Gewaltprävention

Junge vhs

Selbstbehauptung für Kinder

6 – 10 Jahre

Es ist wichtig, dass Kinder wissen, wie sie sich selber schützen können, wenn sie alleine unterwegs sind. Das Selbstvertrauen des Kindes soll gestärkt und gefährliche Situationen erkannt werden. Einfache und effektive Techniken zur Abwehr werden vermittelt, gleichzeitig wird versucht, das Selbstwertgefühl zu steigern. Auch die Grenzen der Selbstverteidigung werden aufgezeigt.

● Kurs 2857

Udo Freidinger, Polizeibeamter i. R.

Mo. - Fr. 11:00 – 12:00 Uhr

ab 29.06.2026, 5 Termine

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 33,00

Kampfkunst

In Kooperation mit dem Sportverein
ShinZenBi Kampfkunst und Bewegungs-
formen e.V.

Abendkurs

Kyudo

Kyudo, wörtlich übersetzt der Weg des Bogens, ist die traditionelle Kunst des japanischen Bogenschießens, ein Erbe der Samurai. Ein Kyudoka schult Körper und Geist gleichzeitig. Durch traditionelle Bewegungsabläufe fördert er seine Konzentration, die Weiterentwicklung seiner Persönlichkeit und strebt nach einem ausgeglichenen Selbst.

● Kurs 2860

ShinZenBi e.V./Harald Rupprecht,

3. Dan Kyudo

Mo. 20:00 – 21:45 Uhr

ab 16.03.2026, 12 Termine

Joachim-Deckarm-Halle,
Halbergstr. 84 - 86, 66121 Saarbrücken
EUR 60,00

Tanzen

Nachmittagskurs

Line Dance für AnfängerInnen und NeueinsteigerInnen

Line Dance ist für alle geeignet und wird ohne TanzpartnerIn in Reihen getanzt. Alle tanzen eigenständig, aber gleichzeitig zusammen in der Gruppe. Es wird zu unterschiedlichen Musikstilen getanzt - von Country-Musik bis hin zu aktuellen Pop-songs. Die Tänze haben schnell erlernbare Schrittfolgen und sind für Interessierte ohne Tanzerfahrung bestens geeignet - für Jung und Alt.

● Kurs 2871

Christine Krieger, Trainerin für Line Dance

Fr. 17:00 – 18:00 Uhr

ab 13.03.2026, 5 Termine

Turnhalle Grundschule Rodenhof,

Ziegelstr. 35, 66113 Saarbrücken

(Zugang über Stadionweg)

EUR 38,00

● Kurs 2871A

Christine Krieger, Trainerin für Line Dance

Fr. 17:00 – 18:00 Uhr

ab 22.05.2026, 4 Termine

Turnhalle Grundschule Rodenhof,

Ziegelstr. 35, 66113 Saarbrücken

(Zugang über Stadionweg)

EUR 30,00

● Kurs 2871B

Christine Krieger, Trainerin für Line Dance

Fr. 17:00 – 18:00 Uhr

ab 21.08.2026, 6 Termine

Turnhalle Grundschule Rodenhof,

Ziegelstr. 35, 66113 Saarbrücken
(Zugang über Stadionweg)
EUR 45,00

● Kurs 2871C

Christine Krieger, Trainerin für Line Dance

Fr. 18:00 – 19:00 Uhr

ab 13.03.2026, 5 Termine

Turnhalle Grundschule Rodenhof,

Ziegelstr. 35, 66113 Saarbrücken

(Zugang über Stadionweg)

EUR 38,00

● Kurs 2871D

Christine Krieger, Trainerin für Line Dance

Fr. 18:00 – 19:00 Uhr

ab 22.05.2026, 4 Termine

Turnhalle Grundschule Rodenhof,

Ziegelstr. 35, 66113 Saarbrücken

(Zugang über Stadionweg)

EUR 30,00

● Kurs 2871E

Christine Krieger, Trainerin für Line Dance

Fr. 18:00 – 19:00 Uhr

ab 21.08.2026, 6 Termine

Turnhalle Grundschule Rodenhof,

Ziegelstr. 35, 66113 Saarbrücken

(Zugang über Stadionweg)

EUR 45,00

Abendkurs

Line Dance für Beginner II (Vorkenntnisse unbedingt erforderlich)

Line Dance ist eine choreografierte Tanzform, bei der einzelne TänzerInnen unabhängig von der Geschlechtszugehörigkeit in Reihen und Linien vor- und nebeneinander tanzen. Die Tänze sind passend zur Musik choreografiert, die meist aus den Kategorien Country und Pop stammt.

● Kurs 2872

Christine Krieger, Trainerin für Line Dance

Fr. 19:00 – 20:00 Uhr
 ab 13.03.2026, 9 Termine
 Turnhalle Grundschule Rodenhof,
 Ziegelstr. 35, 66113 Saarbrücken
 (Zugang über Stadionweg)
 EUR 68,00

● Kurs 2872A

Christine Krieger, Trainerin für Line Dance

Fr. 19:00 – 20:00 Uhr
 ab 21.08.2026, 6 Termine
 Turnhalle Grundschule Rodenhof,
 Ziegelstr. 35, 66113 Saarbrücken
 (Zugang über Stadionweg)
 EUR 45,00

Abendkurs

Line Dance für Fortgeschrittene

Kenntnisse der Line-Dance-Schritte sind für diesen Kurs erforderlich, es sollten mehrere AnfängerInnenkurse besucht worden sein. Tänze Beginner/Improver mit Restart und Tags/Brücken.

● Kurs 2873

Christine Krieger, Trainerin für Line Dance

Fr. 20:00 – 21:00 Uhr
 ab 13.03.2026, 5 Termine
 Turnhalle Grundschule Rodenhof,
 Ziegelstr. 35, 66113 Saarbrücken
 (Zugang über Stadionweg)
 EUR 38,00

● Kurs 2873A

Christine Krieger, Trainerin für Line Dance

Fr. 20:00 – 21:00 Uhr
 ab 22.05.2026, 4 Termine
 Turnhalle Grundschule Rodenhof,
 Ziegelstr. 35, 66113 Saarbrücken
 (Zugang über Stadionweg)
 EUR 30,00

● Kurs 2873B

Christine Krieger, Trainerin für Line Dance

Fr. 20:00 – 21:00 Uhr

ab 21.08.2026, 6 Termine
 Turnhalle Grundschule Rodenhof,
 Ziegelstr. 35, 66113 Saarbrücken
 (Zugang über Stadionweg)
 EUR 45,00

Abendkurs

Line Dance – Beginner-Kurs

Beim Line Dance tanzt man eigenständig, aber gleichzeitig zusammen in der Gruppe. Wir lernen Beginner-Tänze mit Country- und Pop-Musik. Dieser Kurs ist geeignet für AnfängerInnen, WiedereinsteigerInnen oder für TeilnehmerInnen mit geringen Vorkenntnissen.

● Kurs 2874

Mi-Hyon Choe, zertifizierte Trainerin für Line Dance/SLT geprüft im Modul 19-Line Dance

Mi. 19:00 – 20:00 Uhr
 ab 11.03.2026, 4 Termine
 Gymnastikhalle Eschbergschule,
 Rostocker Str., 66121 Saarbrücken
 (Eingang über Magdeburger Str. Wende-
 hammer)
 EUR 24,00

● Kurs 2874A

Mi-Hyon Choe, zertifizierte Trainerin für Line Dance/SLT geprüft im Modul 19-Line Dance

Do. 19:00 – 20:00 Uhr
 ab 12.03.2026, 4 Termine
 Gymnastikhalle Eschbergschule,
 Rostocker Str., 66121 Saarbrücken
 (Eingang über Magdeburger Str. Wende-
 hammer)
 EUR 24,00

● Kurs 2874B

Mi-Hyon Choe, zertifizierte Trainerin für Line Dance/SLT geprüft im Modul 19-Line Dance

Mi. 19:00 – 20:00 Uhr

Dozentinnen und Dozenten



CÉCILE AMIOT

zert. Zumba-Instructorin

» Meine Leidenschaft zum Tanzen habe ich bereits im Teenie-Alter entdeckt. Ich besuchte verschiedene Kurse wie Hip-Hop, Jazz-Dance, Afro, Samba No Pé und auch indischen Tanz. Mit der Zeit ist mein Interesse selbst zu unterrichten immer größer geworden. Und so freue ich mich sehr, dass es möglich geworden ist, eigene Kurse bei der vhs Regionalverband anbieten zu können. Ich arbeite als Krankenschwester und der stressige Alltag ist nicht einfach – umso mehr freue ich mich auf diesen Ausgleich. Denn der Ausgleich durch das Tanzen in der Gruppe ist für den Körper und die Seele gut, für mich und auch für die TeilnehmerInnen. «

ab 22.04.2026, 8 Termine
Gymnastikhalle Eschbergschule,
Rostocker Str., 66121 Saarbrücken
(Eingang über Magdeburger Str. Wende-
hammer)
EUR 48,00

● Kurs 2874C

**Mi-Hyon Choe, zertifizierte Trainerin für
Line Dance/SLT geprüft im Modul 19-Line
Dance**

Do. 19:00 – 20:00 Uhr
ab 23.04.2026, 7 Termine
Gymnastikhalle Eschbergschule,
Rostocker Str., 66121 Saarbrücken
(Eingang über Magdeburger Str. Wende-
hammer)
EUR 42,00

Abendkurs

**Line Dance High Beginner-Kurs
(mit Vorkenntnissen)**

Bereits erlernte Tänze und Grundschriffe
werden wiederholt und vertieft. Neue
Beginner- bis leichte Improver-Tänze
erweitern und festigen die vorhandenen
Tanzkenntnisse. Dieser Kurs ist nicht
geeignet für AnfängerInnen.

● Kurs 2874D

**Mi-Hyon Choe, zertifizierte Trainerin für
Line Dance/SLT geprüft im Modul 19-Line
Dance**

Mi. 20:00 – 21:00 Uhr
ab 11.03.2026, 12 Termine
Gymnastikhalle Eschbergschule,
Rostocker Str., 66121 Saarbrücken
(Eingang über Magdeburger Str. Wende-
hammer)
EUR 76,00

Nachmittagskurs

Steptanz für AnfängerInnen

Über sichere Grundschriffe und verschie-
dene Kombinationen bis zur vollständigen

Choreografie erlernen Sie die notwendigen
Grundkenntnisse. Ziel des Unterrichtes ist
es, Ihnen zu ermöglichen, zu jeder Musik
steppen zu können.

*Bitte feste Schuhe mit glatter Sohle (am
besten mit Ledersohle, keine Turnschuhe),
bequeme Kleidung und die Bereitschaft
zum Lachen mitbringen.*

● Kurs 2875

Frank Schreiner

Mo. 17:30 – 19:00 Uhr
ab 16.03.2026, 12 Termine
TGBBZ 2, Aula, Am Mügelsberg 1,
66111 Saarbrücken
EUR 76,00

Nachmittagskurs

Steptanz Mittelstufe

Der Wiedereinstiegskurs, falls Sie schon
einmal gesteppt haben. Etwa 2 Jahre
Erfahrung sollten Sie mitbringen. Über
Grundschriffe und Kombinationen wer-
den Choreografien erarbeitet. Der erste
Einstieg in Improvisationen führt uns
gemeinsam auf ein höheres Level.

*Bitte feste Schuhe mit glatter Sohle (am
besten mit Ledersohle, keine Turnschuhe),
bequeme Kleidung und die Bereitschaft
zum Lachen mitbringen.*

● Kurs 2875A

Frank Schreiner

Di. 17:30 – 19:00 Uhr
ab 10.03.2026, 12 Termine
TGBBZ 2, Aula, Am Mügelsberg 1,
66111 Saarbrücken
EUR 76,00

Abendkurs

Steptanz für Fortgeschrittene

Im Fokus liegt die Entwicklung der
persönlichen Möglichkeiten, sich im
Steptanz auszudrücken. Hierzu sollte
bereits mehrere Jahre gesteppt sowie die
Grundschriffe und wichtigsten Kombina-

tionen beherrscht werden. Improvisati-
onsübungen, das Spiel mit der Lautstärke
und der Akzentuierung ermöglichen es,
jederzeit zu jeder Musik steppen zu
können. Bereits gelernte Choreografien
werden wiederholt und ebenso neue
erarbeitet.

● Kurs 2876

Frank Schreiner

Di. 19:00 – 20:30 Uhr
ab 10.03.2026, 12 Termine
TGBBZ 2, Aula, Am Mügelsberg 1,
66111 Saarbrücken
EUR 76,00

In Kooperation mit dem Saar 05 Tanzsport
e.V.

Wochenendkurs

**Tanzkurs Standard/Latein für
AnfängerInnen und
WiedereinsteigerInnen**

Tanzen macht jede Menge Spaß und Er-
folge lassen nicht lange auf sich warten.
Die Grundschriffe und erste Figuren von
Tänzen wie Walzer, Foxtrott, Tango, Rum-
ba, Cha-Cha-Cha, Jive sowie Freude an der
Bewegung werden vermittelt.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die
Teilnahme ist mit oder ohne Tanzpartne-
rIn möglich.

● Kurs 2877

**Saar 05 Tanzsport e.V./Marianna Margo-
lina, Trainerin C Leistungssport Standard,
Trainerin C Breitensport, Übungsleiterin B
Prävention**

So. 18:00 – 19:00 Uhr
ab 12.04.2026, 5 Termine
Clubheim SV Saar 05 Tanzsport e.V.,
Straße des 13. Januar 10,
66121 Saarbrücken
EUR 48,00

● **Kurs 2877A**

Saar 05 Tanzsport e.V./Marianna Margolina, Trainerin C Leistungssport Standard, Trainerin C Breitensport, Übungsleiterin B Prävention

So. 18:00 – 19:00 Uhr
ab 31.05.2026, 5 Termine
Clubheim SV Saar 05 Tanzsport e.V.,
Straße des 13. Januar 10,
66121 Saarbrücken
EUR 48,00

Wochenendkurs**Disco Fox für WiedereinsteigerInnen/ Mittelstufe**

Ganz egal, ob auf einem Ball, einer Party oder einfach in der Disco – man kann Disco Fox auf fast jede Musik tanzen! In diesem Grundkurs werden Grundfiguren sowie erste Schrittfolgen erlernt und eingeübt. Die Teilnahme ist mit oder ohne TanzpartnerIn möglich.

● **Kurs 2878**

Saar 05 Tanzsport e.V./Marianna Margolina, Trainerin C Leistungssport Standard, Trainerin C Breitensport, Übungsleiterin B Prävention

So. 16:00 – 17:00 Uhr
ab 12.04.2026, 5 Termine
Clubheim SV Saar 05 Tanzsport e.V.,
Straße des 13. Januar 10,
66121 Saarbrücken
EUR 48,00

● **Kurs 2878A**

Saar 05 Tanzsport e.V./Marianna Margolina, Trainerin C Leistungssport Standard, Trainerin C Breitensport, Übungsleiterin B Prävention

So. 16:00 – 17:00 Uhr
ab 31.05.2026, 5 Termine
Clubheim SV Saar 05 Tanzsport e.V.,

Straße des 13. Januar 10,
66121 Saarbrücken
EUR 48,00

Wochenendkurs**Latin Style – Tanzen ohne TanzpartnerIn für AnfängerInnen und WiedereinsteigerInnen**

Haben Sie Lust auf Urlaubsstimmung bei Salsa oder Bachata? Oder auf romantische Rumba, wilden Jive oder Karnevalsstimmung bei Samba? Beim Latin Style Kurs finden alle etwas für ihr Herz. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – ob AnfängerInnen oder Fortgeschrittene – Spaß in den schönen Fuß- und Armbewegungen ist für alle garantiert!

● **Kurs 2879**

Saar 05 Tanzsport e.V./Oksana Panasiuk, Trainerin Leistungssport

So. 12:00 – 13:00 Uhr
ab 12.04.2026, 5 Termine
Clubheim SV Saar 05 Tanzsport e.V.,
Straße des 13. Januar 10,
66121 Saarbrücken
EUR 48,00

● **Kurs 2879A**

Saar 05 Tanzsport e.V./Oksana Panasiuk, Trainerin Leistungssport

So. 12:00 – 13:00 Uhr
ab 31.05.2026, 5 Termine
Clubheim SV Saar 05 Tanzsport e.V.,
Straße des 13. Januar 10,
66121 Saarbrücken
EUR 48,00

Wochenendkurs**West Coast Swing für AnfängerInnen und WiedereinsteigerInnen**

West Coast Swing ist einer der beliebtesten Party-Paar-Tänze und wird mittlerweile in der ganzen Welt getanzt. Die Schritte und Schrittabfolgen sind leicht zu lernen

Dozentinnen und Dozenten

FRANK SCHREINER
Kursleiter in unseren
Steptanzkursen

» Der eigene Körper wird zum Musikinstrument, die Füße zum Schlagzeug und man fühlt intensiv den Rhythmus der Musik. Die Freude an Bewegung, Humor, etwas Rhythmus- und vielleicht Balancegefühl schon sind die wesentlichen Voraussetzungen erfüllt, um Spaß am Steptanz zu haben. Begonnen habe ich an eben der vhs, wo ich heute unterrichte. Ich bildete mich bei vielen Workshops mit TänzerInnen aus den verschiedensten Ländern fort und entwickelte daraus meine Art zu tanzen. So ist auch das Ziel meines Unterrichts, dass die TeilnehmerInnen lernen, auf ihre Art und Weise zu steppen. Der Weg dorthin führt über Grundschrte, Choreografien und jede Menge Spaß letztendlich zur hohen Kunst der Improvisation. «

und machen gerade deswegen viel Spaß. Auch EinzelteilnehmerInnen sind herzlich willkommen, da Partnerwechsel vorgesehen ist und niemand lange allein bleibt. Getanzt wird zu beliebten modernen Pop-/Schlager Songs.

● Kurs 2880

Saar 05 Tanzsport e. V./Oliver Reichardt, Trainer C Breitensport

Sa. 17:00 – 18:00 Uhr
ab 11.04.2026, 5 Termine
Clubheim SV Saar 05 Tanzsport e. V.,
Straße des 13. Januar 10,
66121 Saarbrücken
EUR 48,00

● Kurs 2880A

Saar 05 Tanzsport e. V./Oliver Reichardt, Trainer C Breitensport

Sa. 17:00 – 18:00 Uhr
ab 30.05.2026, 5 Termine
Clubheim SV Saar 05 Tanzsport e. V.,
Straße des 13. Januar 10,
66121 Saarbrücken
EUR 48,00

Wochenendkurs

Salsa, Bachata, Kizomba für AnfängerInnen und WiedereinsteigerInnen

Dieser Kurs ist ein idealer Einstieg in die Welt der Latin-Tänze, grundlegende Schritte, rhythmische Bewegungen und erste Figuren aus Salsa, Bachata und Kizomba stehen im Fokus. Alles wird leicht verständlich und Schritt für Schritt vermittelt – für ein sicheres Gefühl auf der Tanzfläche und jede Menge Spaß an Bewegung und Musik. Teilnahme mit und ohne TanzpartnerIn möglich.

● Kurs 2880B

Saar 05 Tanzsport e. V./Oliver Reichardt, Trainer C Breitensport

Sa. 18:00 – 19:00 Uhr

ab 11.04.2026, 5 Termine
Clubheim SV Saar 05 Tanzsport e. V.,
Straße des 13. Januar 10,
66121 Saarbrücken
EUR 48,00

● Kurs 2880C

Saar 05 Tanzsport e. V./Oliver Reichardt, Trainer C Breitensport

Sa. 18:00 – 19:00 Uhr
ab 30.05.2026, 5 Termine
Clubheim SV Saar 05 Tanzsport e. V.,
Straße des 13. Januar 10,
66121 Saarbrücken
EUR 48,00

Junge vhs

Dance Mix Kids – Tänzerische Früherziehung Standard/Latein

🌟 4 – 6 Jahre

Dieser Kurs kombiniert spielerisch tänzerische Früherziehung mit ersten Schritten aus Standard- und Lateintänzen. Die Kinder lernen Rhythmusgefühl, Koordination und Körperbewusstsein – kindgerecht, kreativ, mit viel Spaß an Bewegung, Musik und Lachen.

● Kurs 2880D

Saar 05 Tanzsport e. V./Oliver Reichardt, Trainer C Breitensport

Do. 16:30 – 17:30 Uhr
ab 23.04.2026, 5 Termine
Clubheim SV Saar 05 Tanzsport e. V.,
Straße des 13. Januar 10,
66121 Saarbrücken
EUR 48,00

● Kurs 2880E

Saar 05 Tanzsport e. V./Oliver Reichardt, Trainer C Breitensport

Do. 16:30 – 17:30 Uhr
ab 11.06.2026, 5 Termine
Clubheim SV Saar 05 Tanzsport e. V.,

Straße des 13. Januar 10,
66121 Saarbrücken
EUR 48,00

Wochenendkurs

Tango Argentino für AnfängerInnen

Es stehen wichtige Grundschriffe und Grundbewegungen wie „Ochos“ und Drehungen als notwendige Bausteine des Tango Argentino im Mittelpunkt. Im Weiteren wird auch die Rollenverteilung zwischen führen und folgen sowie das Empfinden der Musik und des Rhythmus in diesem Kurs fokussiert.

Der genussvolle Tanz mit PartnerIn in Harmonie mit der Musik und den anderen TänzerInnen im Salon steht im Vordergrund.

● Kurs 2881

Guillermo Böttcher, zert. Tangolehrer/ Silvina Böttcher, zert. Tangolehrerin

Sa. 21.03.2026, 15:00 – 17:00 Uhr
So. 22.03.2026, 15:00 – 17:00 Uhr
Pyramide, Försterstraße 12 a,
66111 Saarbrücken
EUR 63,00 (für Paare EUR 102,00)

● Kurs 2881A

Guillermo Böttcher, zert. Tangolehrer/ Silvina Böttcher, zert. Tangolehrerin

Sa. 25.04.2026, 15:00 – 17:00 Uhr
So. 26.04.2026, 15:00 – 17:00 Uhr
Pyramide, Försterstraße 12 a,
66111 Saarbrücken
EUR 63,00 (für Paare EUR 102,00)

● Kurs 2881B

Guillermo Böttcher, zert. Tangolehrer/ Silvina Böttcher, zert. Tangolehrerin

Sa. 09.05.2026, 15:00 – 17:00 Uhr
So. 10.05.2026, 15:00 – 17:00 Uhr
Pyramide, Försterstraße 12 a,
66111 Saarbrücken
EUR 63,00 (für Paare EUR 102,00)

● **Kurs 2881C**

**Guillermo Böttcher, zert. Tangolehrer/
Silvina Böttcher, zert. Tangolehrerin**

Sa. 13.06.2026, 15:00 – 17:00 Uhr

So. 14.06.2026, 15:00 – 17:00 Uhr

Pyramide, Försterstraße 12 a,

66111 Saarbrücken

EUR 63,00 (für Paare EUR 102,00)

Junge vhs

Kreativer Kindertanz – ein fantastischer Einstieg in die Welt des Tanzes

✶ 3 – 5 Jahre

Spielerisch und kindgerecht wird in die Welt des Tanzes eingeführt. Mit Vorstellungsbildern, Material, Rhythmus und Musik wird die Fantasie der Kinder angeregt und ihr Bewegungsdrang gefördert.

● **Kurs 2883**

Eva Lajko, staatl. gepr. Tanzpädagogin

Fr. 15:00 – 15:45 Uhr

ab 13.03.2026, 10 Termine

Movimento, Dudweiler Landstr. 141,

3. Etage, 66123 Saarbrücken

EUR 70,00

Junge vhs

Kreativer Kindertanz – die Welt des Tanzes erleben

✶ 6 – 8 Jahre

In diesem Kurs erleben die Kinder die Welt des Tanzes über alle Sinne. Mit Vorstellungsbildern, Material, Rhythmus und Musik wird die Fantasie der Kinder angeregt, ihr Bewegungsdrang gefördert und ihre sinnliche Wahrnehmung angeregt. Spielerisch entwickeln die Kinder alleine, zu zweit und in der Gruppe ihr kreatives tänzerisches Potential.

● **Kurs 2883A**

Eva Lajko, staatl. gepr. Tanzpädagogin

Fr. 16:00 – 17:00 Uhr

ab 13.03.2026, 10 Termine

Movimento, Dudweiler Landstr. 141,

3. Etage, 66123 Saarbrücken

EUR 85,00

Junge vhs

Kreativer Kindertanz – vom Erleben zum Ausdruck

✶ 9 – 12 Jahre

Mit Tanz, Ausdruck und Bewegung werden Geschichten erzählt. Mit Vorstellungsbildern, Material, Rhythmus und Musik wird die Fantasie der Kinder angeregt, ihr Bewegungsdrang gefördert und ihre sinnliche Wahrnehmung angeregt. Spielerisch entwickeln die Kinder alleine, zu zweit und in der Gruppe ihr kreatives tänzerisches Potenzial, welches sie in einer Tanzgeschichte präsentieren werden.

● **Kurs 2883B**

Eva Lajko, staatl. gepr. Tanzpädagogin

Fr. 17:00 – 18:15 Uhr

ab 13.03.2026, 10 Termine

Movimento, Dudweiler Landstr. 141,

3. Etage, 66123 Saarbrücken

EUR 100,00



VORTRAGSREIHE | INFOABENDE

Medizin im Dialog: Expertise vom Winterberg

- **Gut aufgehoben im Darmkrebszentrum**
Do. 12.03.2026 | Kursnr. 2720 | vhs-Zentrum, Saal 3 OG
- **Wechseljahre und ihre Begleiterscheinungen**
Mi. 25.03.2026 | Kursnr. 2721 | Stadtbibliothek Saarbrücken
- **Parkinson verstehen**
Mi. 15.04.2026 | Kursnr. 2722 | Stadtbibliothek Saarbrücken
- **Longevity: Lifestyle oder gesundes Altern mit Lebensqualität?**
Do. 07.05.2026 | Kursnr. 2723 | vhs-Zentrum, Saal 3 OG
- **Zufallsbefund erhöhter Leberwert – was ist zu tun?**
Mi. 10.06.2026 | Kursnr. 2724 | Stadtbibliothek Saarbrücken

Die Veranstaltungen beginnen um 18:00 Uhr und sind gebührenfrei.

Anmeldung erforderlich unter:
www.vhs-saarbruecken.de oder
nicole.naumann@rvsbr.de

In Kooperation mit dem Klinikum Saarbrücken
und der Stadtbibliothek Saarbrücken

Klinikum Saarbrücken
DER WINTERBERG 

stadt
bibliothek
saarbrücken

vhs 
Volkshochschule
Regionalverband Saarbrücken


REGIONALVERBAND
SAARBRÜCKEN

Beratung und Information



Anika Adam
Pädagogische Mitarbeiterin
Altes Rathaus, Zi. 22
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4333
Fax 0681 506-4390
anika.adam@rvsbr.de

Anmeldung und Service



Sabine Ickler
Sachbearbeiterin
Altes Rathaus, Zi. 1
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4319
Fax 0681 506-4390
sabine.ickler@rvsbr.de

Ernährung, Kochen

Der Schwerpunkt der Ernährungs- und Kochkurse liegt in der Vermittlung und dem Kennenlernen der Grundlagen einer gesundheitsbewussten und ausgewogenen Ernährung. Spezifische Kochkurse ermöglichen es, die Vielfalt der saisonalen Lebensmittel kennenzulernen und einen Einblick in aktuelle Ernährungstrends zu erhalten.

Unsere Kochkurse bieten Grundwissen in Ernährung und Gesundheit und decken zusätzlich Ernährungstrends ab. Sie reisen in unseren Kursen in andere Länder und deren Küchen über Afrika in die Türkei, Indien, Korea, Thailand bis nach China und lernen die landesspezifischen Essgewohnheiten kennen.

In diesem Semester wird verstärkt auf das Meal-Prep zum Frühstück und Mittagessen eingegangen. Kinder und Jugendliche können bei speziellen Koch- und Backkursen kreativ werden. Abgerundet wird das bunte Angebot mit einer Kräuterwanderung und der beliebten Hofführung auf dem Wintringer Hof.

Die verwendeten Lebensmittel sind überwiegend fair gehandelt und stammen je nach Möglichkeit aus regionalem und/oder biologischem Anbau.



ERNÄHRUNG UND KOCHEN

Hinweis:

Bei allen Kochkursen gilt die Gebühr immer inklusive der Kosten für die verwendeten Lebensmittel. Sie richtet sich nach den verwendeten Produkten. Die angegebenen Lebensmittelkosten können je nach Produktvielfalt variieren.

Wir empfehlen Ihnen, in den Kursen eine Schürze zu tragen und bitten Sie darum, Geschirrtücher mitzubringen. Zur Mitnahme nicht verzehrter Speisen können Sie gerne entsprechende Behälter bereithalten.

Sollten Sie unter Allergien oder Lebensmittelunverträglichkeiten leiden, bitten wir Sie uns diese bei Ihrer Anmeldung mitzuteilen, sodass im Kochkurs darauf eingegangen werden kann.

Sollten Sie einen Termin nicht wahrnehmen können, müssen Sie sich bis zwei Arbeitstage (mo - fr) vor Kursbeginn abmelden, damit die DozentInnen dies beim Einkauf der Getränke und Lebensmittel berücksichtigen können. Andernfalls sind Sie verpflichtet, die Kosten der für Sie eingekauften Getränke und Lebensmittel zu entrichten. Bitte beachten Sie hierzu auch die Angaben in unseren AGBs.

Grundwissen Ernährung und Gesundheit

Abendkurs

Heimische Superfoods – regional, saisonal, genial

Superfood muss nicht aus fernen Ländern kommen - auch unsere heimischen Obst-, Gemüse-, und Getreidesorten stecken voller wertvoller Nährstoffe. In diesem

Kurs entdecken Sie, welche Superfoods vor unserer Haustür auf uns warten und wie man sie lecker zubereitet.

● Kurs 2901

Julene Glatz Lopez de Gereño, Diätassistentin

Mo. 30.03.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 33,00 (inkl. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

● Kurs 2901A

Julene Glatz Lopez de Gereño, Diätassistentin

Di. 02.06.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 33,00 (inkl. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

Ernährungstrends

Abendkurs

Meal Prep zum Frühstück – Flink und gesund Vorkochen

Gesunde Ernährung trotz eines stressigen Alltags? Das geht! In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie mit ein wenig Vorbereitung nährstoffreiche und leckere Gerichte für mehrere Tage vorbereiten können. Ideal für Berufstätige, Familien oder alle, die Zeit sparen und gleichzeitig ihrem Körper etwas Gutes tun wollen.

● Kurs 2903

Julene Glatz Lopez de Gereño, Diätassistentin

Mi. 22.04.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 30,00 (inkl. EUR 12,00 Lebensmittelkosten)

● Kurs 2903A

Julene Glatz Lopez de Gereño, Diätassistentin

Do. 21.05.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 30,00 (inkl. EUR 12,00 Lebensmittelkosten)

Abendkurs

Meal Prep zum Mittag – Flink und gesund Vorkochen

Gesunde Ernährung trotz eines stressigen Alltags? Das geht! In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie mit ein wenig Vorbereitung nährstoffreiche und leckere Gerichte für mehrere Tage vorbereiten können. Ideal für Berufstätige, Familien oder alle, die Zeit sparen und gleichzeitig ihrem Körper etwas Gutes tun wollen.

● Kurs 2904

Julene Glatz Lopez de Gereño, Diätassistentin

Mi. 29.04.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 33,00 (inkl. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

● Kurs 2904A

Julene Glatz Lopez de Gereño, Diätassistentin

Mi. 27.05.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 33,00 (inkl. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

Junge vhs

Junge vhs

Pizzameister-Backkurs

✶ ab 6 Jahren

Gemeinsam rollen wir unseren Pizzateig aus, bereiten eine leckere Soße zu und belegen unsere Pizza mit allem, was gut schmeckt - Wurst, Käse oder Gemüse. Jedes Kind belegt sich seine Pizza, wie es diese gerne haben möchte.

● Kurs 2907

Orchelle Rodrigue Theresa Happi

Do. 07.05.2026, 17:00 – 20:00 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken

EUR 32,00 (inkl. EUR 13,00 Lebensmittelkosten)

Andere Länder, andere Küchen – regional

Abendkurs

Vegetarische Hausmannskost – deftig & vielseitig

In diesem Kurs bereiten wir klassische Lieblingsgerichte neu interpretiert ganz ohne Fleisch zu. Nach einem kurzen Theorieteil über die Basics einer ausgewogenen und pflanzlich betonten Ernährung geht es direkt an die Töpfe. Gemeinsam kochen wir abwechslungsreiche und leckere Gerichte.

● Kurs 2909

**Julene Glatz Lopez de Gereño,
Diätassistentin**

Di. 24.03.2026, 18:00 – 22:00 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken

EUR 33,00 (inkl. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

● Kurs 2909A

**Julene Glatz Lopez de Gereño,
Diätassistentin**

Di. 09.06.2026, 18:00 – 22:00 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 33,00 (inkl. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

Andere Länder, andere Küchen – Frankreich

Mediathek

In Kooperation mit dem Ministerium für
Umwelt, Klima, Mobilität, Agrar und
Verbraucherschutz



Online-Kurs

Léa Linster: Deutschland küsst Frankreich

Léa Linster ist seit Jahrzehnten Luxemburgs erfolgreiche Gourmet-Botschafterin. Ihre Leidenschaft fürs Kochen und die Liebe zu den Gästen entwickelte sie schon während ihrer Kindheit. 1989 gewann sie – als bis heute einzige Frau – den „Bocuse d’Or“, die „Weltmeisterschaft der Köche“. Ihr Sternerestaurant übergab sie 2019 an ihren Sohn Louis Linster.

Nach der Pflicht genießt Léa Linster nun die Kür. Sie erfreut sich an den Gästen ihres Boutique-Café in Luxemburg-Stadt und ist weiterhin medial aktiv. Im Mai 2024 erschien ihr 20. Kochbuch: „Deutschland küsst Frankreich“. Meine liebsten Rezepte aus beiden Ländern.“ Lassen Sie sich entführen in die kulinarische Welt der deutschfranzösischen Freundschaft ohne Grenzen, mit großartigen kulinarischen Hochgenüssen!

● Kurs 2912

Léa Linster/Brigitte Gode

Dozentinnen und Dozenten



**JULENE GLATZ LOPEZ
DE GEREÑO**
Diätassistentin

» Kochen spielt in meinem Leben eine große Rolle – sowohl beruflich als auch privat. Als ausgebildete Diätassistentin und Studentin der Ernährungsmedizin beschäftige ich mich täglich mit dem Thema Ernährung, doch meine größte Leidenschaft ist das Kochen selbst. Ich liebe es, Rezepte auszuprobieren, Aromen aus aller Welt zu kombinieren und mich kreativ auszutoben. In meinen Kochkursen möchte ich genau das vermitteln – die Freude am Entdecken, am bewussten Umgang mit Lebensmitteln und am gemeinsamen Genießen. Dabei lege ich Wert auf alltagstaugliche, ausgewogene und vor allem geschmackvolle Rezepte. <<

ab Mo. 09.03.2026

online

gebührenfrei

Nach der Anmeldung erhalten Sie den Veranstaltungslink, um sich den Vortrag anzuschauen.

Andere Länder, andere Küchen – Asien

Abendkurs

Koreanische Küche – Streetfood

Wir bereiten die beliebten Korean Popcorn Chicken mit Bio-Hähnchen zu.

● Kurs 2917

Jung-Yeun Lee

Mi. 06.05.2026, 18:00 – 22:00 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche, Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 36,00 (inkl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

Abendkurs

Koreanische Küche – vegetarisch

Wir bereiten im Sommer beliebte Nudelgerichte zu.

● Kurs 2917A

Jung-Yeun Lee

Mi. 10.06.2026, 18:00 – 22:00 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche, Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 36,00 (inkl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

Abendkurs

Entdecken Sie die Aromen Thailands!

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der thailändischen Küche! In unserem Kochkurs lernen Sie unter Anleitung erfahrener Köche, wie man authentische Gerichte wie Pad Thai und Tom Yum zubereitet. Erfahren Sie mehr über die Verwendung frischer Zutaten und Gewürze, während Sie praktische Kochtechniken

erlernen. Am Ende des Kurses genießen Sie Ihre selbst zubereiteten Speisen in geselliger Runde und erhalten ein Rezeptheft, um die Köstlichkeiten auch zu Hause nachzukochen. Erleben Sie ein unvergessliches kulinarisches Abenteuer.

● Kurs 2918

Aphaphan Nantasuk

Fr. 27.03.2026, 18:00 – 21:45 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche, Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 38,00 (inkl. EUR 20,00 Lebensmittelkosten)

Abendkurs

Som Tam & Yam Saep

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der thailändischen Küche! In unserem Kochkurs lernen Sie unter Anleitung erfahrener Köche, wie authentische Gerichte und Sommersalate mit Papaya, Chili und Limette zubereitet werden. Kräuter verleihen den Gerichten einen intensiven, würzigen Geschmack.

● Kurs 2918A

Aphaphan Nantasuk

Fr. 12.06.2026, 18:00 – 21:45 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche, Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 38,00 (inkl. EUR 20,00 Lebensmittelkosten)

Abendkurs

Indische Küche – vegetarisch

In diesem Kurs lernen Sie die Vorzüge vegetarisch-ayurvedischer Ernährungsweisen kennen. Die Kursleiterin stellt eigene Kochkreationen vor: Indisch-vegetarische/vegane und auch europäische Gerichte indisch verfeinert; mit Gemüse, Nudeln, Reis, indischem Fladenbrot und Naan.

● Kurs 2919

Ratna Brokate, Hobbyköchin

Mi. 01.04.2026, 18:00 – 22:00 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche, Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 36,00 (inkl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

● Kurs 2919A

Ratna Brokate, Hobbyköchin

Mi. 20.05.2026, 18:00 – 22:00 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche, Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 36,00 (inkl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

Abendkurs

Echte chinesische Hausmannskost – schnelle Küche

Leicht, lecker und gesund! Zu Hause kochen mit chinesischer Hausmannskost gelingt nach diesem Kochkurs kinderleicht. Schnell, preiswert und mit regionalem Gemüse. Diese Grundmethode kann für VegetarierInnen oder andere Optionen variiert werden.

● Kurs 2920

Chun-Hong Hu, Hobbyköchin

Do. 12.03.2026, 18:00 – 22:00 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche, Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 35,00 (inkl. EUR 17,00 Lebensmittelkosten)

Abendkurs

Echte chinesische Hausmannskost – vegetarische Küche

In diesem Kurs werden Ihnen einfache vegetarische Gerichte aus der chinesischen Küche vorgestellt

● Kurs 2920A

Chun-Hong Hu, Hobbyköchin

Do. 23.04.2026, 18:00 – 22:00 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche, Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 35,00 (inkl. EUR 17,00 Lebensmittelkosten)

Rundgang**Exotische Zutaten verstehen – Rundgang im Asia-Markt**

Der geführte Besuch im asiatischen Lebensmittelmarkt eröffnet Ihnen einen lebendigen Einblick in unbekannte Aromen und Produkte. Dabei lernen Sie typische Zutaten kennen und erhalten praktische Ideen für deren Einsatz in der Küche.

● **Kurs 2920B**

Chun-Hong Hu, Hobbyköchin

Sa. 07.03.2026, 16:30 – 18:00 Uhr
Treffpunkt: Go Asia Supermarkt,
Bahnhofstraße 39, Saarbrücken
EUR 5,00

Andere Länder, andere Küchen – Türkei**Abendkurs****Türkische Küche - vegetarisch**

Wir zaubern köstliche vegetarische Gerichte aus frischem Gemüse, die leicht, gesund und voller Geschmack sind.

● **Kurs 2921**

Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin

Di. 17.03.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 33,00 (inkl. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

Abendkurs**Türkische Küche – Urlaubsmenü türkische Gaumenfreuden**

Mehr als nur Döner: Wir kochen echte türkische Spezialitäten wie Köfte und Lammkoteletts mit köstlichen Beilagen. Ein Menü wie im Urlaub!

● **Kurs 2922**

Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin

Di. 31.03.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,

Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 40,00 (inkl. EUR 22,00 Lebensmittelkosten)

Abendkurs**Türkische Küche – Lammfleisch**

Lammfleisch ist ein sehr beliebtes Fleisch in der Türkei, oftmals wird es an einer schmackhaften orientalischen Soße angerichtet. An diesem Abend steht die Zubereitung des Lammfleisches im Mittelpunkt und es wird gezeigt, wie das Fleisch mariniert werden soll damit es sehr zart schmecken kann. Dazu passt ein orientalisches Reisgericht und Dessert, wie aus 1001 Nacht.

● **Kurs 2923**

Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin

Di. 21.04.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 40,00 (inkl. EUR 22,00 Lebensmittelkosten)

Abendkurs**Türkische Küche: alles gerollt und gefüllt**

Ob Paprika, Zucchini oder Weinblätter – hier wird gefüllt, was das Herz begehrt! Dazu gibt's duftenden türkischen Reis und ein feines Dessert.

● **Kurs 2924**

Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin

Di. 28.04.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 33,00 (inkl. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

Abendkurs**Türkische Vorspeisen – Meze**

Die Vorspeisen dürfen in der türkischen Küche nicht fehlen. In dem Kurs werden köstliche Meze wie Hummus, frittiertes

Dozentinnen und Dozenten

LÉA LINSTER
Spitzenköchin

» Geboren und aufgewachsen zwischen Deutschland und Frankreich im luxemburgischen Frisange, kennt sie die Küchen beider Länder, die Unterschiede und Stärken, die besten Produkte und Gerichte. Schon immer lebt und kocht sie im Spannungsfeld beider Länder und in diesem Buch lässt sie uns daran teilhaben – die verlockendsten Köstlichkeiten aus beiden Welten serviert mit großem Koch-Knowhow und vielen Geschichten und Anekdoten aus ihrem außergewöhnlichen Leben. <<



Gemüse, Wachtelbohnen, gerollte Yufka-Sigarillos, Rote Beete und Okra zubereitet.

● Kurs 2925

Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin

Di. 05.05.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 33,00 (inkl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

Abendkurs

Türkische Küche – Fischgerichte

In diesem Kurs steht die Dorade im Mittelpunkt. Wir bereiten sie mit köstlichen Beilagen zu und zeigen, wie mediterrane Einfachheit und türkischer Geschmack harmonieren.

● Kurs 2926

Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin

Di. 12.05.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 40,00 (inkl. EUR 22,00 Lebensmittelkosten)

Abendkurs

Türkische Küche: Teiggerichte

Teiggerichte sind besonders im anatolischen Gebiet sehr beliebt, daher dreht sich an diesem Abend alles um den Yufka-Teig! Wir stellen ihn selbst her und verwandeln ihn in herzhafte Börek-Varianten.

● Kurs 2927

Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin

Di. 19.05.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 33,00 (inkl. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

Andere Länder, andere Küchen – Afrika

In Kooperation mit Hand on Heart e.V.

Abendkurs

Eine kulinarische Reise nach Afrika

Wir kochen gemeinsam einige afrikanische Hauptgerichte. Dabei lernen wir nicht nur Produkte kennen, die als Grundlage für verschiedene afrikanische Gerichte dienen, sondern auch Kultur, außergewöhnliche Traditionen und Beson-

derheiten dieser wunderschönen Länder.

● Kurs 2928

Hand on Heart e.V./Nelly Mbaho, Apothekerin, Hobbyköchin

Fr. 24.04.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 35,00 (inkl. EUR 17,00 Lebensmittelkosten)

● Kurs 2928A

Hand on Heart e.V./Nelly Mbaho, Apothekerin, Hobbyköchin

Fr. 19.06.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 35,00 (inkl. EUR 17,00 Lebensmittelkosten)

Backkurse

Junge vhs

Letter Cake Herz

🌱 9 – 14 Jahre

In diesem Kurs backen und dekorieren wir trendige Number- oder Letter-Cakes – kunstvolle Torten in Zahlen- oder Buchstabenform. Gemeinsam bereiten wir alles vor: vom saftigen Teig über die cremige Füllung bis zur kreativen Dekoration mit Früchten, Gebäck und süßen Verzierungen.

● Kurs 2930

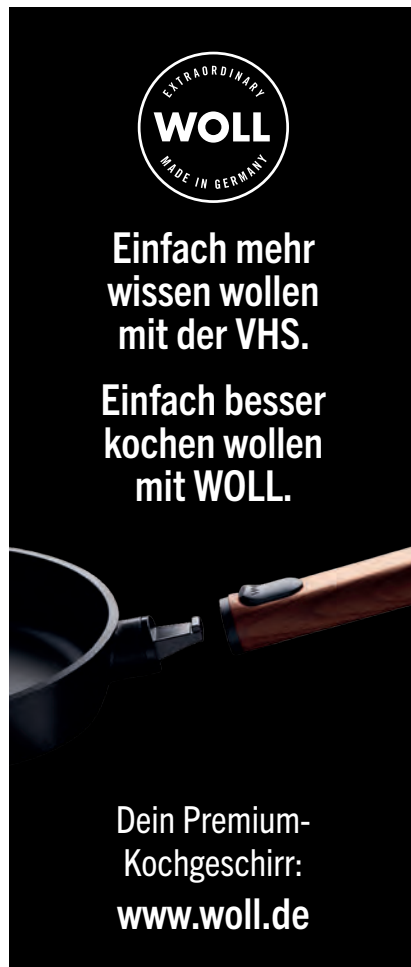
Orchelle Rodrigue Theresa Happi

Do. 19.03.2026, 17:00 – 20:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 34,00 (inkl. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

Junge vhs

Ostergebäck

🌱 Kinder im Alter von 3 – 6 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen



Einfach mehr wissen wollen mit der VHS.

Einfach besser kochen wollen mit WOLL.

Dein Premium-Kochgeschirr:
www.woll.de

In diesem fröhlichen Osterkurs backen und dekorieren wir gemeinsam bunte Osterkekse. Die Kinder bereiten auch die Creme selbst zu und gestalten ihre Kunstwerke ganz individuell. Als besonderes Highlight entsteht ein großer gemeinsamer Osterhase, der vor Ort verziert und natürlich gleich vernascht wird!

● **Kurs 2931**

Orchelle Rodrigue Theresa Happi

Do. 26.03.2026, 17:00 – 20:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 28,00 (inkl. EUR 9,00 Lebensmittelkosten)

Junge vhs

Tortenwerkstatt

✳ 9 – 14 Jahre

In dieser Tortenwerkstatt lernen die Kids, wie aus einfachen Zutaten echte Meisterwerke entstehen. Wir backen den Tortenboden, bereiten köstliche Füllungen zu und dekorieren mit Creme oder frischen Früchten. So entsteht Schritt für Schritt ihre individuelle Torte – kreativ, lecker und garantiert ein Blickfang.

● **Kurs 2932**

Orchelle Rodrigue Theresa Happi

Do. 30.04.2026, 17:00 – 20:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 34,00 (inkl. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

Junge vhs

Backen wie die Profis

✳ 9 – 14 Jahre

In diesem Nachmittagskurs lernen die Kids Tricks und Kniffe! Wir bereiten saftige Marmor- oder Zitronenkuchen zu und veredeln sie mit raffinierten Glasurtechniken.

● **Kurs 2933**

Orchelle Rodrigue Theresa Happi

Do. 28.05.2026, 17:00 – 20:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 32,00 (inkl. 13,00 Lebensmittelkosten)

Junge vhs

Muffins backen

✳ Kinder im Alter von 3 – 6 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen, ab 7 Jahren ohne Begleitung

In diesem Kurs backen Kinder ihre eigenen Muffins - vom Abwiegen der Zutaten über das Mischen bis hin zum Dekorieren. Spielerisch lernen sie, worauf es bei luftigen, leckeren Muffins ankommt. Zum Abschluss gibt es das Rezept zum Mitnehmen, damit das Backvergnügen auch zu Hause weitergeht.

● **Kurs 2934**

Orchelle Rodrigue Theresa Happi

Do. 11.06.2026, 17:00 – 20:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 28,00 (inkl. 9,00 Lebensmittelkosten)

Junge vhs

Fruchtige Tartes

✳ 9 – 14 Jahre

In diesem Kurs zaubern wir köstliche, fruchtige Tartes – von der Herstellung eines perfekten, buttrig-zarten Mürbeteigs bis zur Zubereitung einer feinen Creme und dem kunstvollen Belegen mit frischem Obst. Schritt für Schritt lernen die Kinder, wie aus einfachen Zutaten kleine Kunstwerke entstehen, die nicht nur köstlich schmecken, sondern auch das Auge erfreuen.

● **Kurs 2935**

Orchelle Rodrigue Theresa Happi

Do. 18.06.2026, 17:00 – 20:00 Uhr
Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken
EUR 32,00 (inkl. 13,00 Lebensmittelkosten)

Dozentinnen und Dozenten



ORCHELLE RODRIGUE THERESA HAPPI

» Als Ausgleich zu meinem Beruf als Diplom-Kauffrau liebe ich es, kreativ zu sein.

Die Leidenschaft für das Kochen und Backen habe ich von meiner Mutter mit auf den Weg bekommen.

Als Tochter eines Lehrerehepaars habe ich bereits früh gelernt, pädagogisch zu arbeiten und liebe es, Kinder und Jugendliche mit meiner Leidenschaft fürs Kochen und Backen zu begeistern. In meinen vhs-Kursen vermittele ich die Grundlagen des Backens, das kreative Dekorieren und möchte mit einfachen und leckeren Rezepten und den dazugehörigen Techniken die Freude am Kochen und Backen vermitteln. «

In der Natur zu entdecken

Ferienkurs

Hofführung für die ganze Familie

Bei dieser Hofführung erhalten Sie und Ihre gesamte Familie interessante Einblicke in die ökologische Landwirtschaft auf dem Wintringer Hof.

Die Hofführung wird mit einer gemeinsamen Apfelsaftverkostung vollendet.

● Kurs 2940

Gabi Hoffmann, Wintringer Hof

Sa. 04.07.2026, 10:00 – 11:30 Uhr

Treffpunkt: Hofladen Wintringer Hof

EUR 9,00 (inkl. Apfelsaftverkostung)

Exkursion

Stadtkräuterwanderung

Natur ist überall und Kräuter wachsen nicht nur auf Feldern und Wiesen oder in Wäldern und Gärten. Auch in der Innenstadt von Saarbrücken versteckt sich manches Kräutlein, das von uns gefunden werden will. Gemeinsam werden wir manch leckeres oder gesundes Kraut in der Stadt antreffen.

● Kurs 2941

Tanja Both, Natur-,

Kräuter- und Umweltpädagogin

So. 26.07.2026, 10:00 – 11:30 Uhr

Treffpunkt am Haupteingang der

Congresshalle

EUR 17,00 (inkl. EUR 2,00 für kleines

Picknick)

Vortrag

Die Pflanzen der Hildegard von Bingen

Wer sich mit Kräutern beschäftigt, kennt Hildegard von Bingen. Die kluge Nonne aus dem 12. Jahrhundert, die als Posaune Gottes, Komponistin, Pflanzenkundige bekannt war, hat auch heute noch einen großen Bekanntheitsgrad. Der Vortrag versetzt zurück in die Zeit der Hildegard, mit ihrem Pflanzen- und Heilwissen. Fühlen, riechen und schmecken Sie die Kräuter der Hildegard.

● Kurs 2942

Tanja Both, Natur-,

Kräuter- und Umweltpädagogin

Di. 25.08.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 19,00 (inkl. EUR 4,00 für Lebensmittel)



Beratung und Information



Anika Adam
Pädagogische Mitarbeiterin
Altes Rathaus, Zi. 22
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4333
Fax 0681 506-4390
anika.adam@rvsbr.de

Anmeldung und Service



Sabine Ickler
Sachbearbeiterin
Altes Rathaus, Zi. 1
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4319
Fax 0681 506-4390
sabine.ickler@rvsbr.de

Wein- und Getränkekultur

Den Stellenwert, den die Wein- und Getränkekultur im Saarland als Kulturgut genießt, unterstreicht die vhs Regionalverband Saarbrücken mit einem vielfältigen Seminarangebot. Landeskundliche und geschichtliche Themen sowie qualitätsorientierte Verbraucherberatung sind Aspekte und Bestandteile des breitgefächerten Programms.

Ob Frankreich, Italien oder Deutschland – auch in diesem Semester erwarten Sie zahlreiche Veranstaltungen zu klassischen Weinländern und -regionen. Die Verkostung von alkoholfreien Weinen und eine Veranstaltung zu Wein und Literatur ergänzen unser Angebot der Weinkultur.

Unsere beliebten Bier- und Ginseminare erweitern auch in diesem Semester das Programm der Getränkekultur.

Ausgeweitet wird das Degustationsangebot durch Getränkeseminare zum Erfrischungsgetränk „Wasser“. Auch Workshops zu alkoholfreien Sommercocktails, Slushies, hausgemachten Limonaden und Schorlen kommen in diesem Frühjahr/Sommer nicht zu kurz. Die Teeseminare, mit Tee aus China, bereichern das Angebot.

Abgerundet wird der Themenbereich durch die beliebten Weinlehrfahrten zu Spitzenweingütern.



WEINKULTUR

Für alle Weinseminare der vhs Regionalverband Saarbrücken ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich. Die Zahl der TeilnehmerInnen ist begrenzt. Die TeilnehmerInnen werden gebeten, Gläser und je nach Bedarf auch Wasser mitzubringen.

Sollten Sie einen Termin nicht wahrnehmen können, müssen Sie sich bis zwei Arbeitstage (mo - fr) vor Kursbeginn abmelden, damit die DozentInnen dies beim Einkauf der Getränke und Lebensmittel berücksichtigen können. Andernfalls sind Sie verpflichtet, die Kosten der für Sie eingekauften Getränke und Lebensmittel zu entrichten. Bitte beachten Sie hierzu auch die Angaben in unseren AGBs.

WEINPRAXIS

Abendkurs

Grundlagen der sensorischen Weindegustation

In diesem Grundlagenseminar lernen und üben Sie die systematische Bestimmung und Zuordnung von Weineigenschaften nach Optik, Geruch und Geschmack sowie deren Herkunft aus Weinberg, Kellertechnik oder Lagerung sowie deren Zuordnung zu beispielhaften Rebsorten und Ausbauvarianten. Es werden Fähigkeiten vermittelt, die oft recht blumig erscheinenden Weinbeschreibungen zu verstehen und geschmacklich interpretieren zu können.

Neben Geruchsmustern verschiedener Einzelaromen werden sehr gegensätzliche Weiß-, Rot und Schaumweine degustiert und ihre sensorischen Merkmale erarbeitet.

● Kurs 2951

Georg Seitz, Sommelier (WSET)

Di. 12.05.2026, 19:00 – 21:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 23

EUR 17,00 (inkl. EUR 10,00 für Weine)

Abendkurs

Abstinente genießen: Alkoholfreie Weine

Gesundheit, Schwangerschaft, der gute Vorsatz oder das Führen eines Kraftfahrzeugs sind nur einige Gründe um auf den Genuss von Alkohol verzichten zu wollen oder zu müssen. In diesem Seminar werden alkoholfreie Still- und Schaumweine vorgestellt und ihre unterschiedlichen Herstellungsverfahren beschrieben, mit denen Sie sich und Ihren Gästen als Speisebegleiter jenseits von Cola und Mineralwasser verwöhnen können.

● Kurs 2952

Georg Seitz, Sommelier (WSET)

Di. 31.03.2026, 19:00 – 21:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 22,00 (inkl. EUR 15,00 für Weine)

Abendkurs

Schaumweine – Dem Schaumwein auf der Spur

Vom einfachen Sekt bis zum Champagner. Lernen Sie die Vielfalt der Schaumweine kennen, in Hinsicht auf Herkunft, Herstellungsverfahren und entsprechenden Qualitäts- und Geschmacksunterschieden. Die Bandbreite ist riesig. Erweitern Sie Ihre Weinkenntnisse und freuen Sie sich auf eine prickelnde Verkostung.

● Kurs 2953

Hans Jürgen Dörr, Weinfachberater;

German Wine Professional (GWP)

Fr. 17.04.2026, 19:00 – 21:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 27,00 (inkl. EUR 20,00 für Weine)

WEINLÄNDER/WEINREGIONEN

Weinland Frankreich

Abendkurs

Weine aus Burgund und Beaujolais

Angefangen mit frischen jung trinkbaren Gamay-Weinen des Beaujolais zu den berühmten Pinot Noirs des Burgund, wo die teuersten Rotweine der Welt produziert werden. Lernen Sie die Region und ihre Spitzenanbaugebiete für Rotwein an der Côte d'Or und ihre Qualitätsbezeichnungen kennen und verstehen. Vergleichen Sie die Unterschiede von Chardonnays aus dem nördlichen Chablis mit den südlichen Maconnais und freuen Sie sich auf einen informativen und geselligen Abend.

● Kurs 2954

Georg Seitz, Sommelier (WSET)

Di. 17.03.2026, 19:00 – 21:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 25,00 (inkl. EUR 18,00 für Weine)

Abendkurs

Languedoc – dynamische Weinbauregion mit großer Innovationskraft

Derzeit treffen im Languedoc „Tradition“ und „Moderne“ aufeinander. Junge WinzerInnen pflanzen Rebsorten wie Pinot Noir aus Burgund und Verdejo aus Spanien an; dazu alteingesessene Winzerlegenden wie Pierre Cros, die immer wieder mit ihren „alten Reben“ glänzen oder der junge Newcomer Vivien Roussignol mit international hochbewerteten Rotweinen.

● Kurs 2955

Christian Löw, Dipl.-Weinbauingenieur

Di. 24.03.2026, 19:00 – 21:30 Uhr

Restaurant Handelshof,

Wilhelm-Heinrich-Str. 17,

66117 Saarbrücken

EUR 32,00 (inkl. EUR 25,00 für Weine)

Abendkurs**Große Weißweine der nördlichen Rhône**

Zwischen Vienne und Valence gedeihen neben weltbekannten Rotweinen große Weißweine aus den Rebsorten Viognier, Marsanne und Roussanne. Wir präsentieren in dieser Topweinveranstaltung außergewöhnliche Weißweine bester Erzeuger aus den Appellationen Saint-Joseph, Crozes-Hermitage, Saint-Péray und Condrieu. Begleitend zur Degustation wird die Region auch unter touristischen Aspekten vorgestellt und mit Fotoimpressionen illustriert.

● **Kurs 2956****Gerhard Rouget, Weinberater/****Bernd Suttka, Weinkenner**

Do. 07.05.2026, 19:00 – 22:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 49,00 (inkl. EUR 40,00 für Weine)

Abendkurs**Die Weine der Loire**

Als längster Fluss Frankreichs stellt die Loire sicher die vielfältigste Weinbauregion des Landes dar. Begeben Sie sich auf eine degustatorische Reise von den berühmten Sauvignon-Blancs im Osten über Chenin-Blanc, Cremant de Loire, Rosé aus Anjou- Samur bis zu den fruchtigen Melon-Blanc der Nantais nahe der Loiremündung. Es werden Klima, Rebsorten, regionale Besonderheiten, Weinstile und Qualitäten besprochen und verkostigt.

● **Kurs 2957****Georg Seitz, Sommelier (WSET)**

Mi. 27.05.2026, 19:00 – 21:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 22,00 (inkl. EUR 15,00 für Weine)

Abendkurs**Champagner**

Champagner gilt seit Jahrhunderten als Symbol für Eleganz und Lebensfreude. Doch schon früh wurde ihm auch eine gesundheitsfördernde Wirkung nachgesagt. An diesem Abend erfahren Sie Wissenswertes über die Geschichte, Herstellung und Besonderheiten dieses außergewöhnlichen Getränks. Wir beleuchten historische und aktuelle Ansichten zu seiner „medizinischen“ Bedeutung und verkosten verschiedene Champagnertypen, um die Vielfalt der Aromen kennenzulernen.

● **Kurs 2958****Dr. med. Esther Rüdenauer, WSET Level 3, Wine Expert Gold (IHK)**

Fr. 29.05.2026, 19:00 – 21:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 47,00 (inkl. EUR 40,00 für Champagner)

Abendkurs**Provence – Die Rosés**

In spektakulären und atemberaubenden Landschaften der Provence werden weltbekannte Rosés erzeugt. Das Seminar gibt einen Überblick über die Roséweine der Côtes de Provence und ihren kommunalen und regionalen Appellationen, die auf unterschiedlichen Terroirs eigene Ausprägungen ausbilden. Im Zentrum stehen Weine von Referenzdomains aus Bandol, La Londe, Pierrefeu, Saint-Tropez und Aix-en-Provence. Wir degustieren Weine der günstigen Preiskategorie bis zu hochklassigen und hochwertigen Exemplaren der Topdomains. Begleitet wird die Degustation von Fotoimpressionen und einer Vorstellung der Weinorte und der Region unter touristischen Aspekten.

● **Kurs 2959****Gerhard Rouget, Weinberater****Dozentinnen und Dozenten**

HANS JÜRGEN DÖRR
Weinfachberater

» Seit nunmehr gut vier Jahrzehnten bin ich beruflich in der Weinbranche tätig. Unzählige Besuche auf Weingütern in vielen europäischen Anbaugebieten, persönliche Kontakte zu WinzerInnen sowie regelmäßiges Studium der Fachliteratur verhalfen mir im Laufe der Jahre zu meinem Fachwissen. Meine Leidenschaft für den Wein, insbesondere für die deutschen Weine, veranlasste mich noch tiefer in diese Thematik einzutauchen und tiefgreifende Weinkenntnisse zu erlangen. Im Jahr 2018 begann ich die nebenberufliche Weiterbildung zum German Wine Professional in Verbindung mit dem Deutschen Weininstitut, welche ich im Januar 2020 mit Erfolg abgeschlossen habe. Gerne möchte ich meine Weinkenntnisse und Erfahrungen mit anderen weinaffinen Menschen teilen oder diese bei Seminaren und Weinverkostungen vermitteln. «

Di. 09.06.2026, 19:00 – 22:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 23
EUR 27,00 (inkl. EUR 20,00 für Weine)

Abendkurs

Weine aus Bordeaux und der Dordogne

Aus dem Bordeaux kommen die berühmtesten Weine der Welt aber ihr Deklarationssystem ist ebenso komplex wie verwirrend und die richtige Interpretation der Etikettenangaben ist durchaus herausfordernd. Auch die Weinstile unterscheiden sich regional sehr deutlich, egal ob Rot- oder Weißwein. Es werden trockene Rot- und Weißweine aus verschiedenen Regionen verkostet und ihre regionstypischen Merkmale besprochen und einzelne Süßweine aus der Dordogne und dem Süden Bordeaux vorgestellt.

● Kurs 2960

Georg Seitz, Sommelier (WSET)

Fr. 12.06.2026, 19:00 – 21:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
EUR 23,00 (inkl. EUR 16,00 für Weine)

Abendkurs

Exotische Rebsorten und Weinstile Frankreichs

Jenseits der berühmten Weinregionen Frankreichs bietet die französische Weinlandschaft eine ganze Reihe außergewöhnlicher Weine aus weniger bekannten Anbaugebieten. So bietet zum Beispiel das alpine Savoie mit seinen autochthonen Rebsorten Jaquere oder Roussette wunderbare Käsebegleiter zu Fondue und Raclette. Sehr individuell und außergewöhnlich sind auch die Weinstile des Jura oder kennen Sie schon den Picpoul de Pinet aus dem Süden Frankreichs? Dieser Abend wird eine spannende Entdeckungsreise durch Frankreichs Besonderheiten jenseits der großen Anbaugebiete.

● Kurs 2961

Georg Seitz, Sommelier (WSET)

Do. 25.06.2026, 19:00 – 21:00 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
EUR 23,00 (inkl. EUR 16,00 für Weine)

Weinland Deutschland

Abendkurs

Ahr – Große Rotweine von ausgewählten VDP-Weingütern

Präsentiert werden Referenzweine der besten Weingüter von Deutschlands großer und traditionsreicher Rotweinregion. Spät- und Frühburgunder von Domainen der Ahr, die mit feinen Basisweinen überzeugen und in der Spitze großartig sind. Wir widmen uns der besonderen Stilistik dieser Rotweine, die auf Schieferböden einen außergewöhnlichen und unverwechselbaren Charakter entwickeln. Begleitend zeigt Fotograf Ingo Rammer Bilder der Weingüter und der einzigartigen Landschaft mit ihren malerischen Orten und historischen Städten. Dies mit Bezug darauf, wie sich die Region aktuell nach der Flutkatastrophe darstellt.

● Kurs 2962

Gerhard Rouget, Weinberater/

Ingo Rammer, Fotograf

Do. 19.03.2026, 19:00 – 21:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
EUR 34,00 (inkl. EUR 25,00 für Weine)

Weinland Italien

Abendkurs

Weine vom Gardasee

Der Gardasee, Lago di Garda, ist der größte See Italiens und seine Ufer teilen sich drei Regionen. Es ist die Lombardei, Trentino und Venetien. Jährlich zählt man 18 Millionen Besucher. Viele sind Stammgäste und reisen jedes Jahr dort hin. Neben gutem Essen sind die Weine, die rund um den Gardasee gekeltert werden, von besonderer Qualität. Das von den Gästen hoch geschätzte, sub-mediterrane Klima und die Böden, die von Ablagerungen aus der Eiszeit stammen, bieten ideale Bedingungen für einen erfolgreichen Weinbau, so finden Sie international hoch angesehene Weine rund um den See. Ob Lugana, Bardolino, Soave oder Valpolicella und viel Andere, jeder kennt und schätzt die Weine vom Gardasee. Gardasee, das ist Urlaub und Genuss auf höchstem Niveau.

● Kurs 2963

Oswin Bauer, Weinfachberater

Di. 10.03.2026, 19:00 – 21:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
EUR 42,00 (inkl. EUR 35,00 für Weine)

Abendkurs

Autochthones & Besonderes aus Italiens Regionen

An diesem Abend präsentieren wir die große Vielfalt des Rebsortenparadieses Italiens. Es geht um autochthone Rebsorten, die in den jeweiligen Regionen Italiens beheimatet sind wie z.B. Nero d'Avola, Cannonau, Canaiolo, Lacrima, Inzolia, Sangiovese, Lagrein, Erbaluce oder auch Garganega. Neben den Weinen werden auch Olivenöle und Vincotti (Essige) unterschiedlicher Geschmacksrichtungen vorgestellt. Die Weine werden u.a. über

die jeweiligen Eigenarten und Kochtraditionen erklärt. Zu den Weinen werden Brot, Käse und eine Wurstplatte gereicht, auch ein Olivenöl wird verkostet.

● **Kurs 2964**

Domenico Sciascia

Do. 26.03.2026, 19:00 – 21:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 44,00 (inkl. EUR 35,00 für Weine und Produkte)

Abendkurs

Weine aus Apulien

Apulien oder Puglia, wie die Italiener diese Region nennen, ist Ferse und Absatz des Stiefels. Ein fast 400 km langer Strand an der Adria und Ionischem Meer, ein mediterranes Klima mit ca. 300 Sonnentagen und einem sehr milden, feuchtnassen Winter lassen vielerlei Obst und Gemüse gedeihen. Insbesondere aber spielt, neben 50 Millionen Olivenbäumen, der Weinbau eine herausragende Rolle. Auf 107 T ha Rebfläche entstehen fast 8 Millionen hl Wein. Schwerpunkt bilden rote Trauben. Neben dem Primitivo, der sich europaweit bestens etabliert hat, bilden Negroamaro, Nero di Troja und auch internationale Rebsorten ein breites Spektrum. Aber auch Weißweine finden ihre Berechtigung. Viele historische Orte, wie Lecce, Alberobello und Castel del Monte laden zum Besuch und Erforschen ein.

Auf 107 T ha Rebfläche entstehen fast 8 Millionen hl Wein. Schwerpunkt bilden rote Trauben. Neben dem Primitivo, der sich europaweit bestens etabliert hat, bilden Negroamaro, Nero di Troja und auch internationale Rebsorten ein breites Spektrum. Aber auch Weißweine finden ihre Berechtigung. Viele historische Orte, wie Lecce, Alberobello und Castel del Monte laden zum Besuch und Erforschen ein.

● **Kurs 2965**

Oswin Bauer, Weinfachberater

Di. 14.04.2026, 19:00 – 21:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 42,00 (inkl. EUR 35,00 für Weine)

Abendkurs

Inselimpressionen & Weine aus Italiens Grenzregionen

Es werden Weine von kleinen Produzenten, von den drei größten italienischen Inseln Isola d'Elba, Sizilien und Sardinien, verkostet. Autochtone Rebsorten: Vulkanisches, Mineralisches, Erdiges - weiß, rosé und rot. Der Dozent Domenico Sciascia kennt die WinzerInnen persönlich und erzählt die ein oder andere Anekdote, gastronomische Empfehlungen, Erzählungen zu Land und Leute, Bodenbeschaffenheit, Klima, Rebsorten und vieles mehr. Zu den Weinen werden Brot, Käse, vegetarische Brotaufstriche sowie eine kulinarische Inselformalität gereicht.

● **Kurs 2966**

Domenico Sciascia

Do. 23.04.2026, 19:00 – 21:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 44,00 (inkl. EUR 35,00 für Weine und Produkte)

Abendkurs

Italien – Tradition & Moderne vereint

Verkosten Sie authentische Weine aus der traditionellen toskanischen Weinbaukultur neben den Aufsteigerregionen Sizilien und Apulien. Genießen Sie dabei etwas „Urlaubsfeeling“.

● **Kurs 2967**

Christian Löw, Dipl.-Weinbauingenieur

Di. 16.06.2026, 19:00 – 21:30 Uhr

Restaurant Handelshof,

Wilhelm-Heinrich-Str. 17,

66117 Saarbrücken

EUR 32,00 (inkl. EUR 25,00 für Weine)

Dozentinnen und Dozenten



CHRISTIAN LÖW

Dipl. Weinbauingenieur

» Als gelernter Winzer und studierter Dipl. Weinbauingenieur (Önologe), bin ich seit 2021 Teil des Projektes „Historische Rebsorten“ und begleite dieses „sensorisch“. Das einzigartige Projekt ist von dem Ampelographen und Forscher Andreas Jung und dem Rebveredler Ulrich Martin ins Leben gerufen worden. Sie entdeckten und vermehrten etliche historische Rebsorten, die bis vor 15 Jahren als verschollen galten. Rebsorten wie „Gelber Kleinberger, Grüner Adelsfränkisch, Süßschwarz, Blauer Arbst“ sind Zeitzeugen vergangener Kulturepochen mit einer regionalen Identität. Die Ergebnisse dieses spannenden Projektes gebe ich an die TeilnehmerInnen meiner Weinseminare weiter. «

Weingebiet Großregion Saar-Lor-Lux

Abendkurs

Neues aus der Region

Es erwartet Sie spannendes aus den Weinbauregionen Luxemburg, Saar, Mosel und Pfalz. Neben den Burgundersorten sind auch im Rotweinbereich interessante Neuentdeckungen zu verkosten.

● Kurs 2970

Christian Löw, Dipl.-Weinbauingenieur

Di. 19.05.2026, 19:00 – 21:30 Uhr
Restaurant Handelshof,
Wilhelm-Heinrich-Str. 17,
66117 Saarbrücken
EUR 32,00 (inkl. EUR 25,00 für Weine)

WEIN UND LITERATUR

Abendkurs

Maigret und der Weinhändler (Maigret et le marchand de vin) von Georges Simenon

Ein reicher Pariser Weinhändler wird tot in seiner Wohnung aufgefunden. Im Zentrum der Aufklärung durch Kommissar Maigret steht die Persönlichkeit des erfolgreichen Weinunternehmers. Georges Simenon entfaltet dabei ein Kaleidoskop des großbürgerlichen Pariser Umfelds des Opfers. Und spiegelt dies mit einer Welt von Kleinganoven. Mit der Ausarbeitung der Charaktere und dem Aufbau des sozialen Spannungsfelds zählt dieser 71. Maigret-Roman (1969) zu den besten Romanen der Maigret-Reihe. Begleitend zur Lektüre von Textpassagen und Erörterung der literarischen Methode-Simenons sowie der Einordnung ins Genre des Kriminalromans besteht die Möglichkeit einer Degustation von Weinen mit Bezug zum Thema. Vorgestellt und degustiert werden beste Weine der Händler-Kategorie. Die Veranstaltung kann auf Wunsch

auch als reine Literaturveranstaltung - ohne Degustation - belegt werden.

● Kurs 2973

Gerhard Rouget, Weinberater

Fr. 06.03.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Altes Rathaus, Raum 13
EUR 17,00 (inkl. EUR 10,00 für Weine)

GETRÄNKEKULTUR

Für die folgenden Degustationsseminare der vhs Regionalverband Saarbrücken ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich. Die Zahl der TeilnehmerInnen ist begrenzt. Die TeilnehmerInnen werden gebeten, je nach Bedarf auch Wasser mitzubringen.

Sollten Sie einen Termin nicht wahrnehmen können, müssen Sie sich bis zwei Arbeitstage (montags - freitags) vor Kursbeginn abmelden, damit die DozentInnen dies beim Einkauf der Getränke und Lebensmittel berücksichtigen können. Andernfalls sind Sie verpflichtet, die Kosten der für Sie eingekauften Getränke und Lebensmittel zu entrichten.

Bitte beachten Sie hierzu auch die Angaben in unseren AGBs.

GETRÄNKESEMINARE

Abendkurs

Mineral- und Heilwasser – unser Gesundheitselixier

Sie trinken gerne Mineralwasser oder leitungsgebundenes Trinkwasser und haben Lust mehr über das beliebte Erfrischungsgetränk zu erfahren? Die Unterschiede zwischen den verschiedenen Mineralwässern und natürlichem Heilwasser im Paring mit Kaffeespezialitäten und Teezubereitungen sowie die Gesetzgebung der

Dozentinnen und Dozenten



ARMIN SCHÖNENBERGER
zertifizierter Wassersommelier,
Sensorikexperte

» Als zertifizierter Wassersommelier und Wasserbotschafter verstehe ich mich als kompetenten Berater für die Kulturgetränke Trinkwasser, natürliches Mineralwasser und natürliches Heilwasser. Ich biete in meinem Seminar an der vhs Regionalverband Saarbrücken ein ganzheitliches Konzept, das durch ansprechende, alltagstaugliche Maßnahmen sowie eine anschauliche Verkostung vor Ort begeistert. Alle Sinne bei relevanten Geschmacksausrichtungen und sensorischen Wahrnehmungen rund um das Thema Wasser werden angeregt und inspiriert. «

unterschiedlichen Wassergattungen sind an diesem Abend ein Themenschwerpunkt. Das vermittelte Wissen soll helfen neue Gewohnheiten beim Trinkverhalten in den Alltag zu integrieren.

● **Kurs 2975**

Armin Schönenberger,
zert. Wassersommelier/staatl. geprüfter
Gastronom

Do. 16.04.2026, 18:30 – 20:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 9,50 (inkl. Umlage für 6 Mineralwasser und 2 Heilwasser)

Abendkurs

Alkoholfreie Sommercocktails,
Slushies, hausgemachte Limonaden
und Schorlen

An diesem Abend erfahren Sie, wie Sie mit regionalen Kräutern, frischem Obst und Gemüse köstliche Erfrischungsgetränke für heiße Sommertage zubereiten können. Sie werden sehen und schmecken, wie einfach es ist, gesunde, leichte Cocktails und hausgemachte Limonaden mit natürlichen Sirups und Honig herzustellen.

● **Kurs 2976**

Armin Schönenberger,
zert. Wassersommelier/staatl. geprüfter
Gastronom

Mi. 03.06.2026, 18:30 – 20:30 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche,
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken

EUR 19,50 (inkl. EUR 12,50 für Lebensmittel)

Wochenendseminar

Teeseminar –
Schwerpunkt grüner Tee

Im Jahr 2022 erkannte die UNESCO das Wissen, die Fertigkeiten und die Praktiken im Zusammenhang mit der Bewirtschaftung von Teeplantagen, der Teeplückung sowie der manuellen Verarbeitung, als

immaterielles Kulturerbe der Welt an. Die Tradition des Teetrinkens in China reicht über 4700 Jahre zurück. Ein Großteil der Geschichte ist in Europa jedoch unbekannt. Die vhs lädt hiermit zu einem Workshop über die Kunst des chinesischen Tees ein.

Die Dozentin führt in diesem Workshop durch eine kleine Reise in die Welt des chinesischen Tees. Im Mittelpunkt steht die Beurteilung, das Aufbrühen und das Kosten von grünem Tee.

● **Kurs 2977**

Chun-Hong Hu

Sa. 14.03.2026, 14:00 – 17:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 5

EUR 34,00 (inkl. EUR 25,00 für Tees)

Wochenendseminar

Einführung in die ostasiatische
Teezeremonie

Theorie und Praxis des ostasiatischen Tee-Weges werden erlernt. Eine klare Struktur beim grünen Tee hilft ganzheitlich zur Ruhe und sich selbst näher zu kommen. Im Gespräch und in der Begegnung entstehen Raum für Ruhe, Achtsamkeit und neue Verbundenheit. Der Duft des Tees, das Fließen des Wassers und die schlichte Schönheit der Natur schaffen eine stille Poesie des Augenblicks.

● **Kurs 2978**

Bernd Mathieu

Sa. 30.05.2026, 09:00 – 11:30 Uhr

Innovationscampus Saarland,
Altenkesseler Str. 17,

Gebäude D1, 66115 Saarbrücken

EUR 24,00 (inkl. EUR 3,00 für Tees)

Dozentinnen und
Dozenten



KATHARINA UND
MARTIN ROLSHAUSEN
Dipl.-Biersommeliers

» Dass Bier mehr ist als Pils, Helles und Weizen, haben wir vor allem auf Reisen nach Belgien und in die USA erfahren dürfen, aber auch auf Touren durch Deutschland und Österreich immer wieder erlebt. 2017 haben wir die Saarbrücker Beer Society zur Förderung der Bierkultur gegründet.

In unseren vhs-Kursen wollen wir Bierwissen vermitteln und zeigen, wie vielseitig das älteste Kulturgetränk der Welt ist. Manchmal gelingt es uns auch Menschen, die sagen, dass sie gar kein Bier mögen, für Bierkultur zu begeistern. «

BIERSEMINARE

Abendkurs

Mythos Trappistenbier

Trappistenbiere sind etwas ganz Besonderes. Warum, das erklären die Biersommeliers Katharina und Martin Rolshausen in diesem Kurs. Gemeinsam mit den Teilnehmenden werden 5 dieser Biere verkostet. Dazu gibt es Wissenswertes über die Geschichte und Tradition der Trappisten.

● Kurs 2980

Katharina und Martin Rolshausen, Dipl.-Biersommeliers

Fr. 10.07.2026, 18:00 – 20:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 17,00 (inkl. EUR 8,00 für Biere)

Abendkurs

Wie kann man zuhause Bier brauen?

Was braucht man eigentlich, um zuhause ein anständiges Bier zu brauen? Wie fängt man am besten an, wo bekommt man die Gerätschaften und Zutaten her, welche Tipps und Tricks helfen weiter? An diesem Abend erhalten Sie zu diesen Fragen eine ganz subjektive Beschreibung, wie man einfach, ohne technologischen Overkill und mit einem ordentlichen Ergebnis in das Hobby einsteigen kann.

● Kurs 2981

Bernd Pfeil, Dipl.-Biersommelier

Fr. 20.03.2026, 19:30 – 21:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 27,00 (inkl. EUR 20,00 für Biere)

Abendkurs

Sommerbiere und Sommer-Cocktails mit Bier

Für Bier-LiebhaberInnen ist ein kühles Bier im Sommer ein beliebter Durstlöcher. Natürlich ist für den Sommergenuss nicht jedes Bier geeignet. Wer käme schon auf die Idee ein Doppelbock bei

sommerlichen Temperaturen zu trinken? Lieber leicht und spritzig soll es sein. Neben der bekannten Altbierbowl gibt es viele weitere erfrischende Biercocktails, mit denen man auf einer Sommerparty überraschen kann. Es werden ausgewählte Vertreter aus der Region, Deutschland und dem benachbarten Ausland vorgestellt.

● Kurs 2982

Bernd Pfeil, Dipl.-Biersommelier

Fr. 08.05.2026, 19:30 – 21:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 27,00 (inkl. EUR 20,00 für Biere und Cocktails)

SPIRITUOSENSEMINARE

Abendkurs

Reise in die Welt des Gins

Gin - jahrhundertealt, zwischenzeitlich nahezu vergessen und jetzt wieder aktuell und modern - zu Recht, denn kaum eine Spirituose ist so vielfältig. Es geht auf eine Reise mit unserem Gin-Experten und zweifachem deutschen Cocktail-Vizemeister Sebastian Jäger in die Welt des Gins. Wissenswertes über Herstellung und Unterschiede der verschiedenen Sorten sowie Interessantes und nicht selten Kurioses aus der jahrhundertelangen Geschichte der Wacholderspirituose und ihrer Vorgänger wird erfahrbar. Es werden fünf Gins verkostet, davon zwei als Gin Tonic.

● Kurs 2984

Sebastian Jäger

Fr. 13.03.2026, 19:00 – 21:30 Uhr

Restaurant Handelshof,

Wilhelm-Heinrich-Str. 17,

66117 Saarbrücken

EUR 26,00 (inkl. EUR 15,00 für Gins)

WEINLEHRFAHRTEN

In Kooperation mit der vhs Völklingen

Die Fahrten werden mit dem Busunternehmen Lay Reisen-on-Tour in Kooperation mit der vhs Völklingen durchgeführt. Wir besuchen in einer kleinen Gruppe von maximal 20 Personen Spitzenweingüter der jeweiligen Regionen. Neben dem Empfang und der Degustation auf Referenzdomains gibt es Gelegenheit, die regionale Gastronomie in Begleitung der regionalen Weine zu erleben und das kulturhistorische Umfeld der Weine zu erkunden. Die Gebühr beinhaltet Fahrt, Führungen und Degustationen. Der Restaurantbesuch ist individuell zu begleichen. Reiseleitung: Gerhard Rouget. Die Anmeldung für die Fahrten erfolgt über die vhs Völklingen unter Fon 06898 132597 oder www.vhs-voelklingen.de

Tagesfahrt

Nordelsass

Fahrt entlang der Route du Vin im Norden von Straßburg mit Besuch einer der besten Domains des Vignoble de la Couronne d'or. Weingastronomischer Abschluss in regionaltypischem Restaurant.

Die Kursgebühr beinhaltet die Busfahrt, den Empfang sowie die Degustation und Führung.

● Kurs 2990

Gerhard Rouget, Weinberater

Do. 12.03.2026, 14:00 – 23:30 Uhr

Abfahrt: 13:30 Uhr Parkplatz Weltkulturerbe Völklinger Hütte

Abfahrt: 14:00 Uhr an der Schlossmauer (Busparkplatz), Franz-Josef-Röder Str. Saarbrücken

EUR 90,00 (zzgl. Kosten für das Abendmenü)

Anmeldung unter www.vhs-voelklingen.de
oder Fon 06898 1325977

Tagesfahrt

Champagne – Côte des Blancs

Weinberge und Weinkeller der Champagne gehören zum Weltkulturerbe der UNESCO. Wir fahren entlang der Route du Champagne der Côte des Blancs und besuchen einen kleineren Betrieb und eines der größeren Häuser, welche die große Reputation von Champagne seit Jahrhunderten begründen. Hinzu kommt die Gelegenheit, Champagner in einem gastronomischen Restaurant als Essensbegleiter zu erleben.

Die Kursgebühr beinhaltet die Busfahrt, den Empfang sowie die Degustation und Führung.

● Kurs 2991

Gerhard Rouget, Weinberater

Fr. 24.04.2026, 07:00 – 21:00 Uhr

Abfahrt: 06:40 Uhr Parkplatz Weltkulturerbe Völklinger Hütte

Abfahrt: 07:00 Uhr an der Schlossmauer (Busparkplatz), Franz-Josef-Röder Str. Saarbrücken

EUR 130,00 (zzgl. Kosten für das Abendmenü)

Anmeldung unter www.vhs-voelklingen.de
oder Fon 06898 1325977

Tagesfahrt

Südliche Weinstraße

Fahrt entlang der Weinorte der Route du Vin im Bereich von Colmar. Besuch einer der besten Domainen im Elsass. Stadtbesichtigung Eguisheim sowie Besuch einer Munsterkäserei. Gelegenheit zum Menü mit begleitenden Weinen in einem gastronomischen Restaurant.

Die Kursgebühr beinhaltet die Busfahrt, den Empfang sowie die Degustation und Führung.

● Kurs 2992

Gerhard Rouget, Weinberater

Fr. 19.06.2026, 08:00 – 21:00 Uhr

Abfahrt: 07:40 Uhr Parkplatz Weltkulturerbe Völklinger Hütte

Abfahrt: 08:00 Uhr an der Schlossmauer (Busparkplatz), Franz-Josef-Röder Str. Saarbrücken

EUR 110,00 (zzgl. Kosten für das Abendmenü)

Anmeldung unter www.vhs-voelklingen.de
oder Fon 06898 1325977

Dozentinnen und Dozenten



GERHARD ROUGET Romanist und Berater für Weinwissen und Weinkultur

» Als Romanist kam ich durch Frankreich in Berührung mit Wein und zur professionellen Beschäftigung mit ihm. Auf der Grundlage von Fachliteratur und Degustationen auf Weingütern und in Restaurants geht es mir um beste Weine und Weingüter und um Wein als kulturhistorisches Gut. Vor diesem Hintergrund konzipiere und leite ich seit vielen Jahren Weinseminare. Ein Weinseminar verstehe ich als Geschmacksschulung und Orientierung im Dschungel einer enormen Produktvielfalt. Ein vhs-Weinseminar ist ein Angebot, über Qualität zu sprechen, und gibt Gelegenheit, an einem Abend für relativ kleines Geld hervorragende Weine und das Profil von Rebsorten und Weinregionen kennenzulernen. «

Verantwortlich für den Programmbereich Sprachen



Sydney Müller
Programmbereichsleiterin
 Altes Rathaus, Zi. 31
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4348
 Fax 0681 506-4390
 sydney.mueller@rvsbr.de

Sprachen



Inhalt

Sprachen	218
• Englisch	223
• Französisch	231
• Spanisch	239
• Italienisch	243
Weitere Sprachen	247
• Arabisch	247
• Chinesisch	247
• Griechisch	247
• Japanisch	247
• Koreanisch	249
• Niederländisch	250
• Polnisch	250
• Portugiesisch	250
• Russisch	250
• Thailändisch	251
• Türkisch	251
Deutsch und Integration	252
• Prüfungen	254
• Integration	258
• Crashkurse	260
• Abendkurse	261
• Zusatzangebote	262

Beratung und Information



Andrea Heib
Pädagogische Mitarbeiterin
 Altes Rathaus, Zi. 31
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4330
 Fax 0681 506-4390
 andrea.heib@rvsbr.de

Anmeldung und Service



Marion Savelkous
Sachbearbeiterin Englisch
 Altes Rathaus, Zi. 32
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4312
 Fax 0681 506-4390
 marion.savelkous@rvsbr.de

Unterrichtsorte

- Altes Rathaus und vhs-Zentrum
Am Schlossplatz 1
- Günter-Wöhe-Schulen für Wirtschaft
Keplerstraße 7

Für alle Kurse ist eine vorherige
Anmeldung zwingend erforderlich.

Kurse, die nicht die Mindestteilnehmerzahl erreichen, können nur durchgeführt werden, wenn die Teilnehmer einer Kürzung der Kurstermine oder einer Erhöhung der Kursgebühren zustimmen.

Ein Zustieg in laufende Kurse ist nur bis zum dritten Kurstermin möglich.

Anmeldung und Service



Sabine Ickler
Sachbearbeiterin Französisch, Spanisch und Italienisch
 Altes Rathaus, Zi. 1
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4319
 Fax 0681 506-4390
 sabine.ickler@rvsbr.de



Julia Decker
Sachbearbeiterin Weitere Sprachen
 Altes Rathaus, Zi. 2
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4317
 Fax 0681 506-4399
 julia.decker@rvsbr.de



VERANSTALTUNGEN

KREATIV-WORKSHOPS UND KOCHKURSE

➤➤➤ Sa. 20.06.2026, 15:00 Uhr

**Handgeschöpftes Papier aus Pflanzenfasern:
Gestalten und Mitnehmen Ihres eigenen Papiers**

• Kurs 3837

➤➤➤ Fr. 19.06.2026, 18:00–20:15 Uhr

Shodō – Die Kunst der japanischen Kalligrafie

• Kurs 3838

➤➤➤ Fr. 10.04.2026, 17:00–19:15 Uhr

Furoshiki – Die japanische Art Dinge einzuwickeln

• Kurs 3839

➤➤➤ Mi. 06.05.2026, 18:00–22:00 Uhr

Koreanische Küche – Streetfood

• Kurs 2917

➤➤➤ Fr. 27.03.2026, 18:00–21:45 Uhr

Entdecken Sie die Aromen Thailands!

• Kurs 2918

➤➤➤ Fr. 12.06.2026, 18:00–21:45 Uhr

Som Tam & Yam Saep

• Kurs 2918A

ASIEN HAUTNAH ERLEBEN!

Anmeldung und weitere Informationen
unter www.vhs-saarbruecken.de

TEEZEREMONIE UND KONZERT

➤➤➤ Sa. 14.03.2026, 14:00 – 17:00 Uhr
Teeseminar – Schwerpunkt grüner Tee
• Kurs 2977

➤➤➤ Sa. 30.05.2026, 09:00 – 11:30 Uhr
Einführung in die ostasiatische Teezeremonie
• Kurs 2715

➤➤➤ Fr. 26.06.2026, 18:00 – 19:00 Uhr
**K-Drama OST Konzert –
Ein Abend mit koreanischen Serienmelodien**
• Kurs 3855

SPRACHCRASHKURS UND VORTRÄGE

➤➤➤ Mi. 08.04.2026, 17:00 – 19:15 Uhr

➤➤➤ Mi. 15.04.2026, 17:00 – 19:15 Uhr

Nihongo – Sprechen Sie Japanisch?

• Kurs 3840

➤➤➤ Sa. 13.06.2026, 10:00 – 12:15 Uhr

➤➤➤ Sa. 20.06.2026, 10:00 – 12:15 Uhr

➤➤➤ Sa. 27.06.2026, 10:00 – 12:15 Uhr

Thai für Reisende – Sprache & Kultur entdecken

• Kurs 3888

➤➤➤ Mi. 05.08.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Jeju – Koreas Insel der Götter

• Kurs 3850

➤➤➤ Fr. 12.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

**Koreanische Kultur und Seoul: Ein Blick hinter
die Kulissen des Netflix-Animationsdramas
„K-Pop Demon Hunters“**

• Kurs 3853

➤➤➤ Do. 23.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Taiwan – die abtrünnige Provinz Chinas?

• Kurs 1230

➤➤➤ Do. 07.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

**Der Drache und der Elefant – Das Ende der Illusion
vom Indopazifik-Bündnis?**

• Kurs 1231

SPRACHKOMPETENZ WIRD MESSBAR UND EUROPaweit VERGLEICHBAR

Der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen für Sprachen hat zum Ziel, Sprachkompetenz in einer europaweit gültigen Skala messbar zu machen. Dazu wurden Kompetenzstufen genau beschrieben und definiert. Sie reichen von A1 (geringe Anfangskenntnisse) bis zu C2 (nahezu muttersprachliche Kenntnisse) und beschreiben die kommunikative Kompetenz in den Fertigungsbereichen Hören, Lesen, Sprechen, Schreiben.

Elementare Sprachverwendung

A1

Kann vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze, die auf die Befriedigung konkreter Bedürfnisse zielen, verstehen und verwenden. Kann sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen – z. B. wo sie wohnen, welche Leute sie kennen oder welche Dinge sie haben – und kann auf Fragen dieser Art Antwort geben. Kann sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartnerinnen oder Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.

A2

Kann Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, die mit Bereichen von ganz unmittelbarer Bedeutung zusammenhängen (z. B. Informationen zur Person und zur Familie, Einkaufen, Arbeit, nähere Umgebung). Kann sich in einfachen routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen einfachen und direkten Austausch von Informationen über vertraute und geläufige

Dinge geht. Kann mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und Dinge im Zusammenhang mit unmittelbaren Bedürfnissen beschreiben.

Selbstständige Sprachverwendung

B1

Kann die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Kann sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessensgebiete äußern. Kann über Erfahrungen und Ereignisse berichten, Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben und zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen oder Erklärungen geben.

B2

Kann die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen; versteht im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen. Kann sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne größere Anstrengung auf beiden Seiten gut möglich ist. Kann sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert ausdrücken, einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern und die Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben.

Kompetente Sprachverwendung

C1

Kann ein breites Spektrum anspruchsvoller, längerer Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen. Kann sich spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter deutlich erkennbar nach Worten suchen zu müssen. Kann die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium wirksam und flexibel gebrauchen. Kann sich klar, strukturiert und ausführlich zu komplexen Sachverhalten äußern und dabei verschiedene Mittel zur Textverknüpfung angemessen verwenden.

C2

Kann praktisch alles, was er/sie liest oder hört, mühelos verstehen. Kann Informationen aus verschiedenen schriftlichen und mündlichen Quellen zusammenfassen und dabei Begründungen und Erklärungen in einer zusammenhängenden Darstellung wiedergeben. Kann sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken und auch bei komplexeren Sachverhalten feinere Bedeutungsnuancen deutlich machen.

ENGLISCH A1

Mit Abschluss von Englisch A1 könnt ihr erste einfache Satzstrukturen formulieren und elementare Fragen und Aussagen verstehen. Euer Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

Hooray for holidays!**Englisch für den Urlaub****1. Semester**

Dieser Kurs ist eine gute Vorbereitung für alle, die in kurzer Zeit sprachlich fit für die Reise in ein englischsprachiges Land werden wollen. Ihr lernt Redewendungen sowie einen Grundwortschatz, der es euch ermöglicht, sich in typischen Alltagssituationen im Hotel, im Restaurant, beim Einkaufen etc. zurechtzufinden. Lehrbuch: Hooray for Holidays! NEU, Hueber, ISBN 978-3-19-077243-8

● **Kurs 3201****Elisa Strozzi**

Mo. 16:30 – 18:00 Uhr
ab 16.03.2026, 10 Termine
Altes Rathaus, Raum 14
20 UST, EUR 68,00 (54,00)

Englisch für den Urlaub**2. Semester**

Lehrbuch: Hooray for Holidays! NEU, Hueber, ISBN 978-3-19-077243-8

● **Kurs 3202****Dr. Maria Hegner**

Mo. 16:30 – 18:00 Uhr
ab 16.03.2026, 10 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 17
20 UST, EUR 68,00 (54,00)

Get started!**Englisch A1 Stufe 1**

Lehrbuch: Let's Enjoy English A1.1, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-501666-8

● **Kurs 3204****Thomas Deutscher**

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 12
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

**Englisch A1 Stufe 1
nach den Osterferien**

Lehrbuch: Let's Enjoy English A1.1, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-501666-8

● **Kurs 3205****Javier Behr**

Mo. 16:30 – 18:00 Uhr
ab 20.04.2026, 10 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 15
20 UST, EUR 68,00 (54,00)

**Englisch A1 Stufe 1
mit Zeit und Muße**

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, die entspannt und ohne Zeitdruck Englisch lernen möchten. Eine sanfte Progression, viele Wiederholungsabschnitte und klare Strukturen ermöglichen die aktive Festigung des Gelernten. Motivierende Aufgaben und alltagsnahe Themen helfen, die eigenen Vorkenntnisse und kulturellen Interessen mit dem neuen Stoff zu verknüpfen und sorgen für Erfolgserlebnisse. Lehrbuch: Great! A1, 2nd edition, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-501753-5, ab Lektion 1

● **Kurs 3207****Sabine Saar**

Mi. 16:30 – 18:00 Uhr

ab 11.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 5
30 UST, EUR 116,00

**Englisch A1 Stufe 1
mit Zeit und Muße**

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, die entspannt und ohne Zeitdruck Englisch lernen möchten. Eine sanfte Progression, viele Wiederholungsabschnitte und klare Strukturen ermöglichen die aktive Festigung des Gelernten. Motivierende Aufgaben und alltagsnahe Themen helfen, die eigenen Vorkenntnisse und kulturellen Interessen mit dem neuen Stoff zu verknüpfen und sorgen für Erfolgserlebnisse.

Lehrbuch: Great! A1, 2nd edition, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-501753-5, ab Lektion 1

● **Kurs 3208****Dr. Maria Hegner**

Mi. 16:30 – 18:00 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 18
30 UST, EUR 116,00

Englisch A1 Stufe 2**Englisch A1 Stufe 2**

Lehrbuch: Let's Enjoy English A1.1, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-501666-8

● **Kurs 3209****Elisa Strozzi**

Di. 10:30 – 12:00 Uhr
ab 10.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 25
(Textiler Werkraum)
30 UST, EUR 102,00 (78,00)



Beratung und Einstufung

Sind Sie unsicher, bei welchem Niveau Sie in die Sprachkurse einsteigen sollten?

Wir beraten Sie gerne persönlich, telefonisch oder auch per E-Mail. Mit einem Einstufungstest und einer individuellen fachkompetenten Sprachberatung helfen wir Ihnen, den für Sie passenden Kurs zu finden. Einen Einstufungstest zur Selbsteinstufung finden Sie unter www.vhs-saarbruecken.de

Weitere Informationen zu Beratung und Einstufung:
Sydney Müller
Fon 0681 506-4348
sydney.mueller@rvsbr.de

Englisch A1 Stufe 2 mit Zeit und Muße

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, die entspannt und ohne Zeitdruck Englisch lernen möchten. Eine sanfte Progression, viele Wiederholungsabschnitte und klare Strukturen ermöglichen die aktive Festigung des Gelernten. Motivierende Aufgaben und alltagsnahe Themen helfen, die eigenen Vorkenntnisse und kulturellen Interessen mit dem neuen Stoff zu verknüpfen und sorgen für Erfolgserlebnisse.

Lehrbuch: Great! A1, 2nd edition,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-501753-5

● Kurs 3210

Janek Margardt

Fr. 16:30 – 18:00 Uhr
ab 13.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 5
30 UST, EUR 116,00

Englisch A1 Stufe 3

Englisch A1 Stufe 3

Lehrbuch: Let's Enjoy English A1.1,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-501666-8

● Kurs 3211

Elisa Strozzi

Mo. 09:00 – 10:30 Uhr
ab 09.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 26
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Englisch A1 Stufe 3 mit Zeit und Muße

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, die entspannt und ohne Zeitdruck Englisch lernen möchten. Eine sanfte Progression, viele Wiederholungsabschnitte und klare Strukturen ermöglichen die aktive Festigung des

Gelernten. Motivierende Aufgaben und alltagsnahe Themen helfen, die eigenen Vorkenntnisse und kulturellen Interessen mit dem neuen Stoff zu verknüpfen und sorgen für Erfolgserlebnisse.

Lehrbuch: Great! A1, 2nd edition,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-501753-5

● Kurs 3212

Elisa Strozzi

Mi. 16:30 – 18:00 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 13
30 UST, EUR 116,00

Junge vhs

Summer week at the old town hall

Let's practice English! - Englisch A1/ A2 in den Sommerferien

Wie funktioniert Englisch? Dieser Kurs bietet euch ein abwechslungsreiches Programm und trainiert eure mündliche Ausdrucksfähigkeit. Er richtet sich an Schüler der Klassenstufen 6 und 7 mit mindestens einem Jahr Englischunterricht.

● Kurs 3214

Janek Margardt

Mo. - Fr. 09:00 – 12:00 Uhr
ab 29.06.2026, 5 Termine
Altes Rathaus, Raum 5
20 UST, EUR 68,00

Anmeldung erforderlich bis 22.06.2026

ENGLISCH A2

Mit Abschluss von Englisch A2 beherrscht ihr wichtige sprachliche Grundstrukturen. Ihr könnt euch in einfachen alltäglichen Situationen verständigen, einfachen Texten die wichtigsten Informationen entnehmen und kurze Mitteilungen wie Postkarten, Telefonnotizen und kurze Briefe verfassen. Euer Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

Englisch A2 Stufe 1**Englisch A2 Stufe 1**

Lehrbuch: Let's Enjoy English A2.1, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-501668-2

● **Kurs 3219**

Thomas Deutscher

Di. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 10.03.2026, 15 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 22
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Englisch A2 Stufe 1

Lehrbuch wird nach Beginn bekannt gegeben.

● **Kurs 3220**

Annelies Bourgeois

Mi. 19:30 – 21:00 Uhr
ab 11.03.2026, 10 Termine
Altes Rathaus, Raum 17
20 UST, EUR 68,00 (54,00)

Englisch A2 Stufe 2**Englisch A2 Stufe 2**

Lehrbuch: Let's Enjoy English A2.1, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-501668-2

● **Kurs 3222**

Marina Calabrese

Do. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 12.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 16
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Englisch A2 Stufe 3**Englisch A2 Stufe 3 mit Zeit und Muße**

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, die entspannt und ohne Zeitdruck Englisch lernen möchten. Eine sanfte Progression, viele Wiederholungsabschnitte und klare Strukturen ermöglichen die aktive Festigung des Gelernten. Motivierende Aufgaben und alltagsnahe Themen helfen, die eigenen Vorkenntnisse und kulturellen Interessen mit dem neuen Stoff zu verknüpfen und sorgen für Erfolgserlebnisse.

Lehrbuch: At your Leisure A2. Englisch mit Zeit und Muße, Hueber, ISBN 978-3-19-202936-3

● **Kurs 3224**

Thomas Deutscher

Mi. 09:00 – 10:30 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 5
30 UST, EUR 116,00

Englisch A2 Stufe 4**Englisch A2 Stufe 4**

Lehrbuch: Let's Enjoy English A2.2, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-501669-9

● **Kurs 3226**

Gerhard Wagner

Mo. 16:30 – 18:00 Uhr
ab 09.03.2026, 15 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 14
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Dozentinnen und Dozenten

GERHARD WAGNER
Dozent Englisch

» Eine Sprache besteht aus mehr als Worten und Grammatik. Deswegen heißt eine neue Sprache zu lernen immer auch, die Sprechenden dadurch kennen zu lernen. Jeder Sprachkurs ist eine kleine Reise in die Kultur, Geschichte und Weltanschauung der Muttersprachler, die man so vielleicht nie erwartet hätte. Und trotzdem findet man in allem Unbekannten doch immer auch etwas Vertrautes. «



Buchen Sie Ihre Firmenschulung bei uns!

Berufsorientierte Sprachkurse fördern die fremdsprachliche sowie die interkulturelle Kompetenz Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und gewährleisten so den professionellen Umgang sowohl mit Geschäftspartnern als auch mit Kunden.

Wir bieten Ihnen qualifizierten Sprachunterricht individuell auf die Bedürfnisse Ihres Unternehmens zugeschnitten:

- Englisch • Französisch • Spanisch
- Weitere Sprachen auf Anfrage
- Inhouse oder an einem anderen geeigneten Ort

Beratung und Information:
Sydney Müller | Fon 0681 506-4348
sydney.mueller@rvsbr.de

Englisch A2 Stufe 4 mit Zeit und Muße

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, die entspannt und ohne Zeitdruck Englisch lernen möchten. Eine sanfte Progression, viele Wiederholungsabschnitte und klare Strukturen ermöglichen die aktive Festigung des Gelernten. Motivierende Aufgaben und alltagsnahe Themen helfen, die eigenen Vorkenntnisse und kulturellen Interessen mit dem neuen Stoff zu verknüpfen und sorgen für Erfolgserlebnisse.

Lehrbuch: At your leisure A2, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber, ISBN 978-3-19-202936-3

● Kurs 3228

Francesca Bertelli

Di. 10:30 – 12:00 Uhr
ab 10.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 5
30 UST, EUR 116,00

Let's practice!

Englisch A2 Refresher Course

In diesem Kurs werden mithilfe von authentischen Lehrmaterialien die alltagsnahen Sprachfertigkeiten in den Fokus gerückt. Spezielle Einheiten zur Grammatik in der gesprochenen Sprache, Wortschatzarbeit zu „Everyday English“ sowie Übungen zum schriftlichen Ausdruck trainieren und vertiefen eure sprachlichen Fähigkeiten für die direkte Anwendung im Alltag.

Lehrbuch: Brush up A2, English Refresher, Hueber, ISBN 978-3-19-002936-5

● Kurs 3229

Javier Behr

Mi. 16:30 – 18:00 Uhr
ab 18.03.2026, 15 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 21
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

English summer school

Englisch A2 Refresher Course im Sommer

In diesem Kurs werden mithilfe von authentischen Lehrmaterialien die alltagsnahen Sprachfertigkeiten in den Fokus gerückt. Spezielle Einheiten zur Grammatik in der gesprochenen Sprache, Wortschatzarbeit zu „Everyday English“ sowie Übungen zum schriftlichen Ausdruck trainieren und vertiefen eure sprachlichen Fähigkeiten für die direkte Anwendung im Alltag.

Lehrbuch: Let's Enjoy English A2 Review, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-19-501667-5

● Kurs 3230

Francesca Bertelli

Di. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 14.07.2026, 8 Termine
Altes Rathaus, Raum 5
16 UST, EUR 54,40
Anmeldung erforderlich bis 10.07.2026

ENGLISH A2/B1

Let's practice!

English Conversation step by step A2/B1

Der Kurs richtet sich an Senioren, die ihre Englischkenntnisse praktisch anwenden, erweitern und vertiefen möchten. Diskutieren Sie in entspannter Gesprächsrunde aktuelle Themen und frischen Sie Ihr Wortschatz- und Grammatikwissen auf!

● Kurs 3232

Silke Steffen

Mi. 10:30 – 12:00 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 5
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

ENGLISCH B1

Mit Abschluss von Englisch B1 verfügt ihr über solide Grundkenntnisse der Alltagssprache und könnt euch in alltäglichen Gesprächssituationen behaupten.

Euer Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

Englisch B1 Stufe 4**Englisch B1 Stufe 4**

Lehrbuch: Let's Enjoy English B1.2, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-501711-5

● **Kurs 3242**

Francesca Bertelli

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 5
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Englisch B1 Stufe 4

Lehrbuch: Let's Enjoy English B1.2, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-501711-5

● **Kurs 3243**

Silke Steffen

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 09.03.2026, 15 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 11
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

**Englisch B1 Stufe 4
mit Zeit und Muße**

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer mit Vorkenntnissen, die entspannt und ohne Zeitdruck Englisch lernen möchten. Eine sanfte Progression, viele Wiederholungsabschnitte und klare Strukturen ermöglichen die aktive Festigung des Gelernten. Motivierende Aufgaben und alltagsnahe

Themen helfen, die eigenen Vorkenntnisse und kulturellen Interessen mit dem neuen Stoff zu verknüpfen und sorgen für Erfolgserlebnisse.

Lehrbuch: Go for it! B1, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber, ISBN 978-3-19-102940-1

● **Kurs 3244**

Francesca Bertelli

Fr. 17:30 – 19:00 Uhr
ab 13.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 23
30 UST, EUR 116,00

Let's practice!**Englisch B1 Refresher Course**

Mithilfe von authentischen Lehrmaterialien werden die alltagsnahen Sprachfertigkeiten in den Fokus gerückt. Spezielle Einheiten zur Grammatik in der gesprochenen Sprache, Wortschatzarbeit zu „Everyday English“ sowie Übungen zum schriftlichen Ausdruck trainieren und vertiefen eure sprachlichen Fähigkeiten für die direkte Anwendung im Alltag.

Lehrbuch: Brush up B1, English Refresher, Hueber, ISBN 978-3-19-002937-2

● **Kurs 3245**

Elisa Strozzi

Mo. 10:30 – 12:00 Uhr
ab 16.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 26
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Englisch B1 Refresher Course

Lehrbuch: Headway 5th edition, Pre-Intermediate, Student's Book A, Oxford, ISBN 978-0-19-452773-6

● **Kurs 3246**

Thomas Deutscher

Mo. 11:00 – 12:30 Uhr
ab 09.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 5
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

**Dozentinnen und
Dozenten**

KATHERINE RAU
Dozentin Englisch

» Ursprünglich komme ich aus San Francisco in Kalifornien, doch während meines Austauschjahrs an der Universität des Saarlandes habe ich mich in das Saarland verliebt und bin geblieben. Ich glaube fest daran, dass Lernen und Unterrichten Spaß machen sollten, und genau das möchte ich in meinen Englischkursen vermitteln. Meine Kurse sind alles andere als langweilig und trocken. Stattdessen erwartet die Teilnehmer eine entspannte, lockere Atmosphäre, in der wir gemeinsam daran arbeiten, Hemmungen beim Englisch sprechen mit Spaß zu überwinden und das Selbstbewusstsein stärken. «

Englisch B1 Refresher Course

Lehrbuch: Language Hub, Intermediate, Student's Book, Macmillan Education, ISBN 978-3-19-092984-9

● Kurs 3247

Francesca Bertelli

Di. 09:00 – 10:30 Uhr
ab 17.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 5
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

English summer school

Englisch B1 Refresher Course im Sommer

In diesem Kurs werden mithilfe von authentischen Lehrmaterialien die alltagsnahen Sprachfertigkeiten in den Fokus gerückt. Spezielle Einheiten zur Grammatik in der gesprochenen Sprache, Wortschatzarbeit zu „Everyday English“ sowie Übungen zum schriftlichen Ausdruck trainieren und vertiefen eure sprachlichen Fähigkeiten für die direkte Anwendung im Alltag.

Lehrbuch: Language Hub, Pre-Intermediate, Student's Book, Macmillan Education, ISBN 978-3-19-062984-8

● Kurs 3248

Francesca Bertelli

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 15.07.2026, 8 Termine
Altes Rathaus, Raum 5
16 UST, EUR 54,40
Anmeldung erforderlich bis 10.07.2026

ENGLISH B2

Ihr könnt bereits ein Gespräch mit Muttersprachlern führen und auch die Hauptinhalte komplexer Texte verstehen. Anhand aktueller Materialien trainiert ihr eure Sprachkenntnisse und erweitert euren Wortschatz.

Let's practice!

Englisch B2 Refresher Course

This course offers authentic course material and focuses on real-world language skills.

Lernbuch: Language Hub, Upper Intermediate, Student's Book, Macmillan Education, ISBN 978-3-19-122984-9

● Kurs 3260

Janek Margardt

Fr. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 13.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 5
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Englisch B2 Refresher Course

This course offers authentic course material and focuses on real-world language skills.

● Kurs 3262

Javier Behr

Do. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 19.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 5
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Englisch B2 Speakout

This comprehensive course seamlessly integrates essential language skills – speaking, listening, reading, and writing – to enhance your English proficiency. With a focus on practical communication, the course equips you with the tools to express yourself confidently in various

contexts. Explore diverse cultural insights while refining grammar, vocabulary, and pronunciation.

Lehrbuch: Speakout B2 3rd Edition, Pearson, ISBN 978-1-292-35954-0

● Kurs 3264

Javier Behr

Di. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 17.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 5
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Let's talk and practice!

Englisch B2 Conversation

Lehrbuchunabhängiger Kurs für Teilnehmer, die sich im freien Gespräch bzw. in der korrekten Sprachanwendung perfektionieren wollen.

● Kurs 3266

Katherine Rau

Mo. 09:00 – 10:30 Uhr
ab 16.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 5
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Englisch B2 Reading and Speaking

We will read engaging stories together, talk about the themes, characters, and twists – and, of course, speak lots of English. You will expand your vocabulary, improve your fluency, and gain confidence in expressing yourself. Let's read and talk together!

● Kurs 3267

Gerhard Wagner

18:15 – 19:45 Uhr
ab 16.03.2026, 8 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 14
16 UST, EUR 54,40 (41,60)

ENGLISCH B2/C1**Let's talk and practice!****Englisch B2/C1 Conversation**

Lehrbuchunabhängige Kurse für Teilnehmer, die sich im freien Gespräch bzw. in der korrekten Sprachanwendung perfektionieren wollen.

● **Kurs 3272****Javier Behr**

Di. 19:30 – 21:00 Uhr
ab 17.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 5
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Englisch B2/C1 Conversation● **Kurs 3275****Dr. Bruno von Lutz,**

Do. 10:30 – 12:00 Uhr
ab 12.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 17
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Englisch B2/C1 Conversation● **Kurs 3276****Astrid Pidoll-Champomier**

Fr. 09:00 – 10:30 Uhr
ab 13.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 17
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

**Online-Kurs****Englisch B2/C1 Practicing English through short stories**

In this course, interested parties can expand their English language skills with selected short stories (also on suggestion). This is a conversation course for English so that students read a short text each week and then discuss it together in our weekly sessions. The course offers the opportunity to practice English and improve pronunciati-

on and vocabulary.

● **Kurs 3279****Christopher Lewis**

Fr. 17:30 – 19:00 Uhr
ab 20.03.2026, 10 Termine
online
20 UST, EUR 82,00

ENGLISCH C1

Ihr verfügt bereits über sehr gute Englischkenntnisse, könnt euch spontan und fließend ausdrücken, möchtet aber weiterhin eure Sprachkenntnisse trainieren und euren Wortschatz erweitern.

**Online-Kurs****Englisch C1 The Novel Book Club**

The Dispossessed by Ursula K. Le Guin
We will delve into one chapter per week, unraveling themes, characters, and literary techniques. Engage in lively discussions, cultivate critical thinking, and foster a community of passionate readers. Embark on a literary journey, one chapter at a time.

● **Kurs 3283****Christopher Lewis**

Do. 17:00 – 18:00 Uhr
ab 19.03.2026, 12 Termine
online
16 UST, EUR 65,00

Ihr möchtet einen Nachweis über eure Kursteilnahme?
Lasst euch eure Teilnahme an unseren Kursen durch eine Teilnahmebestätigung dokumentieren!

Dozentinnen und Dozenten**FRANCESCA BERTELLI****Dozentin Englisch**

» Nachdem ich mein Studium in Florenz beendet hatte, zog ich nach New York City, das dann für 25 Jahre meine Heimatstadt wurde. Ich habe eine echte Leidenschaft für das Unterrichten und liebe es, mein Wissen über die englische Sprache sowie die Kultur und Geschichte der englischsprachigen Länder weiterzugeben. In meinem Unterricht wende ich den Full-Immersion-Ansatz an, so dass Deutsch nur gelegentlich verwendet wird, um schwierige Punkte zu klären, wobei ich immer den besten Weg finde, die Unterrichtsstunde engagiert und angemessen auf jeden Teilnehmer abzustimmen. Ihre Fortschritte sind mein Erfolg und ich bin sehr stolz darauf, Ihre Sprachkenntnisse auf das nächste Niveau zu bringen. «



Beratung und Einstufung

Sind Sie unsicher, bei welchem Niveau Sie in die Sprachkurse einsteigen sollten?

Wir beraten Sie gerne persönlich, telefonisch oder auch per E-Mail. Mit einem Einstufungstest und einer individuellen fachkompetenten Sprachberatung helfen wir Ihnen, den für Sie passenden Kurs zu finden. Einen Einstufungstest zur Selbsteinstufung finden Sie unter www.vhs-saarbruecken.de

Weitere Informationen zu Beratung und Einstufung:
 Sydney Müller
 Fon 0681 506-4348
sydney.mueller@rvsbr.de

PRÜFUNGEN

Möchtet ihr euch eure sprachlichen Fähigkeiten offiziell bestätigen lassen? Lasst euch direkt beim Prüfungszentrum beraten, welche Prüfung euren Sprachkenntnissen entspricht. Die aktuellen Prüfungstermine und Informationen zur Anmeldung findet ihr beim Verband der Volkshochschulen des Saarlandes: www.vhs-saar.de.

ENGLISCH BILDUNGSURLAUB

Für alle Bildungsurlaubs-kurse ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich. Diese Kurse können auch ohne Anspruch auf Bildungsurlaub besucht werden.

So verwirklicht ihr eure Freistellung zur Weiterbildung:

Eine Anmeldebestätigung erhältet ihr nach eurer schriftlichen Anmeldung von uns.

Ihr beantragt eure Freistellung mindestens 8 Wochen vor Kursbeginn bei eurem Arbeitgeber.

Eine Abmeldung vom Kurs ist nur bis spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn möglich.

Business English: Unlocking Success in Professional Communication B1

This intensive course focuses on developing English language skills for professionals. Participants will enhance their communication abilities in business contexts, covering areas such as meetings, presentations, emails, and negotiations. Through interactive exercises and practical simulations, learners will improve their speaking, listening, reading, and writing skills. The course also emphasizes business vocabulary and grammar.

Lehrbuch: Basis for Business, New Edition B1, Cornelsen, ISBN 978-3-06-121850-8

● Kurs 3350

Francesca Bertelli

Mo. - Fr. 09:00 – 15:30 Uhr
 ab 06.07.2026, 5 Termine
 Altes Rathaus, Raum 13
 35 UST, EUR 180,00

Business English: Excelling in Professional Communication B2

This course focuses on developing advanced Business English skills for professionals. Participants will engage in practical activities, discussions, and simulations to refine their speaking, listening, reading, and writing abilities in a business context. Topics covered include negotiations, cross-cultural communication, presentations, and written correspondence. Participants will expand their business vocabulary and improve grammatical accuracy.

Lehrbuch: Basis for Business, New Edition B2, Cornelsen, ISBN 978-3-06-122156-0

● Kurs 3352

Javier Behr

Mo. - Fr. 09:00 – 15:30 Uhr
 ab 03.08.2026, 5 Termine
 Altes Rathaus, Raum 5
 35 UST, EUR 180,00

FRANZÖSISCH A1

Mit Abschluss von Französisch A1 könnt ihr erste einfache Satzstrukturen formulieren und elementare Fragen und Aussagen verstehen. Euer Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

Vive les vacances!

Französisch für Tourismus

1. Semester

Dieser Kurs ist nicht nur eine gute Vorbereitung für alle, die in kurzer Zeit sprachlich fit für die Reise in ein französischsprachiges Land werden wollen, sondern auch ein geeigneter Crashkurs für Beschäftigte in Hotels, Gaststätten und Geschäften hier in der Grenzregion. Ihr lernt Redewendungen sowie einen Grundwortschatz, der es euch ermöglichen, sich in typischen Alltagssituationen im Hotel, im Restaurant, beim Einkaufen etc. zurechtzufinden.

Wer Gefallen an der französischen Sprache gefunden hat, kann im Anschluss einen Kurs Französisch A1 Stufe 1 besuchen und seine bisher erworbenen Kenntnisse systematisch vertiefen.

Lehrbuch: Vive les vacances! Neu, Hueber, ISBN 978-3-19-117243-5

● Kurs 3401

Dr. Elisabeth Rauch-Bernd

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 11.03.2026, 10 Termine

G.-Wöhe-Schulen, Raum 23

20 UST, EUR 68,00 (54,00)

Commençons!

Französisch A1 Stufe 1

Lehrbuch: Rencontres en français A1, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-529647-3

● Kurs 3403

Sabrina Kircher Francois

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 09.03.2026, 12 Termine

G.-Wöhe-Schulen, Raum 21

24 UST, EUR 82,00 (65,00)

Französisch A1 Stufe 1

Lehrbuch: Rencontres en français A1, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-529647-3

● Kurs 3405

Astrid Meiser

Mi. 09:00 – 10:30 Uhr

ab 11.03.2026, 15 Termine

Altes Rathaus, Raum 17

30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Französisch A1 Stufe 1

Lehrbuch: Rencontres en français A1, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-529647-3

● Kurs 3407

Dr. Maria Hegner

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 11.03.2026, 15 Termine

G.-Wöhe-Schulen, Raum 18

30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Französisch A1 Stufe 1
nach den Osterferien

Lehrbuch: Rencontres en français A1, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-529647-3

● Kurs 3408

N.N.

Di. 18:00 – 19:30 Uhr

Dozentinnen und
Dozenten

ASTRID MEISER

Dozentin Französisch

» Bereits seit 30 Jahren unterrichte ich mit großer Freude Französisch an der vhs. Es ist mir sehr wichtig, mit der Zeit zu gehen und auf dem neuesten Stand zu sein, was Lehr- und Lernmethoden sowie landeskundliche Themen betrifft. Da Sprache auch immer eng mit Kultur verwoben ist, möchte ich Ihnen in meinen Kursen nicht nur sprachliches, sondern auch kulturelles Wissen an die Hand geben. In entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß werden wir uns dem Französischen und den Besonderheiten Frankreichs widmen. Besonders freue ich mich, wenn mir Kursteilnehmer stolz von ihren (sprachlichen) Abenteuern berichten können. «

ab 21.04.2026, 10 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 12
20 UST, EUR 68,00 (54,00)

Französisch A1 Stufe 2

Französisch A1 Stufe 2

Lehrbuch: Rencontres en français A1,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-529647-3

● Kurs 3410

Dr. Maria Hegner

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 09.03.2026, 15 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 17
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Französisch A1 Stufe 2

Lehrbuch: Rencontres en français A1,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-529647-3

● Kurs 3412

Eric Deby

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
vhs-Zentrum, Saal 1 OG
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Französisch A1 Stufe 2

Lehrbuch: Rencontres en français A1,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-529647-3

● Kurs 3414

Eric Deby

Do. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 12.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 25
(Textiler Werkraum)
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Französisch A1 Stufe 3

Französisch A1 Stufe 3

Lehrbuch: Rencontres en français A1,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-529647-3

● Kurs 3416

Thierry Dupin

Di. 10:30 – 12:00 Uhr
ab 10.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 17
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Französisch A1 Stufe 3

Lehrbuch: Rencontres en français A1,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-529647-3

● Kurs 3418

Eric Deby

Di. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 10.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 25
(Textiler Werkraum)
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Französisch A1 Stufe 3

Lehrbuch: Rencontres en français A1,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-529647-3

● Kurs 3420

Sébastien Dumont-Roty

Di. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 10.03.2026, 15 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 14
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Französisch A1 Stufe 4

Französisch A1 Stufe 4

Lehrbuch: Rencontres en français A1,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-529647-3

● Kurs 3421

Thomas Deutscher

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 09.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 27
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Französisch A1 Stufe 4

Lehrbuch: Rencontres en français A1,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-529647-3

● Kurs 3423

Thierry Dupin

Do. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 12.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 27
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Déjà-vu

Französisch A1 Auffrischung

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer,
die das Niveau A1 bereits erreicht haben,
jedoch vor dem Einstieg in die Stufe A2
ihre Kenntnisse zunächst festigen und
aktivieren möchten.

Lehrbuch: Intermezzo Französisch A1,
Hueber, ISBN 978-3-19-109600-7

● Kurs 3426

Thomas Deutscher

Fr. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 13.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 17
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Déjà-vu – Französisch A1/A2 Auffrischung

Frischt eure Französischkenntnisse auf –
einfach, praxisnah und mit Spaß! In die-
sem Kurs beschäftigen wir uns mit zent-
ralen Grammatikthemen der Niveaustufen
A1/A2 und bringen eure Sprachkenntnisse
durch Sprechen, Hören und praktische
Übungen wieder in Schwung. Ideal für
alle, die vorhandenes Wissen auffrischen
und sicherer anwenden möchten.

Lehrbuch: Déjà-vu A1-A2, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-529633-6

● **Kurs 3428**

Sabrina Kircher Francois

Do. 10:30 – 12:00 Uhr
ab 12.03.2026, 12 Termine
Altes Rathaus, Raum 6
24 UST, EUR 82,00 (65,00)

FRANZÖSISCH A2

Mit Abschluss von Französisch A2 beherrscht ihr wichtige sprachliche Grundstrukturen. Ihr könnt euch in einfachen alltäglichen Situationen verständigen, einfachen Texten die wichtigsten Informationen entnehmen und kurze Mitteilungen wie Postkarten, Telefonnotizen und kurze Briefe verfassen. Euer Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

Französisch A2 Stufe 1

Französisch A2 Stufe 1

Lehrbuch: Rencontres en français A2, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-530078-1

● **Kurs 3430**

Eric Deby

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 09.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 25
(Textiler Werkraum)
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Französisch A2 Stufe 2

Französisch A2 Stufe 2

Lehrbuch: Rencontres en français A2, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-530078-1 und freie Materialien

● **Kurs 3432**

Susanne Krause-Wichmann

Di. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 10.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 27
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Französisch A2 Stufe 3

Französisch A2 Stufe 3

Lehrbuch: Rencontres en français A2, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-530078-1

● **Kurs 3434**

Astrid Meiser

Mo. 19:30 – 21:00 Uhr
ab 09.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 17
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Französisch A2 Stufe 3

Lehrbuch: Rencontres en français A2, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-530078-1

● **Kurs 3436**

Sabrina Kircher Francois

Di. 10:30 – 12:00 Uhr
ab 10.03.2026, 12 Termine
Altes Rathaus, Raum 26
24 UST, EUR 82,00 (65,00)

Französisch A2 Stufe 3

Lehrbuch: Rencontres en français A2, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-530078-1

● **Kurs 3438**

Dr. Elisabeth Rauch-Bernd

Dozentinnen und Dozenten



CHANTAL NICOLAY
Dozentin Französisch

» Nach dem Studium der Romanistik und Germanistik und einem Jahr als Assistentin in Zweibrücken habe ich in der Touristikbranche und parallel dazu an verschiedenen vhs angefangen zu unterrichten. Bis heute unterrichte ich an der vhs und arbeite auch als Prüferin für DELF (Diplôme d'Etudes en langue française). Meine Muttersprache versuche ich in einer entspannten Atmosphäre, interaktiv und kurzweilig zu vermitteln. Dabei entsteht eine positive Gruppendynamik mit interessanten Debatten über das tägliche Leben und die aktuellen Ereignisse und einem Austausch von Reise- und Kulturtipps. Sprechen(lernen) steht bei mir an erster Stelle. Mein Motto ist: Mieux comprendre la France, les Français et LE français. «

Di. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 10.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 26
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Französisch A2 Stufe 4

Französisch A2 Stufe 4

Lehrbuch: Rencontres en français A2,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-530078-1

● Kurs 3439

Astrid Meiser

Mi. 10:30 – 12:00 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 6
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Französisch A2 Stufe 4

Lehrbuch: Rencontres en français A2,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-530078-1

● Kurs 3440

Susanne Krause-Wichmann

Do. 10:30 – 12:00 Uhr
ab 12.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 25
(Textiler Werkraum)
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Déjà-vu

Ihr habt Französisch schon einmal gelernt, inzwischen aber vieles wieder vergessen? In diesen Kursen reaktiviert ihr eure versunkenen Französischkenntnisse effektiv.

Französisch A2 Auffrischung Dialoge für den Alltag

Lehrbuch: Rebonjour A2, Hueber,
ISBN 978-3-19-003373-7

● Kurs 3442

Thierry Dupin

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 09.03.2026, 15 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 12
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Französisch A2 Auffrischung Dialoge für den Alltag

Lehrbuch: Rebonjour A2, Hueber,
ISBN 978-3-19-003373-7, freie Materialien
und kleine Lektüre

● Kurs 3444

Nicoline Thiele

Di. 10:30 – 12:00 Uhr
ab 10.03.2026, 10 Termine
Altes Rathaus, Raum 27
20 UST, EUR 68,00 (54,00)

Französisch A2/B1 Lektüre, Grammatik, Konversation

Freie Materialien

● Kurs 3446

Eric Deby

Mi. 10:30 – 12:00 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 25
(Textiler Werkraum)
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Französisch A2 Auffrischung am Samstag

Französisch A2 Auffrischung am Samstag

Lehrbuch: Rebonjour A2, Hueber,
ISBN 978-3-19-003373-7

● Kurs 3450

Astrid Meiser

14.03., 21.03., 28.03.2026, 3 Termine
Altes Rathaus, Raum 6
15 UST, EUR 60,00
Anmeldung erforderlich bis 10.03.2026

Französisch A2 Auffrischung am Samstag

Lehrbuch: Rebonjour A2, Hueber,
ISBN 978-3-19-003373-7

● Kurs 3451

Astrid Meiser

30.05., 13.05., 20.06.2026, 3 Termine
Altes Rathaus, Raum 5
15 UST, EUR 60,00
Anmeldung erforderlich bis 26.05.2026

Été français

Französisch? Pas de problème! – Fit für Französisch A2/B1 im Sommer

Lassen Sie Ihr Französisch im Sommer aufleben! Mit abwechslungsreichen Übungen, authentischen Themen und viel Gesprächspraxis festigen Sie Grammatik und Wortschatz – für mehr Leichtigkeit und Freude an der Sprache. Für alle Frankreichliebhaber, aber auch für Schüler der Oberstufe.

● Kurs 3453

Catherine Sicurani

Mo. 09:00 – 12:15 Uhr
ab 27.07.2026, 5 Termine
Altes Rathaus, Raum 27
20 UST, EUR 73,00 (59,00)
Anmeldung erforderlich bis 20.07.2026

Parlons-en!

Französisch A2/B1 Conversation Freie Lehrmaterialien

● Kurs 3454

Thierry Dupin

Mo. 19:30 – 21:00 Uhr
ab 09.03.2026, 15 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 12
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Apprendre le français avec des chansons

Französisch lernen mit Chansons (A2/B1)

Chansons, einmal anders!

Aus dem mehrfach prämierten Film von Alain Resnais "on connaît la chanson" werden wir gemeinsam witzige, beschwingte oder profunde chansons anhören, und besprechen. Inwiefern Gilbert Bécaud, France Gall, Jaques Dutronc, Léo Ferré oder Dalida das emotionale Karussell des Lebens wiedergeben? Die Kinozeitschrift Cinema war dieser Meinung, und ihr?

● Kurs 3456

Catherine Sicurani

Do. 16:30 – 18:00 Uhr

ab 12.03.2026, 6 Termine

Altes Rathaus, Raum 27

12 UST, EUR 45,00

FRANZÖSISCH B1

Mit Abschluss von Französisch B1 verfügt ihr über solide Grundkenntnisse der Alltagssprache und könnt euch in alltäglichen Gesprächssituationen behaupten.

Euer Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

Déjà-vu

Mit frischen, authentischen Materialien und einem klaren Fokus auf die Praxis bringen diese Französischkurse frischen Schwung in eure Sprachkenntnisse. Ihr lernt, euch sicher und passend in typischen Alltagssituationen auszudrücken – sei es beim Einkaufen, im Restaurant oder auf Reisen. Der Kurs frischt eure Grammatikkenntnisse gezielt auf, erweitert euren Wortschatz und stärkt Schritt für Schritt euer Lese- und Hörverstehen. So gewinnt ihr mehr Sicherheit und Freude am Französischsprechen.

Französisch B1 Auffrischung

Lehrbuch: Reprise Neubearbeitung, Hueber, ISBN 978-3-19-003380-5, und freie Materialien

● Kurs 3460

Susanne Krause-Wichmann

Mo. 10:00 – 11:30 Uhr

ab 09.03.2026, 15 Termine

Altes Rathaus, Raum 16

30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Parlons-en!

Französisch B1 Conversation française facile

Freie Materialien

● Kurs 3465

Chantal Nicolay

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 09.03.2026, 10 Termine

Altes Rathaus, Raum 16

20 UST, EUR 68,00 (54,00)

Französisch B1 Conversation en été

Freie Materialien

„Discutons sans contraintes de sujets d'actualité, de choses et d'autres ...“

Dozentinnen und Dozenten



CATHERINE SICURANI

Dozentin Französisch

» Was bewegt mich als sprachinteressierte Französin noch heute, nach langjähriger Tätigkeit in den Bereichen Zweisprachigkeit und grenzüberschreitende Projekte, gerade hier, im Saarland? Ganz einfach: das Bedürfnis, Ihnen in meiner Muttersprache Dialoge und Lektüren als Schlüssel zur französischen Welt anzubieten und Ihnen in meinen Kursen die Gelegenheit zu geben, Ihre Sprachkenntnisse aufzufrischen oder zu perfektionieren. Vielleicht werden wir auf diesem Wege auch gemeinsam lernen, einander aufmerksamer wahrzunehmen und besser zu verstehen. Das ist mein Ziel – mit Freude, immer wieder. «



Buchen Sie Ihre Firmenschulung bei uns!

Berufsorientierte Sprachkurse fördern die fremdsprachliche sowie die interkulturelle Kompetenz Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und gewährleisten so den professionellen Umgang sowohl mit Geschäftspartnern als auch mit Kunden.

Wir bieten Ihnen qualifizierten Sprachunterricht individuell auf die Bedürfnisse Ihres Unternehmens zugeschnitten:

- Englisch • Französisch • Spanisch
- Weitere Sprachen auf Anfrage
- Inhouse oder an einem anderen geeigneten Ort

Beratung und Information:
Sydney Müller | Fon 0681 506-4348
sydney.mueller@rvsbr.de

● Kurs 3468

Thierry Dupin

Mi. 17:00 – 18:30 Uhr
ab 15.07.2026, 7 Termine
Altes Rathaus, Raum 16
14 UST, EUR 58,00

Entraînons-nous!

Französisch B1 Lektüre, Diskussion und Grammatik nach Bedarf

Lehrmaterial wird zu Beginn bekannt gegeben.

● Kurs 3470

Astrid Meiser

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 09.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 17
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Entraînons-nous am Samstag

Französisch B1/B2 Conversation et grammaire am Samstag

Freie Materialien

● Kurs 3471

Catherine Sicurani

Sa. 09:00 – 13:00 Uhr
14.03., 18.04., 09.05.2026, 3 Termine
Altes Rathaus, Raum 13
15 UST, EUR 45,00 (34,00)
Anmeldung erforderlich bis 10.03.2026

Französisch B1/B2 Conversation et grammaire am Samstag

Freie Materialien

● Kurs 3472

Catherine Sicurani

Sa. 09:00 – 13:00 Uhr
30.05., 13.06., 04.07.2026, 3 Termine
Altes Rathaus, Raum 23
15 UST, EUR 45,00 (34,00)
Anmeldung erforderlich bis 26.05.2026

Paroles & Plaisir – Französisch B1/B2 Conversation

In dieser lockeren und entspannten Konversationsrunde üben wir gemeinsam Französisch im Alltagston. Bei Kaffee-Atmosphäre sprechen wir über leichte, abwechslungsreiche Themen, erweitern spielerisch den Wortschatz und gewinnen mehr Sicherheit beim freien Sprechen – in einer offenen, ungezwungenen Lernumgebung.

● Kurs 3478

Dr. Sylvie Dauriach

Mi. 16:00 – 17:30 Uhr
ab 11.03.2026, 10 Termine
Altes Rathaus, Raum 11
20 UST, EUR 68,00 (54,00)

FRANZÖSISCH B2

Ihr könnt bereits ein Gespräch mit Muttersprachlern führen und auch die Hauptinhalte komplexer Texte verstehen. Anhand aktueller Materialien trainiert ihr eure Sprachkenntnisse und erweitert euren Wortschatz. Euer Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe B2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

Parlons-en!

Französisch B2 Conversation

„Discutons sans contraintes de sujets d’actualité, de choses et d’autres ...“

● Kurs 3480

Thierry Dupin

Di. 09:00 – 10:30 Uhr
ab 10.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 17
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Französisch B2/C1 Conversation

Notre cours de conversation offre un environnement accueillant pour stimuler votre expression orale et renforcer votre confiance à l'oral.

● **Kurs 3482**

Catherine Sicurani

Mo. 09:00 – 10:30 Uhr

ab 09.03.2026, 15 Termine

Altes Rathaus, Raum 17

30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Französisch B2 Conversation en été

Freie Materialien

„Discutons sans contraintes de sujets d'actualité, de choses et d'autres ...“

● **Kurs 3485**

Thierry Dupin

Mi. 18:30 – 20:00 Uhr

ab 15.07.2026, 7 Termine

Altes Rathaus, Raum 16

14 UST, EUR 58,00

Coin de l'art français**Regard sur la création artistique (B2/C1)**

Des visites-conférences mensuelles proposées en français au Saarlandmesum vous permettent non seulement de faire la découverte des expositions et des riches collections permanentes abritées au musée, mais aussi de porter un regard attentif sur la création artistique et de passer un moment de partage en groupe.

● **Kurs 3490**

Dr. Anne-Marie Werner

Mi. 16:00-17:30, 3 Termine

25.03., 29.04. und 27.05.2026

Moderne Galerie des Saarlandmuseums

EUR 40,00 (zzgl. Eintritt Museum vor Ort)

Anmeldung bis 20.03.2026 erforderlich

Ihr möchtet einen Nachweis über eure Kursteilnahme?

Lasst euch eure Teilnahme an unseren Kursen durch eine Teilnahmebestätigung dokumentieren!

FRANZÖSISCH BILDUNGSURLAUB

Für alle Bildungsurlaubs-kurse ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich. Diese Kurse können auch ohne Anspruch auf Bildungsurlaub besucht werden.

So verwirklicht ihr eure Freistellung zur Weiterbildung:

Eine Anmeldebestätigung erhältet ihr nach eurer schriftlichen Anmeldung von uns.

Ihr beantragt eure Freistellung mindestens 8 Wochen vor Kursbeginn bei eurem Arbeitgeber.

Eine Abmeldung vom Kurs ist nur bis spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn möglich.

Le français pour tous les contextes – Französisch B2

Réactiver et entraîner ses compétences en communication. Notre congé de formation rafraîchit votre vocabulaire, consolide vos connaissances grammaticales et entraîne vos compétences orales. Discutez de sujets de société actuels et devenez linguistiquement compétent dans tous les contextes linguistiques. Le manuel sera communiqué avant le début du cours.

● **Kurs 3551**

Magali Dietzsch

Mo. - Fr. 09:00 – 15:30 Uhr

ab 22.06.2026, 5 Termine

Altes Rathaus, Raum 5

35 UST, EUR 180,00

Dozentinnen und Dozenten

SUSANNE KRAUSE-WICHMANN

Dozentin Französisch und Italienisch

» Seit über 20 Jahren unterrichte ich Französisch und Italienisch an der vhs Regionalverband Saarbrücken. Noch immer empfinde ich es als Bereicherung, täglich mit den unterschiedlichsten Menschen zusammenzutreffen und sie auf ihrem Weg in fremde Sprachen und Kulturen zu begleiten. Hierbei ist es mir wichtig, in einem lebendigen und interaktiven Unterricht auf die Bedürfnisse und Wünsche der Lernenden einzugehen und gemeinsam mit ihnen die Kursziele zu erreichen. «

Möchtet ihr euch eure sprachlichen Fähigkeiten offiziell bestätigen lassen? Lasst euch direkt beim Prüfungszentrum beraten, welche Prüfung euren Sprachkenntnissen entspricht. Die aktuellen Prüfungstermine und Informationen zur Anmeldung findet ihr beim Verband der Volkshochschulen des Saarlandes: www.vhs-saar.de.

Gehört es zu Ihren guten Vorsätzen für das Jahr 2026, Ihre Französischkenntnisse zu verbessern und sie offiziell bescheinigen zu lassen, wenn es um Ihre Studienpläne oder Ihren beruflichen Werdegang geht?

Das Institut d'Études Françaises (IEF) wird ab März Intensivkurse zur Vorbereitung auf die Prüfungen DELF-DALF „tout public“ (für alle) anbieten. Ein komplettes Programm über mehrere Tage, welches spezifische Vorbereitungen für die einzelnen Sprachkompetenzen, einen Probelauf für den mündlichen Teil und eine Schnupperprüfung für Ihr Zielniveau umfasst.

Dieses Angebot richtet sich an alle Lernenden, egal ob Sie im Rahmen Ihres Studiums an einer universitären Austausch teilnehmen oder Ihr berufliches Profil schärfen wollen.

Die Einzelkurse werden im Institut d'Études Françaises (Villa Europa) abgehalten und die Gruppenkurse werden in der Volkshochschule in Saarbrücken (Altes Rathaus) stattfinden.

Kontakt und Anmeldung: Morgane Brette
langue@ief-saarbruecken.eu



Voraussetzung Grundkenntnisse in
Französisch (A1-A2).

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 18.03.2026, 10 Termine

online Zoom
20 UST, EUR 110,00
Anmeldung erforderlich bis 12.03.2026

SPANISCH A1

Mit Abschluss von Spanisch A1 könnt ihr erste einfache Satzstrukturen formulieren und elementare Fragen und Aussagen verstehen. Euer Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

¡Vivan las vacaciones!

Spanisch für den Urlaub

1. Semester

Dieser Kurs ist eine gute Vorbereitung für alle, die in kurzer Zeit sprachlich fit für die Reise in ein spanischsprachiges Land werden wollen. Ihr lernt Redewendungen sowie einen Grundwortschatz, der es euch ermöglichen, sich in typischen Alltagssituationen im Hotel, im Restaurant, beim Einkaufen etc. zurechtzufinden. Wer Gefallen an der spanischen Sprache gefunden hat, kann im Anschluss einen Kurs Spanisch A1 Stufe 1 besuchen und seine bisher erworbenen Kenntnisse systematisch vertiefen.

Lehrbuch: ¡Vivan las vacaciones!
Neu, Hueber, ISBN 978-3-19-317243-3

● Kurs 3601

N.N.

Do. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 12.03.2026, 10 Termine
Altes Rathaus, Raum 17
20 UST, EUR 68,00 (54,00)

Spanisch für den Urlaub

2. Semester

Lehrbuch: ¡Vivan las vacaciones!
Neu, Hueber, ISBN 978-3-19-317243-3

● Kurs 3602

Valeria Pacheco Torres

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 11.03.2026, 10 Termine
Altes Rathaus, Raum 17
20 UST, EUR 68,00 (54,00)

Entrada al español

Spanisch A1 Stufe 1

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-514676-1

● Kurs 3604

Ruby Camelo Ramirez

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 16
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Spanisch A1 Stufe 1

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-514676-1

● Kurs 3606

N.N.

Fr. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 13.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 25
(Textiler Werkraum)
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Spanisch A1 Stufe 1 nach den Osterferien

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-514676-1

● Kurs 3608

N.N.

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr

Dozentinnen und Dozenten



SIMONE OSTHOFF

Dozentin Spanisch

» Die Bedeutung der zwischenmenschlichen Kommunikation war für mich die Motivation, einen sprachwissenschaftlichen Studiengang zu belegen. Schon während des Studiums war es daher für mich naheliegend, das erworbene Wissen mit meinen Mitmenschen zu teilen. Durch regelmäßige Aufenthalte in spanischsprachigen Ländern konnte ich meine Kenntnisse über deren Kultur und Bräuche vertiefen. Diese Erfahrungen möchte ich meinen KursteilnehmerInnen in einem lebendigen Unterricht vermitteln. Dabei kommen mir meine über 35-jährige Erfahrung als Dozentin sowie meine in der täglichen Praxis als vereidigte Übersetzerin erworbenen Fähigkeiten zugute. Lernen soll Spaß machen und ich hoffe, dass meine Begeisterung für die spanische Sprache auch auf meine TeilnehmerInnen überspringt. <<



Beratung und Einstufung

Sind Sie unsicher, bei welchem Niveau Sie in die Sprachkurse einsteigen sollten?

Wir beraten Sie gerne persönlich, telefonisch oder auch per E-Mail. Mit einem Einstufungstest und einer individuellen fachkompetenten Sprachberatung helfen wir Ihnen, den für Sie passenden Kurs zu finden. Einen Einstufungstest zur Selbsteinstufung finden Sie unter www.vhs-saarbruecken.de

Weitere Informationen zu Beratung und Einstufung:
Sydney Müller
Fon 0681 506-4348
sydney.mueller@rvsbr.de

ab 20.04.2026, 10 Termine
Altes Rathaus, Raum 26
20 UST, EUR 68,00 (54,00)

Español en verano

Spanisch A1 Stufe 1 im Sommer

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-514676-1

● Kurs 3610

Paola Rosell Ehrhardt

Mo.+Mi. 17:00 – 20:00 Uhr

ab 20.07.2026, 8 Termine

Altes Rathaus, Raum 16

32 UST, EUR 108,00 (83,00)

Anmeldung erforderlich bis 15.07.2026

Spanisch A1 Auffrischung im Sommer

Sie möchten Ihre Basiskenntnisse auffrischen und vertiefen? Dieser Kurs trainiert Ihre mündliche Ausdrucksfähigkeit, vertieft grammatikalische Kenntnisse und erweitert Ihren Wortschatz.

Lehrbuch: Intermezzo Spanisch A1,

Hueber, ISBN 978-3-19-329600-9

● Kurs 3611

Pilar Alpuente

Di. 17:30 – 19:45 Uhr

ab 16.06.2026, 7 Termine

Altes Rathaus, Raum 16

21 UST, EUR 71,00 (54,00)

Anmeldung erforderlich bis 11.06.2026

Spanisch A1 Stufe 2

Spanisch A1 Stufe 2

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-514676-1

● Kurs 3614

Valeria Pacheco Torres

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 09.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 24
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Spanisch A1 Stufe 2

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-514676-1

● Kurs 3616

Valeria Pacheco Torres

Di. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 10.03.2026, 15 Termine

Altes Rathaus, Raum 25

(Textiler Werkraum)

30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Spanisch A1 Stufe 3

Spanisch A1 Stufe 3

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-514676-1

● Kurs 3618

Fernanda Rodríguez

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 11.03.2026, 15 Termine

Altes Rathaus, Raum 24

30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Spanisch A1 Stufe 4

Spanisch A1 Stufe 4

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-514676-1

● Kurs 3620

Ruby Camelo Ramirez

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 09.03.2026, 15 Termine

Altes Rathaus, Raum 26

30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Spanisch A1 Stufe 4

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-514676-1

● Kurs 3622

Ruby Camelo Ramirez

Do. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 12.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 15
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

SPANISCH A2

Mit Abschluss von Spanisch A2 beherrscht ihr wichtige sprachliche Grundstrukturen. Ihr könnt euch in einfachen alltäglichen Situationen verständigen, einfachen Texten die wichtigsten Informationen entnehmen und kurze Mitteilungen wie Postkarten, Telefonnotizen und kurze Briefe verfassen. Euer Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

Spanisch A2 Stufe 1

Spanisch A2 Stufe 1

Lehrbuch: Con gusto nuevo A2,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-514682-2
(Hinweis: Lehrbuch Con gusto nuevo A1 wird zu Beginn des Kurses noch beendet.)

● Kurs 3624

Rubén Cárdenas

Mi. 19:30 – 21:00 Uhr
ab 11.03.2026, 13 Termine
Altes Rathaus, Raum 23
26 UST, EUR 88,40 (72,00)

Spanisch A2 Stufe 4

Spanisch A2 Stufe 4

Lehrbuch: Con gusto nuevo A2,
Hybride Ausgabe allango, Klett,
ISBN 978-3-12-514682-2

● Kurs 3628

Natalia Seguí

Di. 18:30 – 20:00 Uhr
ab 10.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 16
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Spanisch A2 Stufe 4

Lehrbuch: Con gusto A2, Klett,
ISBN 978-3-12-514990-8

● Kurs 3630

Simone Osthoff

Fr. 10:30 – 12:00 Uhr
ab 13.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 25
(Textiler Werkraum)
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

SPANISCH B1

Mit Abschluss von Spanisch B1 verfügt ihr über solide Grundkenntnisse der Alltagssprache und könnt euch in alltäglichen Gesprächssituationen behaupten. Euer Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

Vamos a hablar

Spanisch B1 Conversación

Este curso está dividido en tres partes. En la primera repasamos la gramática traduciendo textos al español. En la segunda leemos textos actuales sobre los que discutimos a continuación y terminamos el curso jugando al Tabú.



Korea hautnah erleben

Entdecken Sie unsere Themenveranstaltungen rund um Korea

➤➤➤ Fr. 12.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

**Koreanische Kultur und Seoul:
Ein Blick hinter die Kulissen des
Netflix-Animationsdramas**

„K-Pop Demon Hunters“

● Kurs 3853

➤➤➤ Fr. 26.06.2026, 18:00 – 19:00 Uhr

**K-Drama OST Konzert – Ein Abend
mit koreanischen Serienmelodien**

● Kurs 3855

➤➤➤ Mi. 05.08.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Jeju – Koreas Insel der Götter

● Kurs 3850

Anmeldung erforderlich unter:
www.vhs-saarbruecken.de

● **Kurs 3640***Simone Osthoff*

Do. 10:30 – 12:00 Uhr
 ab 12.03.2026, 15 Termine
 Altes Rathaus, Raum 26
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

SPANISCH B2

Ihr könnt bereits ein Gespräch mit Muttersprachlern führen und auch die Hauptinhalte komplexer Texte verstehen. Anhand aktueller Materialien trainiert ihr eure Sprachkenntnisse und erweitert euren Wortschatz. Euer Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe B2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

Spanisch B2 Stufe 4**Spanisch B2 Stufe 4**

Lehrbuch: Con gusto nuevo B2,
 Hybride Ausgabe allango, Klett,
 ISBN 978-3-12-515016-4

● **Kurs 3642***Rubén Cárdenas*

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr
 ab 11.03.2026, 13 Termine
 Altes Rathaus, Raum 23
 26 UST, EUR 88,40 (72,00)

Spanisch B2 Avanzado**Spanisch B2 Avanzado**

Lehrbuch: Con gusto nuevo B2,
 Hybride Ausgabe allango, Klett,
 ISBN 978-3-12-515016-4

● **Kurs 3644***Ruby Camelo Ramirez*

Fr. 10:30 – 12:00 Uhr
 ab 13.03.2026, 15 Termine
 Altes Rathaus, Raum 5
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

¡Vamos a repetir!**Spanisch B2 Auffrischung**

Lehrbuch: Con gusto nuevo B2,
 Hybride Ausgabe allango, Klett,
 ISBN 978-3-12-515016-4

● **Kurs 3646***Simone Osthoff*

Do. 09:00 – 10:30 Uhr
 ab 12.03.2026, 15 Termine
 Altes Rathaus, Raum 26
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

¡Vamos a hablar!**Spanisch B2 Conversación**

Este curso está dividido en tres partes. La primera parte consiste en practicar la traducción libre, la segunda en debatir temas de actualidad y la última en jugar al Tabú.

● **Kurs 3648***Simone Osthoff*

Mo. 18:30 – 20:00 Uhr
 ab 09.03.2026, 15 Termine
 G.-Wöhe-Schulen, Raum 22
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Spanisch B2 Conociendo España

Este curso está orientado a todos aquellos alumnos, con un nivel intermedio del español, cuyo interés sobre España sea algo más que el meramente gramatical. A través de la literatura, el arte, la música y el cine conoceremos España y Latinoamérica de una manera enriquecedora y divertida.

● **Kurs 3650***Natalia Seguí*

Di. 17:00 – 18:30 Uhr
 ab 10.03.2026, 15 Termine
 Altes Rathaus, Raum 16
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Spanisch B2**Conversación & Gramática**

Lehrbuch: Con gusto nuevo B2,
 Hybride Ausgabe allango, Klett,
 ISBN 978-3-12-515016-4

● **Kurs 3652***Simone Osthoff*

Mi. 09:00 – 10:30 Uhr
 ab 11.03.2026, 15 Termine
 Altes Rathaus, Raum 26
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Spanisch B2 Conversación

Este curso se dirige a personas interesadas en discutir temas sociales y culturales de periódicos y revistas del mundo hispano-hablante. Consideramos también el repaso de estructuras gramaticales.

● **Kurs 3654***Raquel Meister-Paredes*

Do. 16:30 – 18:00 Uhr
 ab 12.03.2026, 15 Termine
 Altes Rathaus, Raum 14
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Spanisch B2 Conversación

En este curso utilizamos la conversación en español como camino para repasar estructuras de gramática y vocabulario. En un ambiente relajado ampliamos poco a poco el nivel léxico y gramatical relacionándolo siempre con temas de España y Latinoamérica. De manera interactiva y entretenida integramos además la lectura, la escritura y la comprensión auditiva. Lehrmaterial wird zu Beginn bekannt gegeben.

● **Kurs 3656***Ruby Camelo Ramirez*

Fr. 09:00 – 10:30 Uhr
 ab 13.03.2026, 15 Termine
 Altes Rathaus, Raum 5
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

SPANISCH BILDUNGSURLAUB

Für alle Bildungsurlaubs-kurse ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich. Diese Kurse können auch ohne Anspruch auf Bildungsurlaub besucht werden.

So verwirklicht ihr eure Freistellung zur Weiterbildung:

Eine Anmeldebestätigung erhaltet ihr nach eurer schriftlichen Anmeldung von uns.

Ihr beantragt eure Freistellung mindestens 8 Wochen vor Kursbeginn bei eurem Arbeitgeber.

Eine Abmeldung vom Kurs ist nur bis spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn möglich.

Español para comunicarse en el mundo de hoy – Spanisch A2

Ihr möchtet fit für die Arbeitswelt werden? Es erwartet euch eine umfassende Einführung in die spanische Sprache und Kultur im Zusammenhang mit beruflichen Themen. Der Kurs legt besonderen Wert auf die Entwicklung der kommunikativen Fähigkeiten in berufsbezogenen Situationen. Ihr lernt euch effektiv in verschiedenen beruflichen Umgebungen auszudrücken, sei es in Besprechungen, Verhandlungen, Präsentationen oder schriftlicher Kommunikation. Lehrmaterial wird vor Beginn des Kurses bekannt gegeben.

● Kurs 3690

Pilar Alpuente

Mo. - Fr. 09:00 – 15:30 Uhr
ab 09.02.2026, 5 Termine
Altes Rathaus, Raum 24
35 UST, EUR 180,00

Ihr möchtet einen Nachweis über eure Kursteilnahme?

Lasst euch eure Teilnahme an unseren Kursen durch eine Teilnahmebestätigung dokumentieren!

PRÜFUNGEN

Möchtet ihr euch eure sprachlichen Fähigkeiten offiziell bestätigen lassen? Lasst euch direkt beim Prüfungszentrum beraten, welche Prüfung euren Sprachkenntnissen entspricht.

Die aktuellen Prüfungstermine und Informationen zur Anmeldung findet ihr beim Verband der Volkshochschulen des Saarlandes: www.vhs-saar.de.

ITALIENISCH A1

Mit Abschluss von Italienisch A1 könnt ihr erste einfache Satzstrukturen formulieren und elementare Fragen und Aussagen verstehen. Euer Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

Viva le vacanze!**Italienisch für den Urlaub****1. Semester**

Dieser Kurs ist eine gute Vorbereitung für alle, die in kurzer Zeit sprachlich fit für die Reise nach Italien werden wollen. Ihr lernt Redewendungen sowie einen Grundwortschatz, der es euch ermöglichen, sich in typischen Alltagssituationen im Hotel, im Restaurant, beim Einkaufen etc. zurechtzufinden. Wer Gefallen an der italienischen Sprache gefunden hat, kann im Anschluss einen Kurs Italienisch A1 Stufe 1 besuchen und seine bisher erworbenen Kenntnisse systematisch vertiefen.
Lehrbuch: Viva le vacanze!

Neu, Hueber, ISBN 978-3-19-217243-4

● Kurs 3701

Maria Alaimo

Di. 17:30 – 19:00 Uhr
ab 10.03.2026, 10 Termine
Altes Rathaus, Raum 14
20 UST, EUR 68,00 (54,00)

**Italienisch für den Urlaub
2. Semester**

Lehrbuch: Viva le vacanze!

Neu, Hueber, ISBN 978-3-19-217243-4

● Kurs 3702

Maria Alaimo

Mi. 10:30 – 12:00 Uhr
ab 11.03.2026, 10 Termine
Altes Rathaus, Raum 14
20 UST, EUR 68,00 (54,00)

Entrata all' italiano**Italienisch A1 Stufe 1**

Lehrbuch: Fantastico! A1, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-525083-3

● Kurs 3704

Nicoletta Serra

Mo. 16:30 – 18:00 Uhr
ab 09.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 5
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Italienisch A1 Stufe 1

Lehrbuch: Fantastico! A1, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-525083-3

● Kurs 3706

Birgit Galetzka

Mo. 19:30 – 21:00 Uhr
ab 09.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 15
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Italienisch A1 Stufe 1 nach den Osterferien

Lehrbuch: Fantastico! A1, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-525083-3

● Kurs 3708

Maria Alaimo

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 20.04.2026, 10 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 23
20 UST, EUR 68,00 (54,00)

Italienisch A1 Stufe 2

Italienisch A1 Stufe 2

Lehrbuch: Fantastico! A1, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-525083-3

● Kurs 3710

Elisa Strozzi

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 09.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 5
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Italienisch A1 Stufe 2

Lehrbuch: Fantastico! A1, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-525083-3

● Kurs 3712

Sara Marino

Di. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 10.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 15
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Italienisch A1 Stufe 2

Lehrbuch: Fantastico! A1, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-525083-3

● Kurs 3714

Elisa Strozzi

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 14
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Italienisch A1 Stufe 3

Italienisch A1 Stufe 3

Lehrbuch: Fantastico! A1, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-525083-3

● Kurs 3716

Birgit Galetzka

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 09.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 15
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Italienisch A1 Stufe 4

Italienisch A1 Stufe 4

Lehrbuch Con piacere nuovo A1, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-502202-7

● Kurs 3718

Marina Calabrese

Do. 19:30 – 21:00 Uhr
ab 12.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 16
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Italienisch A1 Stufe 4

Lehrbuch Con piacere nuovo A1, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-502202-7

● Kurs 3720

Ilaria Pusceddu

Fr. 19:30 – 21:00 Uhr
ab 13.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 5
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Parliamo!

Italienisch A1/A2 Conversazione

Übt und verbessert in einer lockeren Gesprächs- und Diskussionsrunde eure mündliche Ausdrucksfähigkeit und erweitert euren Wortschatz.

● Kurs 3730

Maria Alaimo

Mi. 19:30 – 21:00 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 15
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Estate italiana

Italienisch A1 Auffrischung im Sommer

Sie möchten Ihre Basiskenntnisse auffrischen und vertiefen? Dieser Kurs trainiert Ihre mündliche Ausdrucksfähigkeit, vertieft grammatikalische Kenntnisse und erweitert Ihren Wortschatz.

Lehrbuch: Intermezzo Italienisch A1, Hueber, ISBN 978-3-19-099600-1

● Kurs 3731

Marina Calabrese

Do.+Mo. 17:30 – 19:45 Uhr
ab 13.08.2026, 7 Termine
Altes Rathaus, Raum 5
21 UST, EUR 71,00 (54,00)

ITALIENISCH A2

Mit Abschluss von Italienisch A2 beherrschen Sie wichtige sprachliche Grundstrukturen. Sie können sich in einfachen alltäglichen Situationen verständigen, einfachen Texten die wichtigsten Informationen entnehmen und knappe Mitteilungen wie Postkarten, Telefonnotizen und kurze Briefe verfassen. Ihr Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

Italienisch A2 Stufe 1**Italienisch A2 Stufe 1**

Lehrbuch: Con piacere nuovo A2, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-525209-7

● **Kurs 3732**

Marina Calabrese

Mi. 19:30 – 21:00 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 25
(Textiler Werkraum)
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Italienisch A2 Stufe 1

Lehrbuch: Fantastico! A2, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-525087-1

● **Kurs 3734**

Susanne Krause-Wichmann

Mi. 10:30 – 12:00 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 27
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Italienisch A2 Stufe 3**Italienisch A2 Stufe 3**

Lehrbuch: Con piacere nuovo A2, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-525209-7

● **Kurs 3736**

Susanne Krause-Wichmann

Mo. 18:30 – 20:00 Uhr
ab 09.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 6
30 UST, EUR 102,00 (78,00)



Online-Kurs

Italienisch A2 Stufe 3

Lehrbuch: Con piacere nuovo A2, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-525209-7

● **Kurs 3738**

Chiara Debora Difonzo

Mi. 18:30 – 20:00 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
online, Microsoft Teams
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

ITALIENISCH B1

Mit Abschluss von Italienisch B1 verfügt ihr über solide Grundkenntnisse der Alltagssprache und könnt euch in alltäglichen Gesprächssituationen behaupten.

Euer Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

Italienisch B1 Stufe 1**Italienisch B1 Stufe 1**

Lehrbuch: Con piacere nuovo B1, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-525225-7

● **Kurs 3740**

Marina Calabrese

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 25
(Textiler Werkraum)
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Italienisch B1 Stufe 1

Lehrbuch: Con piacere nuovo B1, Hybride Ausgabe allango, Klett, ISBN 978-3-12-525225-7

● **Kurs 3742**

Sara Marino

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 27
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Dozentinnen und Dozenten**MARINA CALABRESE**

Dozentin Italienisch und Englisch

» Ich komme aus Neapel und bin italienische Muttersprachlerin. Aufgrund meines Studiums der Germanistik und Anglistik haben mich meine Wege ins Saarland geführt. Schon als Kind habe ich mich für Sprachen begeistert und freue mich daher nun umso mehr, auch Ihnen meine Begeisterung in meinen Kursen vermitteln zu können. Es erwartet Sie ein abwechslungsreicher Unterricht, der auch Einblicke in die italienische Kultur gibt und großen Wert auf die mündliche Kommunikation legt. Lernen Sie mit mir die italienische Sprache und Kultur kennen. Ich freue mich, Sie in meinen Kursen begrüßen zu dürfen. «



Korea hautnah erleben

Entdecken Sie unsere Themenveranstaltungen rund um Korea

➤➤➤ Fr. 12.06.2026, 18:00–19:30 Uhr
**Koreanische Kultur und Seoul:
 Ein Blick hinter die Kulissen des
 Netflix-Animationsdramas
 „K-Pop Demon Hunters“**

• Kurs 3853

➤➤➤ Fr. 26.06.2026, 18:00–19:00 Uhr
**K-Drama OST Konzert – Ein Abend
 mit koreanischen Serienmelodien**

• Kurs 3855

➤➤➤ Mi. 05.08.2026, 18:00–19:30 Uhr
Jeju – Koreas Insel der Götter

• Kurs 3850

Anmeldung erforderlich unter:
www.vhs-saarbruecken.de

Italienisch B1 Stufe 3

Italienisch B1 Stufe 3

Lehrbuch: Con piacere nuovo B1,
 Hybride Ausgabe allango, Klett,
 ISBN 978-3-12-525225-7

● **Kurs 3743**

Ilaria Pusceddu

Do. 09:00 – 10:30 Uhr
 ab 12.03.2026, 15 Termine
 Altes Rathaus, Raum 24
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Ripetiamo!

Italienisch B1 Auffrischung und Konversation

Lehrbuch: Con piacere nuovo B1+/B2,
 Hybride Ausgabe allango, Klett,
 ISBN 978-3-12-525226-4

● **Kurs 3744**

Susanne Krause-Wichmann

Mo. 17:00 – 18:30 Uhr
 ab 09.03.2026, 15 Termine
 Altes Rathaus, Raum 6
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Italienisch B1 Auffrischung

Lehrbuch: Con piacere nuovo B1,
 Hybride Ausgabe allango, Klett,
 ISBN 978-3-12-525225-7

● **Kurs 3746**

Elisa Strozzi

Do. 09:00 – 10:30 Uhr
 ab 12.03.2026, 15 Termine
 Altes Rathaus, Raum 25
 (Textiler Werkraum)
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

ITALIENISCH

Italienisch B1 Auffrischung

Lehrmaterialien werden zu Beginn
 bekannt gegeben.

● **Kurs 3748**

Ilaria Pusceddu

Do. 10:30 – 12:00 Uhr
 ab 12.03.2026, 15 Termine
 Altes Rathaus, Raum 24
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Italienisch B1 Conversazione

Ihr lernt, euch einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete zu äußern sowie die wichtigsten Alltagssituationen sprachlich angemessen zu bewältigen.

Voraussetzung:
 ca. 3 - 4 Jahre Italienisch

Parliamo!

Italienisch B1 Conversazione

● **Kurs 3770**

Ilaria Pusceddu

Di. 18:00 – 19:30 Uhr
 ab 10.03.2026, 15 Termine
 vhs-Zentrum, Saal 1 OG
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Ihr möchtet einen Nachweis über eure Kursteilnahme?
 Lasst euch eure Teilnahme an unseren Kursen durch eine Teilnahmebestätigung dokumentieren!

WEITERE SPRACHEN

Beratung und Einstufung jeweils beim ersten Unterrichtstermin.
Die Lehrmaterialien werden zu Beginn bekannt gegeben.

ARABISCH

Arabisch A1 Stufe 1

● Kurs 3801

Mohamad Hijazi

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 14
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Arabisch A1 Stufe 1 im Sommer

● Kurs 3802

Hedi Ben Dkhil

Mo. + Mi. 17:00 – 20:00 Uhr
ab 06.07.2026, 8 Termine
Altes Rathaus, Raum 17
32 UST, EUR 108,00 (83,00)
Anmeldung erforderlich bis 03.07.2026

Arabisch A1 Stufe 2

● Kurs 3803

Hedi Ben Dkhil

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 13
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Arabisch A1 Stufe 2 im Sommer

● Kurs 3804

Hedi Ben Dkhil

Mo. + Mi. 17:00 – 20:00 Uhr
ab 03.08.2026, 8 Termine
Altes Rathaus, Raum 17
32 UST, EUR 108,00 (83,00)
Anmeldung erforderlich bis 29.07.2026

Arabisch A1 Stufe 3

● Kurs 3805

Mohamad Hijazi

Di. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 10.03.2026, 15 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 13
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Arabisch A1 Stufe 4

● Kurs 3806

Hedi Ben Dkhil

Mi. 19:30 – 21:00 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 13
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Arabisch B1 Stufe 1

● Kurs 3807

Mohamad Hijazi

Di. 19:30 – 21:00 Uhr
ab 10.03.2026, 15 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 13
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

CHINESISCH

Chinesisch A1 Stufe 1

● Kurs 3810

Chun-Hong Hu

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 11.03.2026, 12 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 16
24 UST, EUR 82,00 (62,00)

Chinesisch A1 Stufe 2

● Kurs 3811

Chun-Hong Hu

Mo. 19:30 – 21:00 Uhr
ab 09.03.2026, 12 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 16
24 UST, EUR 82,00 (62,00)

Chinesisch A2 Stufe 1

● Kurs 3812

Chun-Hong Hu

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 09.03.2026, 12 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 16
24 UST, EUR 82,00 (62,00)

GRIECHISCH

Griechisch A1 Auffrischung

● Kurs 3820

Christina Giannoulis

Do. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 12.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 14
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Griechisch A2 Stufe 3

● Kurs 3822

Christina Giannoulis

Di. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 10.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 17
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

JAPANISCH

Japanisch A1 Stufe 1

● Kurs 3830

Mikako Brandherm

Di. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 10.03.2026, 15 Termine
vhs-Zentrum, Saal 2 OG
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Japanisch A1 Stufe 1

● Kurs 3831

Mayumi Stolzenberger-Kawada

Fr. 19:30 – 21:00 Uhr
ab 13.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 16
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Japanisch A1 Stufe 2

● Kurs 3832

Mayumi Stolzenberger-Kawada

Do. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 12.03.2026, 15 Termine

vhs-Zentrum, Saal 3 OG

30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Japanisch A1 Stufe 3

● Kurs 3834

Mayumi Stolzenberger-Kawada

Fr. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 13.03.2026, 15 Termine

Altes Rathaus, Raum 16

30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Japanisch A2 Stufe 3

● Kurs 3836

Mayumi Stolzenberger-Kawada

Do. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 12.03.2026, 15 Termine

vhs-Zentrum, Saal 3 OG

30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Japan hautnah erleben!

Handgeschöpftes Papier aus Pflanzenfasern: Gestalten und Mitnehmen eures eigenen Papiers

Erlebt die traditionelle Technik der Papierherstellung unter Verwendung von Fasern aus alltäglichen Gräsern und Pflanzen.

Das in diesem Workshop hergestellte Papier nehmt ihr mit nach Hause, um es dort zu trocknen und so fertigzustellen.

Eine einmalige Gelegenheit, Naturmaterialien zu verarbeiten und ein besonderes Papier herzustellen. Der Workshop dauert circa eine Stunde.

Kazuki Taguchi ist Installationskünstler aus Japan mit Sitz in Düsseldorf.

● Kurs 3837

Kazuki Taguchi

Samstag 20.06.2026, 15:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 16

EUR 45,00

Shodo – Die Kunst der japanischen Kalligrafie

Tauche ein in die meditative Welt des Shodo (書道) – der „Weg des Schreibens“. In diesem Workshop lernst du die Grundlagen der traditionellen japanischen Kalligrafie kennen: den bewussten Umgang mit Pinsel, Tusche und Reispapier, die richtige Körperhaltung sowie die Bedeutung von Ruhe und Konzentration beim Schreiben. Neben der handwerklichen Technik steht die meditative, achtsame Haltung im Mittelpunkt – Shodo ist nicht nur Schriftkunst, sondern auch ein Weg zu innerer Sammlung und Konzentration.

● Kurs 3838

Mikako Brandherm

Fr. 18:00-20:15 Uhr

19.06.2026, 1 Termin

Altes Rathaus, Raum 16

3 UST, EUR 30,00

Shodo – Die Kunst der japanischen Kalligrafie

● Kurs 3838A

Mikako Brandherm

Fr. 18:00-20:15 Uhr

26.06.2026, 1 Termin

Altes Rathaus, Raum 16

3 UST, EUR 30,00

Furoshiki – Die japanische Art Dinge einzuwickeln

Es ist erstaunlich, wie kunstvoll und auf wie viele Arten ein Gegenstand mit einem einfachen quadratischen Tuch eingewickelt werden kann. Ein Furoshiki dient in Japan traditionell als Verpackung für Geschenke oder als Tragebeutel für

Lebensmittel, Lunchboxen und Kleidung. Somit sieht ein Furoshiki nicht nur schön aus – die wiederverwertbaren Stofftücher sind auch sehr praktische und umweltbewusste Alltagsbegleiter.

Im Workshop werden verschiedene Wickeltechniken vorgestellt und eingeübt. Gerne können auch eigene (quadratische) Tücher mitgebracht werden.

● Kurs 3839

Atsuko Futakuchi/

Dr. Claudia Thiel-Dirksen

Fr. 10.04.2026, 17:00 – 19:15 Uhr

Altes Rathaus, Raum 16

EUR 10,00

Nihongo – Sprechen Sie Japanisch?

Aufgrund des fremdartigen Schriftsystems gilt die japanische Sprache hierzulande als sehr kompliziert und schwierig zu erlernen. Wer sich dennoch an das Unterfangen heranwagt, ist oft verblüfft über die einfache grammatische Struktur und Aussprache des Japanischen. Im ersten Teil des Workshops geht es um die Besonderheiten der japanischen Sprache und Aussprache. Erste Wörter und einfache Redewendungen (Begrüßung) werden vorgestellt und in lockerer Atmosphäre eingeübt. Im zweiten Teil des Workshops gewinnen die Teilnehmenden Einblicke in die faszinierende Welt der japanischen Schriftzeichen (Kanji, Hiragana, Katakana) und lernen u. a. den eigenen Namen auf Japanisch zu schreiben.

● Kurs 3840

Atsuko Futakuchi/

Dr. Claudia Thiel-Dirksen

Mittwoch 08.04. und 15.04.2026

17:00-19:15 Uhr

Rathaus-Carré Seminarraum 9

EUR 20,00

KOREANISCH

Koreanisch A1 Stufe 1

● Kurs 3841

Young-Joo Choi

Mo. 19:30 – 21:00 Uhr
 ab 09.03.2026, 15 Termine
 Altes Rathaus, Raum 26
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Koreanisch A1 Stufe 2

● Kurs 3842

Young-Joo Choi

Do. 19:30 – 21:00 Uhr
 ab 12.03.2026, 15 Termine
 Altes Rathaus, Raum 26
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Koreanisch A1 Stufe 3

● Kurs 3843

Young-Joo Choi

Do. 18:00 – 19:30 Uhr
 ab 12.03.2026, 15 Termine
 Altes Rathaus, Raum 26
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Koreanisch A2 Stufe 2

● Kurs 3846

Young-Joo Choi

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr
 ab 09.03.2026, 15 Termine
 Altes Rathaus, Raum 26
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Korea hautnah erleben!

Jeju – Koreas Insel der Götter

Wir nehmen euch mit auf eine Reise nach Jeju, Koreas faszinierender Insel im Süden. Taucht ein in eine Welt aus Vulkanen, Wasserfällen, schwarzen Stränden und grünen Teeplantagen, lernt die legendären Haenyeo, die mutigen Meeresfrauen, kennen und entdeckt die alten Mythen, die diese Insel so einzigartig machen. Lasst euch inspirieren, träumen und für einen Abend in eine der schönsten Ecken Koreas entführen.

● Kurs 3850

Sydney Müller/Andrea Heib

Mi. 18:00-19:30 Uhr
 05.08.2026, 1 Termin
 Altes Rathaus, Raum 13
 EUR 5,00

**Koreanische Kultur und Seoul:
 Ein Blick hinter die Kulissen des
 Netflix-Animationsdramas „K-Pop
 Demon Hunters“**

Wir nehmen euch mit auf eine kulturhistorische Entdeckungsreise nach Seoul und geben euch spannende Einblicke zu den kulturellen und mythologischen Hintergründen des Netflix-Animationsdramas „K-Pop Demon Hunters“. Was steckt hinter den Saja Boys, dem Tiger Duffy und der Elster Seo? Erfahrt mehr über die traditionellen Hutmacher und ihre Bedeutung, Geburtsmythen in der koreanischen Mythologie und die geheime Geburt der Anführerin der Huntrix. Ein fesselnder Abend voller Eindrücke erwartet euch.

● Kurs 3853

Jae Sun Byun

Fr. 12.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
 Altes Rathaus, Raum 23
 EUR 5,00

Dozentinnen und Dozenten



**MAYUMI
 STOLZENBERGER-KAWADA**
 Dozentin Japanisch

» 20 Jahre lang war ich in Tokio und Berlin als Orchestergeigerin tätig. Nach meinem Studium „Japanisch als Fremdsprache“ leite ich nun seit über 10 Jahren auch mit großer Freude Japanischkurse. Es ist immer wieder schön zu sehen, wie sehr sich meine TeilnehmerInnen für die japanische Sprache und Kultur interessieren. Nicht wenige reisen in mein Heimatland und kommen mit interessanten Reiseberichten zurück. Das ist gelebte Völkerverständigung! «

K-Drama OST Konzert – Ein Abend mit koreanischen Serienmelodien

Taucht ein in die Klangwelt koreanischer Dramen! Unsere koreanischen Künstler bringen die größten Emotionen eurer Lieblingsserien live auf die Bühne. Ob K-Drama-Fans oder Musikbegeisterte, erlebt mit uns einen musikalischen Abend im stimmungsvollen Ambiente des Saarbrücker Schlosses.

● Kurs 3855

Fr. 26.06.2026, 18:00 – 19:00 Uhr
Festsaal im Saarbrücker Schloss,
Schlossplatz, 66119 Saarbrücken
EUR 10,00
Anmeldung erforderlich bis 22.06.2026

NIEDERLÄNDISCH

Niederländisch A1 Stufe 1

● Kurs 3860

Suzanne De Graaf
Di. 18:45 – 20:15 Uhr
ab 10.03.2026, 10 Termine
Altes Rathaus, Raum 24
20 UST, EUR 68,00 (54,00)

Niederländisch A1 Stufe 2

● Kurs 3862

Annelies Bourgeois
Mi. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 11.03.2026, 10 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 17
20 UST, EUR 68,00 (54,00)

Niederländisch A1/A2

● Kurs 3863

Suzanne De Graaf
Di. 17:00 – 18:30 Uhr
ab 10.03.2026, 10 Termine
Altes Rathaus, Raum 24
20 UST, EUR 68,00 (54,00)

POLNISCH

Polnisch A1 Stufe 1

● Kurs 3865

Lidia Schmidt
Di. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 10.03.2026, 15 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 16
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Polnisch A1 Stufe 2

● Kurs 3866

Lidia Schmidt
Di. 19:30 – 21:00 Uhr
ab 10.03.2026, 15 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 16
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Polnisch B1 Stufe 1

● Kurs 3867

Lidia Schmidt
Mo. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 09.03.2026, 15 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 18
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

PORTUGIESISCH

Portugiesisch A1 Stufe 1

● Kurs 3870

Manuela Alves-Weyers
Di. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 10.03.2026, 15 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 15
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Portugiesisch A1 Stufe 2

● Kurs 3871

Manuela Alves-Weyers
Mo. 19:30 – 21:00 Uhr
ab 09.03.2026, 15 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 13
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Portugiesisch A1 Stufe 4

● Kurs 3872

Manuela Alves-Weyers
Mo. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 09.03.2026, 15 Termine
G.-Wöhe-Schulen, Raum 13
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Portugiesisch B2 e Conversação

● Kurs 3873

Manuela Alves-Weyers
Mi. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 6
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

RUSSISCH

Russisch A1 Stufe 1

● Kurs 3880

Natalya Diester
Di. 16:30 – 18:00 Uhr
ab 10.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 6
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Russisch A1 Stufe 2

● Kurs 3881

Natalya Diester
Do. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 12.03.2026, 15 Termine
Altes Rathaus, Raum 6
30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Russisch A1 Stufe 3● **Kurs 3882****Natalya Diester**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr
 ab 10.03.2026, 15 Termine
 Altes Rathaus, Raum 6
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Russisch A1 Stufe 4● **Kurs 3883****Natalya Diester**

Do. 19:30 – 21:00 Uhr
 ab 12.03.2026, 15 Termine
 Altes Rathaus, Raum 6
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Russisch A2 Stufe 2● **Kurs 3884****Natalya Diester**

Do. 16:30 – 18:00 Uhr
 ab 12.03.2026, 15 Termine
 Altes Rathaus, Raum 6
 30 UST, EUR 136,00 (78,00)

THAILÄNDISCH**Thailändisch A1 Stufe 1**● **Kurs 3886****Saranya Nantasook**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr
 ab 17.03.2026, 15 Termine
 Altes Rathaus, Raum 15
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Thailändisch A1 Stufe 2● **Kurs 3887****Saranya Nantasook**

Mi. 18:30 – 20:00 Uhr
 ab 18.03.2026, 15 Termine
 Altes Rathaus, Raum 15
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Thailand hautnah erleben!**Thai für Reisende –
Sprache & Kultur entdecken**

Es erwartet euch ein Workshop rund um die Reise! Erwerbt auf spielerische Weise grundlegende Thaikenntnisse und erfahrt mehr über Land, Kultur und Traditionen. Der Kurs ist ideal für die erste Reise nach Thailand und für alle, die sich für die thailändische Sprache und Kultur interessieren.

● **Kurs 3888****Saranya Nantasook**

Sa. 10:00 – 12:15 Uhr
 13.06./20.06./27.06.2026, 3 Termine
 Altes Rathaus, Raum 25
 (Textiler Werkraum)
 9 UST, EUR 45,00
 Anmeldung erforderlich bis 10.06.2026

TÜRKISCH**Türkisch A1 Stufe 1**● **Kurs 3890****Alev Karyag**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr
 ab 09.03.2026, 15 Termine
 Altes Rathaus, Raum 14
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Türkisch A1 Stufe 2● **Kurs 3891****Alev Karyag**

Fr. 18:00 – 19:30 Uhr
 ab 13.03.2026, 15 Termine
 Altes Rathaus, Raum 14
 30 UST, EUR 102,00 (78,00)

Ihr möchtet einen Nachweis über eure Kursteilnahme?

Lasst euch eure Teilnahme an unseren Kursen durch eine Teilnahmebestätigung dokumentieren!

**Dozentinnen und
Dozenten**

MANUELA ALVES-WEYERS
 Dozentin Portugiesisch

» Ich habe meine Jugend in Mosambik und Portugal verbracht und lebe jetzt bereits seit über 40 Jahren hier im Saarland, das zu meiner zweiten Heimat geworden ist. Ich arbeite gerne mit den unterschiedlichsten Menschen zusammen und unterrichte seit mehr als 35 Jahren mit viel Freude meine Muttersprache an der Volkshochschule. Ich freue mich darauf, Ihnen die portugiesische Sprache und deren Kulturen näherzubringen. «

Verantwortlich für den Programmbereich Deutsch und Integration



Maria-Elena Korobov-Köhler

Programmbereichsleitung

Altes Rathaus, Zi. 3

Schlossplatz 1

66119 Saarbrücken

Fon 0681 506-4351

maria-elena.korobov-koehler@rvsbr.de

oder

daf@rvsbr.de



Inhalt

• Prüfungen	254
• Integration	258
• Crash- und Abendkurse	260
• Zusatzangebote	262

Lehrbücher

werden nach der ersten Woche in den Kursen bekannt gegeben.

Servicezeiten

Mo - Fr	09:00 – 12:00 Uhr
Mo + Di + Do	13.30 - 16.00 Uhr

Andere Termine nach vorheriger Vereinbarung unter der Mail daf@rvsbr.de

Firmenkurse

Gerne bieten wir Ihnen maßgeschneiderte Sprachkurse (auch Inhouse-Schulungen) für Ihr Unternehmen an.

Online-Kurse

Unser bestehendes Online-Angebot wird kontinuierlich ausgebaut. Bei Fragen und Anregungen wenden Sie sich bitte an Frau Korobov-Köhler.

Beratung und Information



Simone Peil
Pädagogische Mitarbeiterin
 Altes Rathaus, Zi. 3
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 simone.peil@rvsbr.de
 oder daf@rvsbr.de



Andrea Heib
Pädagogische Mitarbeiterin
 Altes Rathaus, Zi. 3
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 andrea.heib@rvsbr.de
 oder daf@rvsbr.de

Anmeldung und Service



Sabine Saar
Sachbearbeiterin
 Altes Rathaus, Zi. 3
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 sabine.saar@rvsbr.de
 oder daf@rvsbr.de



Nicole Naumann
Sachbearbeiterin
 Altes Rathaus, Zi. 3
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 nicole.naumann@rvsbr.de
 oder daf@rvsbr.de

PRÜFUNGSANGEBOTE

Für die Deutschprüfungen des Goethe-Instituts und der telc gGmbH gilt:
Information und Anmeldung direkt beim Prüfungszentrum:

Verband der Volkshochschulen
des Saarlandes e.V.
Bahnhofstr. 47-49
66111 Saarbrücken

Fon 0681 8390980
info@vhs-saar.de

Für die TestDaF-Prüfung gilt:
Information und Anmeldung nur
online unter www.testdaf.de

- Goethe-Institut
www.goethe.de
- telc
www.telc.net
- TestDaF
www.testdaf.de
- Einbürgerungstest:
Informationen auf S. 258

PRÜFUNGSBAUSTEINE

Goethe-Zertifikat C2 (GDS) telc C2	C2
Goethe-Zertifikat C1 telc C1 Hochschule/telc C1 Beruf TestDaF (TDN 5) telc B2/C1 – Medizin	C1
Goethe-Zertifikat B2 telc B2/C1 – Medizin TestDaF (TDN 3/4) telc B2 Beruf, telc B2	B2
Goethe-Zertifikat B1 telc B1, telc B1/B2 – Pflege, telc B1 Beruf Deutschtest für Zuwanderer (DTZ-B1)	B1
Goethe-Zertifikat A2 telc A2, telc A2 Beruf Deutschtest für Zuwanderer (DTZ-A2)	A2
Goethe-Zertifikat A1 telc A1	A1
AnfängerInnen ohne Vorkenntnisse	

Elementare Sprachverwendung

A1

- Kann einfache Informationen zur eigenen Person, Familie, zu Freundinnen und Freunden geben und verstehen.
- Kann sich auf einfache Weise verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.

A2

- Kann Informationen zu Themen geben und verstehen, die mit dem eigenen Leben zu tun haben (z. B. eigene Person, Familie, Einkaufen, Arbeit).
- Kann über einfache Alltagssituationen aus dem eigenen Leben sprechen (z. B. Ausbildung, Arbeit, woher man kommt, was man braucht).

Selbstständige Sprachverwendung

B1

- Kann die wichtigsten Informationen in klarer und einfacher Sprache geben und verstehen, wenn es um vertraute Themen geht (z. B. Arbeit, Schule, Freizeit usw.).
- Kommt mit vielen Situationen auf Reisen klar.
- Kann über Erfahrungen sprechen, Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben und kurze Erklärungen zu Plänen und Meinungen geben.

B2

- Kann die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen.
- Versteht Fachdiskussionen im eigenen Spezialgebiet.
- Kann sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne größere Anstrengung auf beiden Seiten möglich ist.
- Kann sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert ausdrücken, einen Standpunkt zu aktuellen Fragen erläutern und Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben.

Kompetente Sprachverwendung

C1

- Kann ein breites Spektrum anspruchsvoller, längerer Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen.
- Kann sich spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter deutlich erkennbar nach Worten suchen zu müssen.
- Kann die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium wirksam und flexibel gebrauchen.
- Kann sich klar, strukturiert und ausführlich zu komplexen Sachverhalten äußern und dabei verschiedene Mittel zur Textverknüpfung angemessen verwenden.

C2

- Kann praktisch alles, was er/sie liest oder hört, mühelos verstehen.
- Kann Informationen aus verschiedenen schriftlichen und mündlichen Quellen zusammenfassen und dabei Begründungen und Erklärungen in einer zusammenhängenden Darstellung wiedergeben.
- Kann sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken und auch bei komplexen Sachverhalten feinere Bedeutungsnuancen deutlich machen.

Bitte beachten Sie:

Für Deutschprüfungen des Goethe-Instituts und der telc gGmbH gilt: Information und Anmeldung direkt beim **Prüfungszentrum**:

Verband der Volkshochschulen des Saarlandes e. V.
Bahnhofstr. 47-49
66111 Saarbrücken

Fon 0681 83 90 98 0
info@vhs-saar.de.

Servicezeiten:

Montag - Donnerstag 08:30 – 12:30 und
13:30 – 16:00
Freitag 08:30 – 13:30

Prüfungen des Goethe-Instituts für Kinder und Jugendliche

- A1 (10-16 Jahre)
- A2 (12-16 Jahre)
- B1 (12-16 Jahre)

Anmeldung beim Prüfungszentrum

Prüfungen auf Niveau A1 und A2

Die beiden Grundstufenprüfungen Deutsch A1 und A2 richten sich an Personen, die noch nicht das Niveau des „Zertifikats Deutsch B1“ erreicht haben. Mit diesen Prüfungen werden nach aktuellen und international anerkannten Standards die Deutschkenntnisse und Fortschritte festgestellt. Die Prüfungen bescheinigen Deutschkenntnisse auf den Niveaus A1 (für „Ehegattennachzug“) und A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

Goethe-Zertifikat A1

Die schriftliche Prüfung besteht aus den drei Teilen Lesen, Hören und Schreiben und dauert ca. 65 Minuten.

Die mündliche Prüfung wird in Gruppen mit bis zu vier Teilnehmenden durchgeführt und dauert ca. 15 Minuten.

Anmeldung beim Prüfungszentrum bis fünf Wochen vor gewünschtem Prüfungstermin

Goethe-Zertifikat A2

Die schriftliche Prüfung besteht aus den drei Teilen Lesen, Hören und Schreiben und dauert ca. 70 Minuten.

Die mündliche Prüfung wird in der Regel mit zwei Teilnehmenden durchgeführt und dauert ca. 15 Minuten.

Anmeldung beim Prüfungszentrum bis fünf Wochen vor gewünschtem Prüfungstermin

telc – Deutsch A2/B1

Die schriftliche Prüfung besteht aus den vier Teilen Lesen, Sprachbausteine Lesen/Schreiben, Hören/Schreiben und Schreiben und dauert ca. 125 Minuten.

Die mündliche Prüfung wird in der Regel mit zwei Teilnehmenden durchgeführt und dauert ca. 15 Minuten.

Anmeldung beim Prüfungszentrum bis fünf Wochen vor gewünschtem Prüfungstermin

Prüfungen auf Niveau B1

telc – Deutsch B1

Zertifikat Deutsch zur Einbürgerung

Die schriftliche Prüfung besteht aus den drei Teilen Lesen/Sprachbausteine, Hören und Schreiben und dauert ca. 150 Minuten.

Die mündliche Prüfung wird in der Regel mit zwei Teilnehmenden durchgeführt und dauert ca. 15 Minuten.

Anmeldung beim Prüfungszentrum bis sechs Wochen vor gewünschtem Prüfungstermin

Bitte beachten Sie das Kursangebot zur Prüfungsvorbereitung (Kurs 5470).

Goethe-Zertifikat B1

Die schriftliche Prüfung besteht aus den drei Teilen Lesen, Hören und Schreiben und dauert ca. 165 Minuten.

Die mündliche Prüfung wird in der Regel mit zwei Teilnehmenden durchgeführt und dauert ca. 15 Minuten.

Die Module können einzeln oder in Kombination abgelegt werden. Die vier Einzelzeugnisse der Module entsprechen einem Gesamtzeugnis.

Anmeldung beim Prüfungszentrum bis fünf Wochen vor gewünschtem Prüfungstermin

Prüfungen auf Niveau B2

Goethe-Zertifikat B2

Die schriftliche Prüfung besteht aus den drei Teilen Lesen, Hören und Schreiben und dauert ca. 180 Minuten. Die mündliche Prüfung wird in der Regel mit zwei Teilnehmenden durchgeführt und dauert ca. 15 Minuten. Die Module können einzeln oder in Kombination abgelegt werden. Die vier Einzelzeugnisse der Module entsprechen einem Gesamtzeugnis.
Anmeldung beim Prüfungszentrum bis fünf Wochen vor gewünschtem Prüfungstermin

Bitte beachten Sie das Kursangebot zur Prüfungsvorbereitung (Kurs 5471W).

telc – Deutsch B2

Die schriftliche Prüfung besteht aus den vier Teilen Lesen, Sprachbausteine, Hören und Schreiben und dauert ca. 140 Minuten. Die mündliche Prüfung wird in der Regel mit zwei Teilnehmenden durchgeführt und dauert ca. 15 Minuten.
Anmeldung beim Prüfungszentrum bis sechs Wochen vor möglichem Prüfungstermin

Prüfungen auf Niveau C1

Goethe-Zertifikat C1

Die schriftliche Prüfung besteht aus den drei Teilen Lesen, Hören und Schreiben und dauert ca. 180 Minuten. Die mündliche Prüfung wird in der Regel mit zwei Teilnehmenden durchgeführt und dauert ca. 20 Minuten. Die Module können einzeln oder in Kombination abgelegt werden. Die vier Einzelzeugnisse entsprechen einem Gesamtzeugnis.
Anmeldung Prüfungszentrum bis fünf Wochen vor gewünschtem Prüfungstermin

Bitte beachten Sie das Kursangebot zur Prüfungsvorbereitung (Kurs 5472W).

telc – Deutsch C1

telc – Deutsch C1 Hochschule

telc – Deutsch C1 Beruf

Die Hochschulrektoren- und die Kultusministerkonferenz erkennen das Zertifikat telc Deutsch C1 Hochschule als Nachweis der sprachlichen Studierfähigkeit ausländischer StudienbewerberInnen in Deutschland an. Auch an zahlreichen Hochschulen in Österreich und der Schweiz sind telc Zertifikate anerkannt.
Anmeldung beim Prüfungszentrum bis sechs Wochen vor möglichem Prüfungstermin

Dozentinnen und Dozenten



**MARIA-ELENA
KOROBV-KÖHLER**
Dozentin Deutsch

» Als langjährige Dozentin für Deutsch als Fremdsprache ist für mich die authentische Vermittlung unserer Sprache sehr wichtig, damit den Lernenden überall da, wo sie ihre Deutschkenntnisse anwenden möchten oder müssen, eine erfolgreiche Kommunikation gelingt.

Daneben sehe ich den kulturellen Austausch mit Menschen aus aller Welt als echte Bereicherung an: Wenn das Erlernen einer Sprache Spaß macht und man sich auf Augenhöhe begegnet, eröffnen sich sowohl den Lernenden als auch den Lehrenden neue Horizonte und Perspektiven, von denen alle profitieren können. «

Prüfungen auf Niveau C2

Goethe-Zertifikat C2

Die schriftliche Prüfung besteht aus den drei Teilen Lesen, Hören und Schreiben und dauert ca. 195 Minuten. Das Modul Sprechen wird in der Regel als Einzelprüfung abgelegt und dauert ca. 15 Minuten. Die Module können einzeln oder in Kombination abgelegt werden. Die vier Einzelzeugnisse der Module entsprechen einem Gesamtzeugnis.

Anmeldung beim Prüfungszentrum bis fünf Wochen vor gewünschtem Prüfungstermin

Einbürgerungstest

Einbürgerungstest

Anmeldung: bis fünf Wochen vor gewünschtem Prüfungstermin

09.05.2026
10.00 (5151A)
11.00 (5151AA)

13.06.2026
10.00 (5151B)
11.00 (5151BB)

11.07.2026
10.00 (5151C)
11.00 (5151CC)

12.09.2026
10.00 (5151D)
11.00 (5151DD)

Je Termin steht nur eine begrenzte Anzahl an Plätzen zur Verfügung. Sind diese belegt, werden auch vor Ende der Anmeldefrist keine weiteren Plätze mehr vergeben.
EUR 25,00

SPRACH- UND INTEGRATIONSANGEBOTE FÜR BESONDERE ZIELGRUPPEN

Hinweise für Teilnehmende an Integrationskursen für Zugewanderte

1. Was sind Integrationskurse?

Integrationskurse sind spezielle Kurse für Menschen, die neu nach Deutschland gekommen sind und hier bleiben möchten. Die Kurse sollen Ihnen helfen, sich gut in Deutschland zu integrieren. In diesen Kursen lernen Sie vor allem Deutsch, aber auch etwas über die Politik und die Kultur hier in Deutschland.

2. Was ist das Besondere an unseren Integrationskursen?

Die vhs Regionalverband Saarbrücken hat jahrzehntelange Erfahrung in den Bereichen Deutsch als Fremdsprache/ Zweitsprache.

3. Wer kann an den Integrationskursen teilnehmen?

An Integrationskursen können Personen teilnehmen, die länger in Deutschland bleiben (mindestens ein Jahr). Zu diesen Personen gehören ausländische Mitbürgerinnen und Mitbürger mit einer langfristigen Aufenthaltserlaubnis, EU-Bürgerinnen und EU-Bürger, Spätaussiedlerinnen und Spätaussiedler mit ihren Familienmitgliedern und auch deutsche Staatsangehörige, die Probleme mit der deutschen Sprache haben.

4. Informationen zu Kursarten, Kosten und Anmeldung finden Sie auf unserer Homepage unter www.vhs-saarbruecken.de und auf der Homepage des BAMF unter www.bamf.de/DE/Willkommen/DeutschLernen

INTEGRATIONSKURSE

Integrationskurse mit Alphabetisierung

Integrationskurse mit Alphabetisierung sind für Menschen, die nicht lesen und schreiben können oder das lateinische Alphabet kaum kennen. Das Jobcenter oder das BAMF können die Kosten übernehmen.

Für diese Kurse ist eine persönliche Beratung erforderlich.

Integrationskurse mit Alphabetisierung Modul 1-9

● Kurs 5202

Persönliche Anmeldung erforderlich

Basis- und Aufbaukurse Integration

Basis- und Aufbaukurs Integration Modul 1-6

● Kurs 5210

Mo. - Fr. 09:00 – 13:15 Uhr
oder

Mo. - Fr. 13:30 – 17:45 Uhr

Modul 1-3, 60 Termine, 300 UST

Modul 4-6, 60 Termine, 300 UST

Orientierungskurs, 20 Termine, 100 UST

Beginn auf Anfrage

Persönliche Anmeldung erforderlich

Integrationskurs intensiv Modul 1-4

Dieser Kurs hat ein schnelles Lerntempo und ist geeignet für Personen, die schon Erfahrung im Lernen von Fremdsprachen haben.

● Kurs 5220

Mo. - Fr. 09:00 – 13:15 Uhr
oder

Mo. - Fr. 13:30 – 17:45 Uhr

Modul 1-4, 80 Termine, 400 UST

Orientierungskurs: 20 Termine, 100 UST

Beginn auf Anfrage

Persönliche Anmeldung erforderlich

Berufsbezogene Sprachkurse für Zugewanderte (Deutschsprachförderung nach § 45 AufenthG)

Berufsbezogene Sprachkurse

Seit 2009 werden an der vhs Regionalverband Saarbrücken berufsbezogene Sprachkurse für MigrantInnen als Brücke zum Einstieg in eine Qualifizierung oder Vermittlung in den ersten Arbeitsmarkt angeboten.

Diese Kurse umfassen 400 - 500 UST und richten sich an MigrantInnen, die sich nach abgeschlossenem Integrationskurs gern noch sprachlich weiterbilden möchten. Angeboten werden Kurse mit dem Zielniveau B2. Nach Kursende absolvieren die Teilnehmenden eine Abschlussprüfung auf dem jeweiligen Zielniveau. Am Ende der Maßnahmen verfügen die Teilnehmenden über allgemein berufssprachliche Kenntnisse, die sie in die Lage versetzen sollen, eine Qualifizierung oder Umschulung zu beginnen.

● Kurs 5240

Beginn auf Anfrage

Persönliche Anmeldung erforderlich

„Mama lernt Deutsch“ – Kurse für Frauen, Mütter und Eltern

Sie möchten gern Deutsch lernen, hatten aber bisher noch keine Gelegenheit dazu? Vielleicht haben Sie einen Integrationskurs besucht, aber schon viel vergessen? Sie möchten Ihre Deutschkenntnisse vertiefen oder sich einfach im Alltag zurechtfinden und mit anderen austauschen?

Unsere Kurse richten sich an Frauen, Mütter und Väter, die neu zugewandert sind oder schon länger in Deutschland leben. In einer kleinen Gruppe beschäftigen Sie sich mit Themen aus Ihrem Alltag, z. B.:

- Vorsorgeuntersuchungen für Kleinkinder – was steht im Impfpass?
- Post von Ämtern und Behörden
- Kita und Schule – was ist wichtig?
- einen Mietvertrag abschließen
- meine Stromrechnung – was bedeutet sie?

Sie können auch gern selbst Vorschläge machen und in den Unterricht mitbringen. Sie lernen Deutsch, das Sie direkt im Alltag anwenden können.

Sie können jederzeit in einen Kurs einsteigen.

Die Kurse sind kostenfrei.

● Kurs 5270

Orte und Zeiten auf Anfrage

Informationen zu den Kursen 5270:

Andrea Heib

Fon 0681 506-4330

andrea.heib@rvsbr.de

Dozentinnen und Dozenten



KARIN SCHUCK

Dozentin für Deutsch

» An der Volkshochschule unterrichtete ich Deutsch als Fremdsprache seit 2017.

Ich bin Diplomübersetzerin für Englisch und Französisch und habe die Berechtigung in BAMF-Kursen auf allen Sprachniveaus von Alphabetisierungskursen bis zu Berufssprachkursen zu unterrichten.

Der Praxisbezug bei der Vermittlung von Deutsch als Fremdsprache ist für mich von zentraler Bedeutung, da wirkliche Integration im Alltag und im Berufsleben nur durch ausreichende deutsche Sprachkenntnisse möglich ist. «

CRASHKURSE

Anmeldung erforderlich!

Bitte beachten:

Die Kursgebühr von EUR 690,00 (640,00) ist bei Anmeldung zu entrichten.

Bei Ratenzahlung:

1. Rate bei Anmeldung	EUR 300,00
2. Rate bis 05.05.2026	EUR 195,00 (EUR 170,00)
3. Rate bis 05.06.2026	EUR 195,00 (EUR 170,00)

- Wenn Sie sich anmelden möchten, um ein Sprachvisum zu bekommen, sind bei Anmeldung 300,00 Euro zu bezahlen. Bei Kursantritt wird diese Summe mit der Kursgebühr verrechnet.
- Bei begründeter Rückzahlung, Teilrückzahlung oder Stornierung des Kurses behält die vhs eine Verwaltungsgebühr in Höhe von 10% ein.
- Wenn Sie sich nach Kursbeginn abmelden möchten, müssen Sie das schriftlich mit einer Begründung und einem Nachweisdokument tun.
- Abmeldungen nach Semesterende sind generell nicht möglich. Bitte beachten Sie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen.
- Zu Kursbeginn kann ein Einstufungstest stattfinden.
- Das lateinische Alphabet müssen Sie für alle Crashkurse sicher kennen.
- Aufgrund der Raumgröße ist die Anzahl der Plätze begrenzt.

Beginn: 02.03.2026

Grundstufe I (A1)

Vorkenntnisse keine

● Kurs 5301

Mo. - Do. 09:00 – 13:15 Uhr
ab 02.03.2026, 60 Termine
300 UST, EUR 690,00 (640,00)

Grundstufe III (A2)

Vorkenntnisse min. A1,2

● Kurs 5303

Mo. - Do. 09:00 – 13:15 Uhr
ab 02.03.2026, 60 Termine
300 UST, EUR 690,00 (640,00)

Grundstufe V (B1)

Vorkenntnisse min. A2,2

● Kurs 5305

Mo. - Do. 09:00 – 13:15 Uhr
ab 02.03.2026, 60 Termine
300 UST, EUR 690,00 (640,00)

Mittelstufe II (B2)

Vorkenntnisse min. B1,2

● Kurs 5307

Mo. - Do. 13:30 – 17:45 Uhr
ab 02.03.2026, 60 Termine
300 UST, EUR 690,00 (640,00)

SOMMERKURSE AM VORMITTAG

Bei weniger als zehn Teilnehmenden wird die endgültige Gebühr bzw. Stundenzahl im Kurs festgelegt.

Die Kursgebühr ist bei Anmeldung zu bezahlen.

Beginn: 16.07.2026

Auffrischung Grundstufe II (A1.2)

Vorkenntnisse min. A1,1

● Kurs 5362

Mo. - Do. 09:00 – 13:15 Uhr
ab 16.07.2026, 16 Termine
80 UST, EUR 240,00

Auffrischung Grundstufe IV (A2.2)

Vorkenntnisse min. A2,1

● Kurs 5364

Mo. - Do. 09:00 – 13:15 Uhr
ab 16.07.2026, 16 Termine
80 UST, EUR 240,00

Auffrischung Mittelstufe I (B1.2)

Vorkenntnisse min. B1,1

● Kurs 5366

Mo. - Do. 09:00 – 13:15 Uhr
ab 16.07.2026, 16 Termine
80 UST, EUR 240,00

ABENDKURSE

Anmeldung erforderlich!

Bitte beachten:

Die Kursgebühr von EUR 270,00 (250,00) ist bei Anmeldung zu entrichten.

Bei Ratenzahlung:

1. Rate bei Anmeldung	EUR 100,00
2. Rate bis 05.05.2026	EUR 85,00 (EUR 75,00)
3. Rate bis 05.06.2026	EUR 85,00 (EUR 75,00)

- Bei begründeter Rückzahlung, Teilrückzahlung oder Stornierung des Kurses behält die vhs eine Verwaltungsgebühr in Höhe von 10% ein.
- Wenn Sie sich nach Kursbeginn abmelden möchten, müssen Sie das schriftlich mit einer Begründung und einem Nachweisdokument tun.
- Abmeldungen nach Semesterende sind generell nicht möglich. Bitte beachten Sie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen.
- Zu Kursbeginn kann ein Einstufungstest stattfinden.
- Das lateinische Alphabet müssen Sie für alle Abendkurse sicher kennen.
- Aufgrund der Raumgröße ist die Anzahl der Plätze begrenzt.

Beginn: 02. bzw. 03.03.2026

Abendkurs Grundstufe I (A1.1)

Vorkenntnisse keine

● Kurs 5421

Di. u. Do. 18:00 – 20:15
ab 03.03.2026, 30 Termine
90 UST, EUR 270,00 (250,00)

Abendkurs Grundstufe II (A1.2)

Vorkenntnisse min. A1.1

● Kurs 5422

Mo. u. Mi. 18:00 – 20:15
ab 02.03.2026, 30 Termine
90 UST, EUR 270,00 (250,00)

Abendkurs Grundstufe IV (A2.2)

Vorkenntnisse min. A2.1

● Kurs 5424

Mo. u. Mi. 18:00 – 20:15
ab 02.03.2026, 30 Termine
90 UST, EUR 270,00 (250,00)

Abendkurs Mittelstufe I (B1.2)

Vorkenntnisse min. B1.1

● Kurs 5431

Mo. u. Do. 18:00 – 20:15
ab 02.03.2026, 30 Termine
90 UST, EUR 270,00 (250,00)

Abendkurs Mittelstufe III (B2.2)

Vorkenntnisse min. B2.1

● Kurs 5433

Mo. u. Mi. 18:00 – 20:15
ab 02.03.2026, 30 Termine
90 UST, EUR 270,00 (250,00)

Abendkurs Oberstufe I (C1.1)

Vorkenntnisse min. B2.2

● Kurs 5434

Di. u. Do. 18:00 – 20:15
ab 03.03.2026, 30 Termine
90 UST, EUR 270,00 (250,00)

Abendkurs Oberstufe II (C1.2)

Vorkenntnisse min. C1.1

● Kurs 5435

Di. u. Do. 18:00 – 20:15
ab 03.03.2026, 30 Termine
90 UST, EUR 270,00 (250,00)

Dozentinnen und Dozenten



HARALD TOADER

Dozent Deutsch

» Seit 2012 unterrichte ich Deutsch als Fremdsprache an der Volkshochschule. Als gelernter Übersetzer und Dolmetscher weiß ich, wie wichtig effektive Kommunikation ist. Das gilt vor allem auch für diejenigen, die hier in Deutschland Fuß fassen möchten und die Sprache beherrschen müssen. Es heißt nicht umsonst „Deutsche Sprache, schwere Sprache“. Daher sind für mich als Dozent Spaß am Unterricht und spielerisches Lernen essentiell – nicht nur um Hemmschwellen abzubauen. Wenn man in angenehmer Atmosphäre Interesse wecken und Freude an einer Sprache vermitteln kann, kommen die Lernerfolge ganz von alleine. «

ZUSATZANGEBOTE

Bei weniger als sechs Teilnehmenden wird die endgültige Gebühr bzw. Stundenzahl nach dem ersten Kurstag festgelegt.

Die Kursgebühr ist bei Anmeldung zu bezahlen.

Grammatik und Rechtschreibung

Vorkenntnisse B1.1 – B2.1

Dieser Kurs bietet eine systematische Wiederholung und Vertiefung wichtiger Themen der Grammatik und Rechtschreibung für Deutschlernende. So festigen Sie Ihre Grammatik- und Rechtschreibkenntnisse, um künftig die deutsche Sprache mit mehr Sicherheit anwenden zu können.

● Kurs 5444

Mi. 15:30 – 17:45 Uhr
ab 22.04.2026, 10 Termine
30 UST, EUR 135,00

Konversationskurs Deutsch: Sprechen macht Spaß

Vorkenntnisse min. B1.1

Vielleicht wissen Sie nicht immer, wie etwas richtig auf Deutsch formuliert wird. In diesem Kurs ist Sprechen der Schwerpunkt. Sie reden über Themen und Situationen, die Sie aus Ihrem Alltag kennen. Dabei wird auch auf die richtige Aussprache geachtet. Außerdem können auf Wunsch Grammatikthemen wiederholt werden.

● Kurs 5445

Do. 15:30 – 17:45 Uhr
ab 23.04.2026, 10 Termine
30 UST, EUR 135,00

Einführung: Selbstständig Deutsch lernen mit dem vhs-Lernportal

Vorkenntnisse: mind. A1.2

Sie möchten Ihr Deutsch verbessern, können aber nicht regelmäßig zu einem Kurs kommen?

Dann können Sie selbstständig mit dem vhs-Lernportal Deutsch üben. In der Einführung lernen Sie, wie Sie sich registrieren und das Lernportal nutzen können.

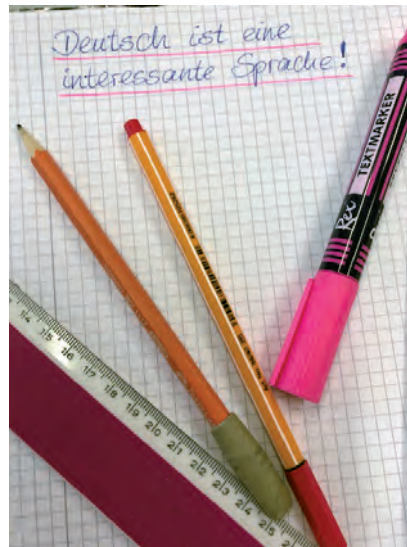
Auch für Lehrkräfte und Lernpaten geeignet, die das Lernportal kennenlernen möchten.

Der Kurs ist kostenlos.

Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich.

● Kurs 5446

Do. 18.06.2026, 15:30 – 17:45 Uhr
3 UST,



PRÜFUNGSVORBEREITUNG

Bei weniger als sechs Teilnehmenden wird die endgültige Gebühr bzw. Stundenzahl nach dem ersten Kurstag festgelegt.

Die Kursgebühr ist bei Anmeldung zu entrichten.

Prüfungsvorbereitung – telc Zertifikat Deutsch B1

Vorkenntnisse min. B1,2

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die sich auf die Prüfung telc Zertifikat Deutsch B1 vorbereiten.

● Kurs 5470

Di. 18:00 – 19:30 Uhr
4 Termine
Kurstage werden auf Anfrage festgelegt
8 UST, EUR 80,00

Technische Voraussetzungen für die Kurse 5471W, 5472W, 5473W, 5474W:

- PC/Laptop/Netbook/Chromebook/ Tablet/iPad
- Headset/Lautsprecher und Mikrofon
- Internetzugang mit dem vorhandenen Gerät
- Account in der vhs-Cloud

Online-Kurs

Onlinekurs Prüfungsvorbereitung – Goethe Zertifikat B2 – Lesen und Hören

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die sich auf die Prüfung Goethe Zertifikat B2 vorbereiten.

Es werden die Module Lesen und Hören vorgestellt und die verschiedenen Aufgabenformate und Lösungsstrategien geübt. Sichere Deutschkenntnisse auf dem Niveau B2 sind Voraussetzung für die Teilnahme.

● **Kurs 5471W**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr
4 Termine
Kurstage werden auf Anfrage festgelegt
8 UST, EUR 80,00

🏠 **Online-Kurs**

**Onlinekurs Prüfungsvorbereitung –
Goethe Zertifikat B2 – Schreiben und
Sprechen**

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende,
die sich auf die Prüfung Goethe Zertifikat
B2 vorbereiten.

Es werden die Module Schreiben und
Sprechen vorgestellt und die verschiede-
nen Aufgabenformate und Lösungs-
strategien geübt.

Sichere Deutschkenntnisse auf dem
Niveau B2 sind Voraussetzung für die
Teilnahme.

● **Kurs 5472W**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr
4 Termine
Kurstage werden auf Anfrage festgelegt
8 UST, EUR 80,00

🏠 **Online-Kurs**

**Onlinekurs Prüfungsvorbereitung –
Goethe Zertifikat C1 – Lesen und
Hören**

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende,
die sich auf die Prüfung Goethe Zertifikat
C1 vorbereiten.

Es werden die Module Lesen und Hören
vorgestellt und die verschiedenen Aufga-
benformate und Lösungsstrategien geübt.
Sichere Deutschkenntnisse auf dem
Niveau C1 sind Voraussetzung für die
Teilnahme.

● **Kurs 5473W**

Do. 18:00 – 19:30 Uhr
4 Termine
Kurstage werden auf Anfrage festgelegt
8 UST, EUR 80,00

🏠 **Online-Kurs**

**Onlinekurs Prüfungsvorbereitung –
Goethe Zertifikat C1 – Schreiben und
Sprechen**

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende,
die sich auf die Prüfung Goethe Zertifikat
C1 vorbereiten.

Es werden die Module Schreiben und
Sprechen vorgestellt und die verschiede-
nen Aufgabenformate und Lösungs-
strategien geübt.

Sichere Deutschkenntnisse auf dem
Niveau C1 sind Voraussetzung für die
Teilnahme.

● **Kurs 5474W**

Do. 18:00 – 19:30 Uhr
4 Termine
Kurstage werden auf Anfrage festgelegt
8 UST, EUR 80,00

**Dozentinnen und
Dozenten**



KIRSI KAARINA NIKUNEN
Dozentin Deutsch

» Als Dozentin für Deutsch als Fremd-
sprache, die selbst vor 30 Jahren
die Sprache gelernt hat, kenne ich
die Schwierigkeiten und Heraus-
forderungen der deutschen Sprache.
Deshalb lege ich viel Wert darauf,
dass von Beginn an solide Grund-
lagen für die mündliche und
schriftliche Kommunikation in Alltag
und Arbeitswelt erworben werden.
Methodisch benutze ich dazu
neben Partnerarbeit und Projektar-
beit auch die Möglichkeiten der di-
gitalen Welt, z. B. die vhs.cloud und
verschiedene Apps. Der Austausch
von Erfahrungen in der Gruppe
und die Gespräche helfen den
Lernenden, sich schneller in der
deutschen Gesellschaft zurechtzu-
finden und den eigenen Horizont
zu erweitern. Und natürlich lerne
auch ich selbst täglich etwas Neu-
es von anderen Kulturen. «

Verantwortlich für den Programmbereich



Melanie Scazzari
 Programmbereichsleiterin
 Rathaus-Carré
 Gerberstr. 2
 66111 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4340
 Fax 0681 506-4398
 melanie.scazzari@rvsbr.de

Inhalt

• Schlüsselkompetenzen	266
• Kaufmännische Weiterbildung	272
• EDV-Grundlagenkurse	282
• Office-Anwendungen	288
• Mediengestaltung	294
• Webdesign und Content-Management	297
• Agentur für Lernförderung	299

Arbeit und Beruf



Beratung und Information



Franziska Bartosch
Pädagogische Mitarbeiterin
Rathaus-Carré
Gerberstr. 2
66111 Saarbrücken
Fon 0681 506-4339
Fax 0681 506-4398
franziska.bartosch@rvsbr.de



Michael Bernardi
Pädagogischer Mitarbeiter
Rathaus-Carré
Gerberstr. 2
66111 Saarbrücken
Fon 0681 506-4342
Fax 0681 506-4398
michael.bernardi@rvsbr.de

Anmeldung und Service



Armin Schönenberger
Sachbearbeiter
Rathaus-Carré
Gerberstr. 2
66111 Saarbrücken
Fon 0681 506-4341
Fax 0681 506-4398
armin.schoenenberger@rvsbr.de



Jürgen Roland
Pädagogischer Mitarbeiter
Rathaus-Carré
Gerberstr. 2
66111 Saarbrücken
Fon 0681 506-4346
Fax 0681 506-4398
juergen.roland@rvsbr.de

Arbeit und Beruf

Die Veranstaltungen im Programmbereich „Arbeit und Beruf“ stärken gezielt Ihre berufliche Handlungskompetenz – praxisnah, nachhaltig und vielfältig. Im Fokus stehen soziale, kommunikative und alltagsbezogene Kompetenzen ebenso wie Medien- und IT-Kenntnisse – insbesondere in kaufmännischen, IT-nahen und gestalterischen Berufsfeldern.

Schlüsselkompetenzen sind zentral für den beruflichen Erfolg – daher fördern wir gezielt Ihre sozialen, kommunikativen und digitalen Fähigkeiten. Ob innovative Lernstrategien oder interkulturelle Kompetenz – unsere Kurse bieten praxisorientierte Inhalte für Ihren Arbeitsalltag.

Die kaufmännische Weiterbildung wurde – ergänzend zu Kursen wie der Ausbilder-eignungsprüfung, DATEV und Finanzbuchführung – um den zukunftsorientierten Themenbereich Finanzen erweitert. In den Kursen zu Geldanlage, Aktien, ETFs, Krypto und Bitcoins wird Ihnen fundiertes Basiswissen vermittelt.

Darüber hinaus bieten wir ein vielfältiges Angebot an bundesweit anerkannten Kursen aus dem Lehrgangssystem Xpert Business.

Sie haben neben unserem regulären Kursprogramm individuelle Anforderungen oder suchen nach maßgeschneiderten Schulungen für Ihr Unternehmen? Kontaktieren Sie uns – wir entwickeln gerne gemeinsam mit Ihnen passgenaue Lösungen.

SCHLÜSSELKOMPETENZEN

Persönliche Kompetenzen

Wochenendkurs

**Authentisch Präsentieren:
Überzeugen und Begeistern**

Im Mittelpunkt stehen, souverän auftreten und frei sprechen – das will gekonnt sein. Aufregung und Hemmungen spielen da oft Streiche, oder es fehlen die zündenden Worte – der Aufhänger –, um sich und Ihr Know-how gekonnt zu präsentieren. Authentisches Präsentieren erfordert Präsenz. Es geht nicht darum, Tricks zu erlernen. Präsenz heißt, im Hier und Jetzt auf Situationen eingehen zu können und mit den Zuhörern und Zuschauern in Verbindung zu bleiben, ohne den eigenen Faden zu verlieren. In diesem Seminar lernen Sie, wo Ihre Überzeugungskraft steckt und wie Sie diese natürlich und glaubwürdig zur Geltung bringen.

● Kurs 4010

Dorothee Schank, Supervisorin und Coach

Sa. 14.03.2026, 10:00 – 17:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

8 UST, EUR 50,00

Wochenendkurs

Kommunikation:**Einbahnstraße oder Erlebnispfad?**

Kommunikation verläuft nie gleich. Jede Begegnung mit einem Menschen ist immer neu und anders. Sie stiftet nicht selten Verwirrung und erzeugt Missverständnisse. Daher verlangt Kommunikation in hohem Maße Achtsamkeit und Aufmerksamkeit. Sie provoziert den spontanen Umgang mit Unvorhergesehenem und fordert immer situationsgerechtes Handeln. Der Workshop zeigt Ihnen, wie Sie spontan und glaubwürdig in Gesprächen reagieren können und aus dem

eigenen Innern tiefe Sicherheit gewinnen. Er vermittelt keine standardisierten Kommunikationsrezepte, sondern führt mitten in die Lebendigkeit praktischer Situationen und schult authentisch situatives Verhalten.

● Kurs 4011

Dorothee Schank, Supervisorin und Coach

Sa. 30.05.2026, 10:00 – 17:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

8 UST, EUR 50,00

Wochenendkurs

Besser reden: SIE sind die Show!

Egal, ob kleines Meeting oder großer Auftritt vor Publikum: wir alle müssen reden. Jeden Tag aufs Neue. Und wer gut reden kann, ist immer im Vorteil. Denn die meisten können genau das nicht. Viele haben sowieso mehr Angst vorm Reden, als vorm Zahnarzt. Dabei tut reden überhaupt nicht weh – es kann sogar unglaublichen Spaß machen. Lernen Sie vom Medienprofi und Kommunikationstrainer Uwe Loll, wie Sie ohne Angst gelassen und professionell Ihre nächste Rede meistern.

● Kurs 4012

Uwe Loll, Kommunikations- und Redetrainer

Fr. 24.04.2026, 16:00 – 21:00 Uhr

Sa. 25.04.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

16 UST, EUR 90,00 (68,00)

Punkt 9: QuickStart-Webinare zum Innovations- und Changemanagement

Die Online-Kurse der vhs Quickborn sind darauf ausgerichtet, den Teilnehmerinnen und Teilnehmern wertvolle Impulse zu verschaffen – für Innovation und Change. In ihrer kompakten Form richten sie sich an intrinsisch motivierte Menschen, die den zwangsläufigen Wandel nicht über sich ergehen lassen, sondern diesen bewusst und nachhaltig gestalten möchten.

 Online-Kurs**Punkt 9: Fragetechniken – Kommunikation gestalten**

Der bewusste Umgang mit Fragetechniken befähigt Teams dazu, Probleme effizienter zu lösen und Konflikte proaktiv zu managen. Durch das Wissen um offene und geschlossene Fragestellungen sowie lösungsorientierte oder zirkuläre Fragen lassen sich Brainstormings strukturieren, Meetings produktiver gestalten und die Zusammenarbeit stärken. Dies führt zu einer höheren Qualität der Ergebnisse und zu einer verbesserten Dynamik im Team.

● Kurs 4020

vhs Quickborn

Di. 14.04.2026, 09:00 – 10:00 Uhr

Zoom

1,3 UST, EUR 22,00

 Online-Kurs**Punkt 9: Teamarbeit in der KI-Ära**

Der Einsatz von KI ermöglicht es Teams, sich auf strategische und kreative Aufgaben zu konzentrieren, indem Routinen automatisiert werden. Tools können beispielsweise bei der Planung von Projekten unterstützen, Ressourcen effizienter zuweisen oder datenbasierte Entscheidungshilfen liefern. So entstehen neue Synergien, die die Produktivität

SCHLÜSSELKOMPETENZEN

steigern und die kollektive Problemlösung im Team maßgeblich verbessern.

● **Kurs 4021**

vhs Quickborn

Do. 30.04.2026, 09:00 – 10:00 Uhr

Zoom

1,3 UST, EUR 22,00

 Online-Kurs

Punkt 9: Teamkultur in der KI-Transformation

Der bewusste Umgang mit KI-Technologien ermöglicht es Teams, die Kultur gezielt weiterzuentwickeln. Indem KI-Tools repetitive Aufgaben übernehmen, wird Freiraum für menschliche Interaktion, kreative Problemlösung und Innovation geschaffen. Zudem können KI-Analysen genutzt werden, um Potenziale in der Zusammenarbeit zu erkennen, die Kommunikation zu verbessern und die Entwicklung jedes einzelnen Teammitglieds individuell zu fördern. So wird die KI zum Katalysator für eine zukunftsfähige und dynamische Teamkultur.

● **Kurs 4022**

vhs Quickborn

Di. 12.05.2026, 09:00 – 10:00 Uhr

Zoom

1,3 UST, EUR 22,00

 Online-Kurs

Punkt 9: Teamführung der Zukunft

Der Einsatz von KI-Tools ermöglicht es Führungskräften, Entscheidungen auf einer fundierten Datenbasis zu treffen und Teams gezielter zu entwickeln. Anhand von Analysen können personalisierte Wachstumspläne erstellt und individuelle Bedürfnisse erkannt werden. Zudem liefert die Technologie frühzeitig Hinweise auf potenzielle Herausforderungen oder Burnout-Risiken. So wird die Führung effizienter, transparenter und mensch-

licher, da mehr Zeit für die individuelle Betreuung der Teammitglieder bleibt.

● **Kurs 4023**

vhs Quickborn

Mi. 13.05.2026, 09:00 – 10:00 Uhr

Zoom

1,3 UST, EUR 22,00

Innovative Lernstrategien

 Online-Kurs

Superhirn – Namen und Gesichter merken

Viele Menschen können sich zwar sehr gut an Gesichter erinnern, aber der dazugehörige Name ist in den meisten Fällen nicht mehr präsent. Damit Ihnen in Zukunft auch der dazugehörige Name einfällt, gibt es einfache und wirksame Methoden sich Gesichter und Namen einzuprägen. Mit dieser Methode schaffte es auch der Gedächtnissportler Boris Konrad ins Guinness-Buch der Rekorde: 201 Gesichter und die dazugehörigen Namen in nur 15 Minuten. Der Gedächtnistrainer und Buchautor Helmut Lange zeigt Ihnen anhand von Beispielen wie Sie auch von dieser Methode profitieren können.

Voraussetzung: PC/Laptop, gute Internetverbindung, Webcam, Mikrofon, Lautsprecher/Headset

● **Kurs 4040**

Helmut Lange

Di. 03.03.2026, 19:00 – 21:30 Uhr

online

3,3 UST, EUR 25,00

 Online-Kurs

Superhirn – Kopfrechnen, schneller als mit dem Taschenrechner

Sie lernen verblüffende Kopfrechentricks, mit deren Hilfe Sie schneller im Kopf rechnen können als mit einem Taschenrechner. Mit ein bisschen Übung können

Dozentinnen und Dozenten



UWE LOLL

Kommunikations- und Redetrainer

» Als Rede-Trainer möchte ich dabei helfen, besser und lockerer vor anderen Menschen zu reden. Die Begeisterung dafür habe ich, seitdem ich als Junge den Vorlese-Wettbewerb in der Schule gewonnen habe. Ich war lange beim Radio und habe wirklich jeden Job in meinen verschiedenen Sendern gemacht, die was mit „Reden am Mikrofon“ zu tun hatten. Meine feste Überzeugung: Reden lernt man nur durch Reden. Deswegen gibt's bei mir auch ganz viele Rede-Übungen. «

Sie vielleicht auch schneller rechnen als Sie sprechen können. Die aus Indien stammenden Rechenmethoden (vedische Mathematik) sind in unserem Kulturkreis noch unbekannt, machen viel Spaß und erhöhen das generelle Interesse an Mathematik um ein Vielfaches. Der Buchautor und Andragoge Helmut Lange zeigt Ihnen die besten Kopfrechen-Tricks.
Voraussetzung: PC/Laptop, gute Internetverbindung, Webcam, Mikrofon, Lautsprecher/Headset

● Kurs 4041

Helmut Lange

Di. 10.03.2026, 19:00 – 21:30 Uhr
online

3,3 UST, EUR 25,00

🏠 Online-Kurs

5 Wege zu einem perfekten Gedächtnis

Ihr Denken und Lernen sind zu einem großen Teil durch die Schulzeit geprägt. Wenn Sie als Erwachsener an Fort- und Weiterbildung teilnehmen, greifen Sie meist auf althergebrachtes Lernverhalten zurück und wundern sich, dass kaum etwas hängen bleibt. Dabei kann Lernen so einfach sein. Durch das Anwenden einiger Merktechniken werden Sie in Zukunft Zahlen, Daten, Fakten, Vokabeln, Namen und Gesichter schneller und sicherer behalten. Mit nur etwas Übung kann unser Gehirnpotential um 300% gesteigert werden. Sie werden in Zukunft nicht mehr lernen, weil Sie müssen, sondern Sie werden lernen, weil Sie wollen.
Voraussetzung: PC/Laptop, gute Internetverbindung, Webcam, Mikrofon, Lautsprecher/Headset

● Kurs 4042

Helmut Lange

Sa. 28.03.2026, 09:00 – 16:30 Uhr
online

10 UST, EUR 55,00

🏠 Online-Kurs

Superhirn – Vokabeln lernen im Sekundentakt

Wer möchte nicht im Sekundentakt Vokabeln lernen können? Und dabei noch Spaß haben? Die Schlüsselwortmethode hilft Ihnen dabei, Vokabeln nicht nur schneller zu erfassen, sondern auch länger im Kopf zu behalten. Das zigfache Wiederholen wird auf ein Minimum reduziert. Der Bestsellerautor und Dipl. Pädagoge Helmut Lange hat zum Thema „Vokabel lernen“ mehrere Bücher geschrieben und zeigt Ihnen anhand von weiterentwickelten Lernstrategien den Weg zu verblüffenden Lernerfolgen – schon während des Webinars. Helmut Lange zeigt Ihnen die besten Vokabellern-Tricks.

Voraussetzung: PC/Laptop, gute Internetverbindung, Webcam, Mikrofon, Lautsprecher/Headset

● Kurs 4043

Helmut Lange

Di. 24.03.2026, 19:00 – 21:30 Uhr
online

3,3 UST, EUR 25,00

Interkulturelle Kompetenzen

Bildungsurlaub

Xpert Cultural Communication Skills: Basic

Um Begegnungen mit Menschen aus anderen Kulturen erfolgreicher zu gestalten, beschäftigen wir uns im Grundlagenmodul Xpert CCS Basic u. a. mit unserer eigenen kulturellen Prägung. Sie hat Auswirkungen auf das Gelingen interkultureller Kommunikation bspw. in Erstkontaktsituationen oder sich anbahnenden Konflikten. Die zugrundeliegenden Modelle kultureller Fremdheit, Wahrnehmung und Werteorientierung sind Ausgangspunkt für die anschl. Erarbeitung von Best-Practice-Beispielen anhand konkreter Fallsituationen. Unterschiedliches Verständnis von Raum und Zeit werden neben weiteren Schlüsselfaktoren in die Lösungsfindung einbezogen.

In der Kursgebühr sind das offizielle Lehrwerk zum Seminar sowie die Basic-Prüfung enthalten.

● Kurs 4050

Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)

Fr. 26.06.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Sa. 27.06.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré Seminarraum 10

16 UST, EUR 140,00 (90,00)

Workshop

Cross Culture Training

Das Fremde befremdet und ist oft Quelle von Missverständnissen und Reibereien. Im Cross Culture Training erwerben und trainieren Sie die Fähigkeit, im Zusammenwirken mit Menschen aus fremden Kulturen deren spezifische Konzepte der Wahrnehmung, des Denkens, Fühlens und Handelns zu erkennen und zu begreifen: Kompetent zu werden im Umgang mit dem „Anderen“! Ausgehend von Ihren

Xpert CCS Culture Communication Skills®

Xpert CCS	Voraussetzung	Kursbeschreibung	Abschluss
 Modul 1 Basic	keine	Beispiele aus konkreten Praxisfeldern behandeln, grundlegende Themen des interkulturellen Lernens, eigene und fremde Kultur, Kulturgrammatik.	Modul-Zertifikat Xpert CCS Basic
 Modul 2 Professional	bestandene Klausur Modul 1	Kenntnisse in interkulturellen Themenfeldern werden fundiert: Kulturelle Fremdheit, kulturelle Filter, Techniken des interkulturellen Umgangs, Kulturexploration, Kulturgrammatik und interkulturelle Kommunikation.	Modul-Zertifikat Xpert CCS Professional
 Modul 3 Master	bestandene Klausur Modul 2	Die Teilnehmenden werden dazu befähigt, interkulturelles Wissen professionell einzusetzen und in unterschiedliche Handlungsfelder zu transferieren.	Modul-Zertifikat Xpert CCS Master
 Modul 4 TrainerInnen-Qualifizierung 1	bestandene Klausur Modul 3 sowie Mindestpunktzahl	Bearbeitung von Fallbeispielen aus interkulturellen Situationen, in denen die Inhalte der Module 1 bis 3 angewandt werden können. Hierzu erhalten die angehenden TrainerInnen eine exklusive Materialsammlung zur Trainings-Anreicherung.	Teilnahme-zertifikat
 Modul 5 TrainerInnen-Qualifizierung 2	Teilnahme an Modul 4	Vorbereitung auf die künftige Abnahme von Xpert-CCS-Prüfungsleistungen (Bewertung von Klausuren und Fallstudien) sowie Präsentation einer Abschluss-Lehrprobe zu Teilgebieten interkultureller Kompetenz für die Akkreditierung.	Zertifizierung interkulturelle(r) TrainerIn

XPERT Culture Communication Skills



Volkshochschule
Regionalverband Saarbrücken

Xpert CCS Culture Communication Skills® ist ein modulares Lehrgangssystem für interkulturelle Kompetenz.

Die Module integrieren aktuelle Theorie mit praxisnahen Methoden und betonen die Verbindung des Lernprozesses mit der kulturellen Persönlichkeit der Teilnehmenden. Durch eine optionale Prüfung können Zertifikate erworben werden. Zusätzlich zu den aufgeführten Kursen bieten unsere zertifizierten Xpert-CCS-TrainerInnen auch maßgeschneiderte Firmenschulungen in den Bereichen „Interkulturelle Kompetenz im beruflichen Handeln“ und in der Verwaltung an.

persönlichen Erfahrungen werden im Kurs grundlegende Kenntnisse zu kulturspezifischer Wahrnehmung und interkultureller Handlungskompetenz vermittelt und anhand von Beispielen aus der Praxis und alltagsnahen Übungen vertieft.

● Kurs 4051

Gisela Platz

Sa. 25.04.2026, 09:30 – 12:30 Uhr

Sa. 09.05.2026, 09:30 – 12:30 Uhr

Rathaus-Carré Seminarraum 9

8 UST, EUR 30,00

Abendkurs

Deutsch-chinesische

Zusammenarbeit:

Missverständnisse vermeiden, Vertrauen stärken

Der Kurs richtet sich an Mitarbeitende und Führungskräfte, die mit chinesischen Partnern, KollegInnen oder Teams zusammenarbeiten. Sie lernen, kulturelle Unterschiede in Kommunikation, Werten und Erwartungen besser zu verstehen. Anhand typischer Situationen reflektieren Sie Erfahrungen, vermeiden Missverständnisse und stärken die Zusammenarbeit – für mehr Klarheit, Vertrauen und Erfolg im chinesisch-deutschen Berufsalltag.

● Kurs 4052

Mo Wang

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 11.03.2026, 5 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 3

10 UST, EUR 60,00

Angebote für (angehende) Führungskräfte

Workshop

Alle da, fit, motiviert?

Förderung ECHTER Anwesenheit

Viele Führungskräfte verwenden einen Großteil ihrer Zeit und ihrer Emotionen

auf die vielleicht 5% ihrer abwesenden Team-Mitglieder. Dann bleibt aber für die restlichen 95% der Mitarbeitenden, die einen guten Job machen und meistens da sind, nur noch ein Bruchteil der Führungskräfte-Zeit und -Energie. Das ist doch irgendwie ungerecht, oder? Deshalb richten wir in diesem Workshop unseren Focus nicht auf die Fehlzeiten, sondern darauf, wie Sie als Führungskraft ECHTE Anwesenheit fördern können. Denn Sie können Einfluss nehmen, damit alle – so weit möglich – da, fit und motiviert sind. Der Workshop beinhaltet eine motivierende Email inkl. kurzem Einstimmungsvideo vorab, Arbeitsblätter, die Workshopdokumentation, Postkarten und eine motivierende Email mit Checkkarten nach dem Workshop zur Nachhaltigkeitssicherung.

● Kurs 4060

Kirsten Rosenkranz, Dipl. Sozialarbeiterin

Sa. 09.05.2026, 10:00 – 14:00 Uhr

Rathaus-Carré Seminarraum 10

5,3 UST, EUR 55,00

Workshop

Teamdynamik und individuelle Mitarbeitendenbedürfnisse im Fokus

In einer Welt, die zunehmend von Arbeitsüberlastung und Druck geprägt ist, stehen Führungskräfte vor der Herausforderung, das Wohl ihres Teams und einzelner Mitarbeitender zu sichern. Dieser Workshop bietet Ihnen als Führungskraft praxisorientierte Ansätze, wie Sie Überlastung effektiv abbauen und die Bedürfnisse Ihrer Mitarbeitenden berücksichtigen können. Nutzen Sie diese Gelegenheit, Ihre Führungskompetenzen zu trainieren und Ihr Fähigkeit, Einfluss zu nehmen, zu stärken. Durch den Austausch mit anderen Führungskräften erweitern Sie Ihr Netzwerk und erhalten konkrete Handlungshilfen und Materialien, um Ihre

Mitarbeitenden langfristig zu motivieren.

● Kurs 4061

Kirsten Rosenkranz, Dipl. Sozialarbeiterin

Do. 21.05.2026, 17:00 – 18:30 Uhr

Rathaus-Carré Seminarraum 10

2 UST, EUR 25,00

Workshop

Praxisworkshop Selbstfürsorge

„Ich muss erst für mein Team da sein – für mich bleibt da kaum Zeit.“ – Viele Führungskräfte stellen die eigenen Bedürfnisse hinten an. Doch wer dauerhaft über die eigenen Grenzen geht, kann langfristig weder gesund bleiben noch gut führen. In diesem praxisorientierten Workshop setzen wir genau dort an: Warum Selbstfürsorge keine Schwäche ist, sondern ein zentraler Teil guter Führung. Sie erhalten die Gelegenheit, Ihr Führungsverhalten unter Stress zu reflektieren, persönliche Überlastungssignale zu erkennen und Strategien zum Abschalten nach Feierabend zu entwickeln. Im Austausch mit anderen Führungskräften teilen Sie Erfahrungen, stärken Ihre Selbstwahrnehmung und erarbeiten konkrete Impulse für mehr Balance – im Berufsalltag und darüber hinaus.

● Kurs 4062

Kirsten Rosenkranz, Dipl. Sozialarbeiterin

Do. 11.06.2026, 17:00 – 18:30 Uhr

Rathaus-Carré Seminarraum 10

2 UST, EUR 25,00

🏠 Online-Kurs

Trauer am Arbeitsplatz:

Wie ich als Arbeitgeber meine Mitarbeitenden unterstützen kann

Trauer am Arbeitsplatz ist oft ein Tabuthema, das aber jeden treffen kann. Dieser Workshop richtet sich an Arbeitgeber, die lernen möchten, wie sie mit trauernden Mitarbeitenden einfühlsam

und professionell umgehen. Erfahren Sie, wie gezielte Unterstützung zu einer stabilen Arbeitsatmosphäre beiträgt und die emotionale Gesundheit des Teams stärkt.

● Kurs 4065

Vanessa Horn

Sa. 16.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

online

2 UST, EUR 10,00

Online-Kurs

Führungsimpulse kompakt

Diese 45 Minuten Online stärken Sie für den kommenden Arbeitstag und darüber hinaus. Kurz und bündig werden zentrale Herausforderungen der Führung besprochen und konkrete Anregungen gegeben. Unser Leitmotiv: Aus der Praxis für die Praxis. Diesen nützlichen Benefit können und sollten Sie in der Arbeitspraxis beherzigen.

● Kurs 4070

Matthias Dahms, Dipl.-Ökonom

Di. 07:30 – 08:15 Uhr

ab 14.04.2026, 4 Termine

online

4 UST, EUR 75,00

Online-Kurs

Vom Mitarbeitenden zur Führungskraft

Plötzlich Chef? Unser Seminar unterstützt neue Führungskräfte dabei, den Rollenwechsel aktiv zu meistern. Sie lernen, Ziele zu setzen, Mitarbeitende zu führen und mit Fehlverhalten umzugehen. In praxisnahen Übungen und im Austausch mit anderen Teilnehmenden trainieren Sie den Umgang mit schwierigen Führungssituationen. Nutzen Sie unser Online-Forum, um aktuelle Themen direkt anzusprechen. Werden Sie souverän in Ihrer neuen Rolle!

● Kurs 4071

Matthias Dahms, Dipl.-Ökonom

Mo. 22.06.2026, 18:30 – 21:30 Uhr

online

4 UST, EUR 65,00

Online-Kurs

Sitzungen und Meetings souverän und effizient leiten

Erleben Sie, wie Sie Besprechungen erfolgreich und zielgerichtet leiten können. In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie als Leitungsperson den Ablauf einer Sitzung klar strukturieren, die Beteiligten effektiv einbinden und zur Mitarbeit motivieren. Ob im beruflichen Umfeld, im Verein oder in der Projektarbeit – in diesem Seminar reflektieren wir gemeinsam bewährte Methoden zur Führung von Gruppen. Die Erfahrungen der Teilnehmenden fließen aktiv in den Lernprozess ein, um praxisnahe Strategien zu entwickeln und die Leitungsfähigkeiten zu trainieren. Von der Vorbereitung über die Durchführung und Ergebnissicherung bis hin zur zielgerichteten Nachbereitung: Sie erhalten wertvolle Tipps, wie Sie jede Phase eines Meetings souverän gestalten und auftretende Herausforderungen meistern können. Sie lernen, wie Sie souverän vor Gruppen formulieren, mit Widerstand umgehen und divergierende Meinungen produktiv integrieren können.

● Kurs 4074

Matthias Dahms, Dipl.-Ökonom

Mi. 25.03.2026, 18:30 – 21:30 Uhr

online

4 UST, EUR 65,00

Online-Kurs

Stärke, Selbstvertrauen, Überzeugungskraft und Durchsetzungsvermögen

Manchmal fällt es schwer, Forderungen

durchzusetzen, im Mittelpunkt zu stehen oder „nein“ zu sagen. Mangelndes Selbstvertrauen kann eine Ursache sein: Sie erhalten nicht das, was Sie wollen, werden von anderen überholt und ärgern sich im Nachhinein über sich selbst. Doch hier gibt es gute Nachrichten für Sie: Selbstvertrauen lässt sich erlernen. In diesem Online-Seminar trainieren Sie, sich selbst zu vertrauen, sich zu motivieren und das Ruder in die Hand zu nehmen. Sichere Argumentation, flüssiges Sprechen und Überzeugungskraft werden Ihre Partner sein, während Sie Schritt für Schritt den Zugang zu Ihren eigenen Kraftquellen und Ressourcen gewinnen.

● Kurs 4078

Matthias Dahms, Dipl.-Ökonom

Fr. 08.05.2026, 18:30 – 21:30 Uhr

online

4 UST, EUR 65,00

Bewerbungstraining

Workshop

Bewerbungsoaching für Berufserfahrene

Es ist lange her, dass Sie zum letzten Mal eine Bewerbung geschrieben und an einem Vorstellungsgespräch teilgenommen haben? Wie war das nochmal? Was schreibe ich rein und was nicht? Wie überzeugen meine Bewerbungsunterlagen den Personalentscheider und wie überzeuge ich ihn im Vorstellungsgespräch? Wie bereite ich mich auf die Fragen im Vorstellungsgespräch vor? Welche Antworten werden erwartet? Diese Themen werden im 2-tägigen Kurs behandelt. Danach können Sie eine aussagekräftige Bewerbung erstellen und souverän an Vorstellungsgesprächen teilnehmen.

● **Kurs 4083**

Christine Fox, Personalmanagerin

Mo. 01.06.2026, 10:00 – 14:30 Uhr

Mi. 03.06.2026, 15:30 – 18:30 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

10 UST, EUR 55,00 (42,00)

Workshop

**Vorstellungsgespräche meistern
(für Berufserfahrene)**

Eine Einladung zum Vorstellungsgespräch liegt Ihnen bereits vor? Es ist aber schon länger her, dass Sie an einem Vorstellungsgespräch teilgenommen hatten? Welche Fragen erwarten Sie? Welche Antworten werden vom potentiellen Arbeitgeber erwartet? Auf welche Fragen darf ich lügen? Wie bringe ich souverän meine Qualifikationen und Persönlichkeit zum Ausdruck? In diesem Kurs werden u. a. die verschiedenen Phasen des Vorstellungsgesprächs simuliert und Ihre eigene Selbstvorstellung erarbeitet. Hier können Sie in einem neutralen Umfeld üben sowie Erfahrungen sammeln und sich so auf Ihr nächstes Vorstellungsgespräch vorbereiten.

● **Kurs 4084**

Christine Fox, Personalmanagerin

22.06.2026, 10:00 – 15:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

6,7 UST, EUR 55,00 (42,00)

Einzelveranstaltung

Individuelles Bewerbungcoaching

Du stehst kurz vor deinem Schulabschluss oder hast diesen gerade erreicht? Du möchtest dich nun auf einen Ausbildungsplatz bewerben und bist dir unsicher, ob deine Bewerbungsunterlagen vollständig sind oder dein Anschreiben gut formuliert ist? In diesem individuellen Bewerbungcoaching sichten wir gemeinsam deine bereits vorhandenen

Bewerbungsunterlagen und entwickeln zu dir und deinen Zielen passende Bewerbungsunterlagen.

Solltest du noch keine Bewerbungsunterlagen erstellt haben, informieren wir dich darüber, welche Unterlagen zur Bewerbung benötigt werden und geben Tipps, wie diese am besten erstellt werden können.

● **Kurs 4085**

Melanie Scazzari/Michael Bernardi

Individuelle Terminabsprache

ab 09.03.2026

Rathaus-Carré

3 UST, EUR 35,00

KAUFMÄNNISCHE WEITERBILDUNG

Unsere Weiterbildungsangebote im kaufmännischen Bereich unterstützen Sie dabei, Ihre beruflichen Fähigkeiten gezielt auszubauen. In unserer neuen Kategorie „Digitale Kompetenzen & KI für Büro und Marketing“ erhalten Sie praxisnahes Wissen zu modernen KI-Tools, digitalen Marketingstrategien und effizienter Büroorganisation – ideal für den Einstieg in aktuelle Technologien und digitale Strategien. Darüber hinaus können Sie sich gezielt auf die Ausbildereignungsprüfung bei der IHK sowie auf die zertifizierte Prüfung DATEV Anwender Finanzbuchführung vorbereiten.

Unsere beruflichen Weiterbildungen basieren zudem auf den zertifizierten und bundesweit anerkannten Kursen des Lehrgangssystems Xpert Business, die seit 2003 bereits von tausenden Teilnehmenden besucht wurden.

Mit praxisorientierten Lernmethoden erwerben Sie schrittweise digitale, organisatorische und betriebswirtschaftliche Kompetenzen.

Betriebsorganisation

Abendkurs

Erfolgreicher Kundenservice – Schlüssel zur Kundenzufriedenheit

Erfahren Sie, wie Sie durch professionellen Kundenservice einen Wettbewerbsvorteil erzielen und auf unterschiedliche KundInnen eingehen. Der Kurs vermittelt praxisnahe Methoden zur Bearbeitung von Anliegen und zeigt, wie Sie Reklamationen kompetent managen und KundInnen durch gezielte Kommunikation begeistern. Sie lernen, wie Sie aktiv auf KundInnen zugehen, Zufriedenheitsabfragen durchführen und Nachfassaktionen gestalten, um Kundenloyalität aufzubauen. Strategien zur Vermeidung von Reklamationen werden besprochen, um die Erwartungen der Kundschaft besser zu steuern. Abschließend erfahren Sie, wie Sie einen positiven Kundendialog aufrechterhalten und negative Nachrichten angemessen übermitteln, um die Zufriedenheit der Kundschaft nachhaltig zu steigern.

● **Kurs 4202**

Uwe Weyand-Franz

Di. 18:00 – 21:00 Uhr

ab 21.04.2026, 10 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 9

40 UST, EUR 230,00

Abendkurs

Verkaufserfolg beginnt hier – Grundlagen

Sie erhalten eine grundlegende Einführung in die Welt des erfolgreichen Verkaufens. Dabei konzentriert sich der Dozent nicht nur auf traditionelle Verkaufstechniken, sondern auch auf die mentale Vorbereitung, die entscheidend für den Erfolg ist. Sie lernen, limitierende Glaubensmuster aufzuschlüsseln und Ihre persönlichen

Verkaufsmotive zu identifizieren. Durch das Erlernen erster emotionaler Zugänge zu Kundinnen und Kunden werden effektive Kommunikationsfähigkeiten aufgebaut. Ein erfahrener Trainer leitet diesen Kurs, um den optimalen Start in Ihre Verkaufskarriere zu ermöglichen.

● **Kurs 4203**

Markus Ch. Ternes

Do. 02.04.2026, 17:30 – 20:30 Uhr
Rathaus-Carré Seminarraum 9
4 UST, EUR 30,00

Abendkurs

Erfolgreich Verkaufen lernen für Fortgeschrittene

Sie verfügen bereits über grundlegende Kenntnisse im Verkauf und wollen Ihre Fähigkeiten weiterentwickeln. Sie erfahren, wie Sie durch das mentale Erschaffen proaktiver Glaubenssätze Ihre Verkaufserfolge steigern können. Machtvolle Kommunikationsbeispiele und Strategien zur Steigerung der Präsenz werden vermittelt, um Kundinnen und Kunden zu überzeugen und langfristige Beziehungen aufzubauen. Praxisbeispiele und ein Methodenkoffer bieten eine umfassende Schulung für eine effektive Verkaufsstrategie. Dieser Kurs ist ideal für diejenigen, die ihre Verkaufsfähigkeiten auf das nächste Level bringen möchten.

● **Kurs 4204**

Markus Ch. Ternes

Do. 23.04.2026, 17:30 – 20:30 Uhr
Do. 30.04.2026, 17:30 – 20:30 Uhr
Rathaus-Carré Seminarraum 9
8 UST, EUR 60,00

Bildungsurlaub

Ausbildung der Ausbilder (AdA) – Kompakte Vorbereitung auf die Prüfung nach AEVO

Erlernen Sie in diesem Kurs, wie Sie

Ausbildungsvoraussetzungen prüfen und die Ausbildung effektiv planen. Sie bereiten die Ausbildung vor und unterstützen bei der Auswahl und Einstellung von Auszubildenden. Der Kurs vermittelt Ihnen die notwendigen Fähigkeiten zur Durchführung und zum erfolgreichen Abschluss der Ausbildung. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der intensiven Vorbereitung auf die praktische Prüfung der Ausbildereignungsprüfung (AdA-Schein), sei es durch eine Unterweisung oder eine Präsentation. Dieser Kurs bietet Ihnen das Wissen und die Werkzeuge, um eine qualitativ hochwertige Ausbildung sicherzustellen.

● **Kurs 4205**

Nadine Jungfleisch, Dipl.-Betriebswirtin (FH)

Mo. 08:30 – 15:00 Uhr
ab 17.08.2026, 6 Termine
Altes Rathaus, Raum 23
48 UST, EUR 410,00

🏠 **Online-Kurs**

Agiles Projektmanagement mit Scrum

Agile Rahmenwerke wie Scrum ermöglichen eine flexible und adaptive Projektgestaltung – besonders bei komplexen Vorhaben mit knapper Zeit. Im Kurs lernen Sie die zentralen Elemente von Scrum kennen: Rollen, Ereignisse und Artefakte sowie den Einsatz von Backlogs zur Projektorganisation. Kanban ergänzt Scrum durch visuelle Aufgabensteuerung und transparente Teamarbeit. Ein zusätzlicher Fokus liegt auf dem aktuellen Thema: Künstliche Intelligenz als Unterstützung im Projektmanagement. Sie erfahren, wie KI insbesondere in Sprints zur Effizienzsteigerung beitragen kann – und wo ihre Grenzen liegen.

Dozentinnen und Dozenten



CHRISTINE FOX
Personalmanagerin

» Durch meine langjährige Expertise bei einem saarländischen Unternehmen im Bereich Ausbildung kann ich Tipps und Tricks zu einer aussagekräftigen Bewerbung sowie die „erwarteten“ Antworten auf viele schwierige Fragen im Vorstellungsgespräch geben. Du hast den Schulabschluss bereits in der Tasche oder du denkst über einen Jobwechsel nach und stehst vor der Herausforderung eine Bewerbung, die die eigenen Qualifikationen und Persönlichkeit auf den Punkt bringt, zu schreiben? Wie bereitet man sich das Vorstellungsgespräch vor? Welche Antworten werden erwartet? Diese Themen werden in meinen Kursen behandelt. «

● **Kurs 4206****Thorsten H. Bradt**Sa. 25.04.2026, 09:00 – 16:30 Uhr
online

8 UST, EUR 85,50

**Digitale Kompetenzen & KI
für Büro und Marketing****Online-Kurs****Orientierung im Dickicht Künstlicher
Intelligenz**

Für „Newbies“ birgt die Komplexität der Künstlichen Intelligenz (KI) zahlreiche Herausforderungen. Eine fundierte Orientierung ist unerlässlich, um ein grundlegendes Verständnis ihrer Funktionen und Einsatzmöglichkeiten zu gewinnen. Dieser Online-Kurs bietet eine erste Einführung in die Welt der KI und vermittelt notwendiges Basiswissen, erklärt zentrale Begriffe und zeigt praktische Anwendungen auf, um eine solide Ausgangslage für den souveränen Umgang mit dieser Schlüsseltechnologie zu schaffen.

● **Kurs 4207****vhs Quickborn**Mi. 18.03.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Zoom
2 UST, EUR 29,00**Online-Kurs****Durch Zusammenarbeit zu mehr
Produktivität**

KI-Assistenten revolutionieren Effizienz in Alltag und Beruf. Ihre Fähigkeit, Informationen zu verarbeiten und Lösungen zu liefern, birgt ein enormes Potenzial zur Produktivitätssteigerung auf der persönlichen Ebene sowie im Team. Dieser Online-Kurs beleuchtet die Möglichkeiten von KI-Assistenten und stellt „Monica“ vor. Schon ihre kostenlose Variante bietet umfassende Funktionen. An ihrem

Beispiel wird den Teilnehmenden nahegebracht, wie KI-Technologie effektiv genutzt werden kann, um Zeit zu sparen und digitale Interaktionen immer weiter zu optimieren.

● **Kurs 4208****vhs Quickborn**Mi. 18.03.2026, 20:00 – 21:30 Uhr
Zoom
2 UST, EUR 29,00**Online-Kurs****Möglichkeiten künstlicher Intelligenz**

Künstliche Intelligenz, häufig auch als KI abgekürzt, gilt als eine der wichtigsten Zukunftstechnologien der nächsten Jahre. Viele sehen in der Nutzung von Künstlicher Intelligenz eine weitere Vereinfachung unseres Alltages, indem Routineaufgaben durch Maschinen übernommen werden. Anderen gilt Künstliche Intelligenz als Vernichter von Millionen von Arbeitsplätzen. Wir wollen Sie in diesem Kurs mit den Grundlagen von Künstlicher Intelligenz vertraut machen und Ihnen an konkreten Beispielen aufzeigen, was heutige und zukünftige Lösungen damit im Stande sind zu leisten.

● **Kurs 4209****Hartmut Nehme**Mo. 27.04.2026, 18:30 – 21:00 Uhr
Zoom
3 UST, EUR 18,00**Online-Kurs****Persönlichkeitsentwicklung mit
ChatBots**

KI-Chatbots bieten neue Potenziale für die Persönlichkeitsentwicklung. Ihre Fähigkeit zur interaktiven Kommunikation und Bereitstellung von Informationen ermöglicht individuelle Unterstützung bei Reflexion und Lernprozessen. Dieser Online-Kurs stellt die Nutzung

grundlegender Techniken vor. Dabei werden Konzepte vermittelt und aufgezeigt, wie Chatbots als Werkzeuge zur Förderung von Fähigkeiten wie Selbstorganisation oder emotionaler Intelligenz dienen können – am Beispiel einer zielgerichteten, praxisnahen Anwendung.

● **Kurs 4210****vhs Quickborn**Mi. 15.04.2026, 20:00 – 21:30 Uhr
Zoom
2 UST, EUR 29,00**Online-Kurs****KI-Systeme im Alltag für sich nutzen**

Mit dem Aufkommen der digitalen Sprachassistenten zeigen sich verstärkt die Vorteile von KI für Privatleute. Neue Lösungen wie ChatGPT oder DALL-E steigern die Interaktionen von KI-Systemen und ihren Nutzern und bieten dadurch eine Vielzahl von neuen Möglichkeiten. Der Schwerpunkt dieses Kurses liegt auf der persönlichen Nutzung dieser Dienste anhand von zahlreichen Beispielen.

● **Kurs 4211****Hartmut Nehme**Mo. 11.05.2026, 18:30 – 20:45 Uhr
Zoom
3 UST, EUR 18,00**Online-Kurs****Ready for Future – KI-Agents und
Deep Research**

Als autonome Softwareanwendungen können KI-Agents eigenständig Aufgaben ausführen. Auf der Basis vorgegebener Ziele lernen sie aus Interaktionen und optimieren Prozesse in Bereichen wie Recherche, Datenanalyse, Kundenservice oder Projektmanagement. Sie sind in der Lage große Informationsmengen zu verarbeiten, relevante Inhalte zu filtern und sogar proaktiv Lösungen vorzuschlagen.

Letzteres geschieht durch ihre Fähigkeit zur Trend- und Mustererkennung. Deep Research beschreibt den systematischen Einsatz von KI-gestützten Technologien zur tiefgehenden Analyse von Informationen. Der Ansatz reicht weit über klassische Online-Recherchen hinaus, indem fortschrittliche Algorithmen genutzt werden, um zunächst nicht ersichtliche Zusammenhänge in komplexen Datenbeständen zu erkennen. Deep Research ermöglicht fundierte Erkenntnisse, die als Grundlage für strategische Entscheidungen dienen können.

● **Kurs 4212**

Thorsten H. Bradt

Do. 12.03.2026, 10:30 – 12:00 Uhr
online
2 UST, EUR 19,00

 Online-Kurs

Prompting – Die effektive Kommunikation mit der KI

ChatGPT & Co. zeigen, wie niedrig heute die Einstiegshürde bei KI-Anwendungen ist – Frage eintippen, Antwort erhalten. Doch präzise, kreative und faktenbasierte Ergebnisse erhalten Nutzer erst durch gezielt formulierte Anweisungen – den Prompts. In diesem Kurs lernen Sie die wichtigsten Bestandteile von Prompts und deren systematischem Aufbau kennen. Weiterhin beschäftigen wir uns mit unterschiedlichen Kommunikationstechniken und erziehen damit die KI zu einer höheren Faktentreue. So steigern wir massiv die Qualität und Relevanz der Antworten für den Einsatz im Beruf, Ausbildung und Alltag.

● **Kurs 4213**

Hartmut Nehme

Mo. 08.06.2026, 18:30 – 20:45 Uhr
Zoom
3 UST, EUR 18,00

 Online-Kurs

KI-gestützte Herstellung kreativer Inhalte

Content Production im Marketing wird durch Künstliche Intelligenz (KI) neu definiert. Die Fähigkeit, hochwertige und zielgruppenrelevante Inhalte automatisiert zu erstellen, eröffnet dem Marketing immense Chancen. KI ermöglicht Effizienzsteigerung, Personalisierung im großen Maßstab und die schnelle Anpassung an Markttrends. Dieser Online-Kurs führt in die KI-Anwendung zur Produktion kreativer Inhalte für Marketingzwecke ein – zur Optimierung von Content-Strategien und einer wirksameren Gestaltung von Kampagnen.

● **Kurs 4214**

vhs Quickborn

Fr. 24.04.2026, 19:00 – 21:15 Uhr
Zoom
3 UST, EUR 39,00

 Online-Kurs

Social-Media-Marketing mit KI

Die Fähigkeit, wesentliche Inhalte zu identifizieren, Zielgruppen präzise anzusprechen und Kampagnen zu optimieren, eröffnet dem Marketing innovative Perspektiven auf Plattformen wie Instagram, TikTok oder LinkedIn. KI steigert Effizienz, Reichweite und Interaktion. Dieser Online-Kurs führt in die Entwicklung KI-gestützter Strategien speziell am Beispiel von Instagram ein. Es werden Vorgehensweisen zur Erstellung von Inhalten, zur Zielgruppenanalyse und zur Kampagnenoptimierung mittels gängiger Tools zum „Bespielen“ sozialer Medien durch KI erarbeitet.

● **Kurs 4215**

vhs Quickborn

Fr. 08.05.2026, 19:00 – 21:15 Uhr
Zoom
3 UST, EUR 39,00

 Online-Kurs

Erfolgreiches Design mit Canva – Profi-Workflows

In der digitalen Kommunikation kommt visuellen Inhalten eine zentrale Bedeutung zu. Canva ermöglicht das Erstellen anspruchsvoller Layouts und Grafiken für unterschiedliche Anwendungsbereiche – zunächst ohne fachliche Vorkenntnisse. Canva stellt sich nicht zuletzt für die Produktion von Social-Media-Content und gerade auch für die äußerst beliebte Plattform Instagram als besonders geeignet dar. Für Selbständige, Unternehmen und Kreative gilt allerdings, dass diese zumeist ein Corporate Design (CD) zu beachten haben. Außerdem ist ein professionelles Social Media Marketing auf originären Content, der sich im Idealfall viral verbreitet, ausgerichtet, weshalb dieser regelmäßig individuell erarbeitet werden muss.

● **Kurs 4216**

Thorsten H. Bradt

Di. 17.03.2026, 18:30 – 21:30 Uhr
online
4 UST, EUR 38,00

 Online-Kurs

Erfolgreiche Kampagnen mit Instagram – Profi-Workflows

Instagram ist eine der wichtigsten Social-Media-Plattformen für Selbstständige, Unternehmen und Kreative. Erfolgreiche Kampagnen erfordern jedoch einen entsprechend gestalteten Content, der sich im Idealfall viral verbreitet. Dazu sind insbesondere ein strategisches Vorgehen sowie eine professionelle Einbindung geeigneter Apps zur Analyse von Reichweite

und Engagement bzw. sozialer Interaktionen mit den Followern notwendig. Mittlerweile bieten sich zur Produktion entsprechender Inhalte auch spezifische KI-Tools an.

● **Kurs 4217**

Thorsten H. Bradt

Do. 19.03.2026, 18:30 – 21:30 Uhr

online

4 UST, EUR 38,00



Online-Kurs

Social Media & Content Marketing mit Instagram & Co.

In der Unternehmens- und Markenkommunikation stellen sich das Social Media und Content Marketing als zentrale Bausteine dar. Mittels ziel- bzw. bedarfsgruppengerechter Inhalte lassen sich Reichweite und Kundenbindung nachhaltig steigern. Allerdings erfordert die Dynamik digitaler Plattformen ein strategisches Vorgehen sowie den gezielten Einsatz von Tools zur Content-Erstellung und -Analyse. KI-Tools gewinnen dabei kontinuierlich an Bedeutung und ermöglichen es etwa, kreative Beiträge deutlich schneller zu erstellen oder zeitintensive Standardaufgaben zu automatisieren.

● **Kurs 4218**

Thorsten H. Bradt

Mo. - Mi. 09:00 – 16:00 Uhr

ab 04.05.2026, 3 Termine

online

24 UST, EUR 228,00

Xpert Business



Berufliche Weiterbildung mit bundesweit anerkannten Abschlüssen

Abendkurs

Xpert Business Finanzbuchführung 1

Nach diesem Lehrgang verfügen Sie über fundiertes Grundlagenwissen zur doppelten Buchführung. Sie können unternehmerische Geschäftsfälle (z.B. in Form von Rechnungen, Belegen, Kontoauszügen) in Buchungssätze umsetzen und in der laufenden Buchführung erfassen. Sie sind in der Lage, sich in unterschiedliche Buchführungssysteme einzuarbeiten und die laufende Buchführung eines Unternehmens zu erledigen.

Inkl. Lehr- und Arbeitsbuch

Voraussetzungen: Keine Vorkenntnisse erforderlich.

● **Kurs 4240**

Johannes Munz

Di. 18:00 – 21:00 Uhr

ab 31.03.2026, 14 Termine

vhs-Zentrum, Saal 2 OG

56 UST, EUR 360,00

Abendkurs

Xpert Business Finanzbuchführung 2

Umfassende und aktuelle Kenntnisse der Finanzbuchführung gehören zu den wichtigsten Voraussetzungen, um betriebliche Buchungsvorgänge gezielt und sinnvoll auswerten zu können. In diesem Kurs werden die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisgerecht vertieft. Dazu werden die in der Praxis eingesetzten DATEV-Standard-

kontenrahmen SKR 03/04 verwendet. Nach erfolgreichem Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie kompetent zu bearbeiten.

Inkl. Lehr- und Arbeitsbuch

Voraussetzungen: Kenntnisse, wie in „Finanzbuchführung 1“ vermittelt.

● **Kurs 4241**

Johannes Munz

Mi. 18:00 – 21:00 Uhr

ab 01.04.2026, 14 Termine

vhs-Zentrum, Saal 1 OG

56 UST, EUR 360,00

Abendkurs

Xpert Business Finanzbuchführung 3 mit DATEV

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Buchhaltungssoftware DATEV anzuwenden. Sie lernen laufende Geschäftsvorfälle zu buchen, einen Jahresabschluss zu erstellen sowie aussagekräftige Auswertungen zu erzeugen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Voraussetzungen: Kenntnisse, wie in

„Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt.

● **Kurs 4242**

Johannes Munz

Do. 18:00 – 21:00 Uhr

ab 02.04.2026, 10 Termine

Rathaus-Carré PC-Saal 1

40 UST, EUR 275,00

Abendkurs

Xpert Business Lohn und Gehalt 2

Die Lohn- und Gehaltsbuchführung dient der Ermittlung des steuer- und beitragspflichtigen Bruttoentgeltes von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern sowie der Berechnung der gesetzlichen

Xpert Business

Berufliche Weiterbildung mit bundesweit anerkannten Abschlüssen

Xpert Business Abschlüsse Betriebswirtschaft									
	Geprüfte Fachkraft (XB)				Buchhalter*in (XB)			Manager*in (XB) Betriebswirtschaft	
	Finanzbuch- führung	Internes Rechnungs- wesen	Externes Rechnungs- wesen	Lohn und Gehalt	Finanzbuch- halter*in	Personal- und Lohnbuch- halter*in	Finanz- und Lohnbuch- halter*in	Rechnungs- wesen und Controlling	Rechnungs- wesen Lohn Controlling
Finanzbuchführung (1)	✓*	✓*							✓
Finanzbuchführung (2)	✓		✓*		✓		✓	✓	✓
Finanzbuchführung (3) EDV	✓				✓		✓		✓
Bilanzierung			✓		✓ alternativ ↵		✓ alternativ ↵	✓	✓
Finanzwirtschaft		✓*			✓ alternativ ↵		✓ alternativ ↵	✓	✓
Kosten- und Leistungsrechnung		✓			✓		✓	✓	✓
Controlling		✓						✓	✓
Betriebliche Steuerpraxis			✓					✓	✓
Lohn und Gehalt (1)				✓*				✓	✓
Lohn und Gehalt (2)				✓		✓	✓		✓
Lohn und Gehalt (3) EDV				✓		✓	✓		✓
Personalwirtschaft						✓			✓
Personale Kompetenzen									✓

* optionales, aber empfohlenes Modul

Lernen mit System

Xpert Business ist das bundeseinheitliche modulare Kurs- und Zertifikatssystem für kaufmännische und betriebswirtschaftliche Weiterbildung an Volkshochschulen vom Einstieg bis zum Profi-Niveau.

In überschaubaren Kursbausteinen können Sie Schritt für Schritt Ihre Zertifikate zu übergeordneten Abschlüssen zusammenfassen.

Alle Kursmodule mit Stundenzahlen und Lernzielkatalogen finden Sie unter www.xpert-business.eu/kursuebersicht.html

Credit-Points fürs Studium

Ihren Xpert Business-Abschluss können Sie bereits an über 60 Studienzentren in Deutschland als Studienleistung anrechnen lassen.

Genauere Informationen über Hochschul- und Kammer-Anerkennungen und Credit-Points erhalten Sie unter www.xpert-business.eu/hochschule



Abzugsbeträge. Dieser Kurs vermittelt weiterführende und vertiefende Kenntnisse der Lohnbuchhaltung und geht dabei insbesondere auf die zahlreichen Sonderregelungen, verschiedene steuerfreie Einkommensarten und die besondere steuerrechtliche Behandlung bestimmter Arbeitnehmergruppen ein.

Voraussetzungen: Kenntnisse, wie im Kurs „Lohn und Gehalt 1“ vermittelt.

● **Kurs 4243**

Johannes Munz

Mo. 18:00 – 21:00 Uhr
ab 09.03.2026, 14 Termine
vhs-Zentrum, Saal 2 OG
56 UST, EUR 360,00

**Weitere Kursangebote aus dem
Xpert-Business-Spektrum als
Online-Kurse ab 09.03.2026**

 Online-Kurs

**Betriebliche Steuerpraxis mit
Xpert Business-Zertifikat**

Der Kurs vermittelt die Grundlagen des deutschen Steuerrechts. Sie lernen die wichtigen betrieblichen Steuerarten Umsatzsteuer, Einkommensteuer, Körperschaftsteuer und Gewerbesteuer kennen und erfahren, wie die jeweiligen Steuern ermittelt, entsprechende Steuererklärungen erstellt und Meldeverfahren an das Finanzamt durchgeführt werden. Darüber hinaus werden Sie in der Lage sein, steuerliche Aspekte in wichtige unternehmerische Entscheidungen einzubringen, z. B. bei der Bildung von Rücklagen. Sie können bestehende Alternativen beurteilen und Lösungen im Sinne Ihres Unternehmens finden.

Voraussetzungen: Keine Vorkenntnisse erforderlich.

● **Kurs 4246A**

Mo. u. Mi. 18:30 – 20:30 Uhr

ab 09.03.2026, 44 Std.
Xpert Business Lernnetz
EUR 340,00



Online-Kurs

**Bilanzierung mit
Xpert Business-Zertifikat**

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Bilanzierung als Bestandteil des externen Rechnungswesens. Sie lernen Jahresabschlüsse und Bilanzen zu erstellen und auszuwerten und wenden dabei die entsprechenden gesetzlichen Grundlagen an. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Lage und Entwicklung eines Unternehmens auf der Grundlage von Kennzahlen beurteilen.

Voraussetzungen: Kenntnisse, wie in „Finanzbuchführung 2“ vermittelt.

● **Kurs 4246B**

Di. u. Do. 18:30 – 20:30 Uhr
ab 10.03.2026, 40 Std.
Xpert Business Lernnetz
EUR 320,00



Online-Kurs

**Controlling mit
Xpert Business-Zertifikat**

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse zum betrieblichen Controlling als Bestandteil des internen Rechnungswesens. Er stellt die Ziele eines Controllings dar und führt in die wichtigsten Controlling-Instrumente und -methoden ein. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie wichtige Unternehmensziele explizit und messbar formulieren und die Zielerreichung überwachen. Sie lernen für alle Bereiche des Unternehmens, wie im Falle von Zielabweichungen Handlungsalternativen und Maßnahmen entwickelt werden.

Voraussetzungen: Kenntnisse, wie in „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt.

● **Kurs 4246C**

Mo. u. Mi. 18:30 – 20:30 Uhr
ab 09.03.2026, 40 Std.
Xpert Business Lernnetz
EUR 320,00



Online-Kurs

**Kosten- und Leistungsrechnung mit
Xpert Business-Zertifikat**

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Kosten- und Leistungsrechnung als Teil des betrieblichen Rechnungswesens. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie das Betriebsergebnis eines Unternehmens ermitteln und Aussagen über die Wirtschaftlichkeit insgesamt, die Produktivität einzelner Teilbereiche und über die Wirtschaftlichkeit einzelner Produkte treffen. *Voraussetzungen: Keine Vorkenntnisse erforderlich.*

● **Kurs 4246D**

Mo. u. Mi. 18:30 – 20:30 Uhr
ab 09.03.2026, 40 Std.
Xpert Business Lernnetz
EUR 320,00



Online-Kurs

**Einnahmen-Überschussrechnung mit
Xpert Business-Zertifikat**

Dieser Kurs vermittelt Fähigkeiten zur Erstellung einer Einnahmen-Überschussrechnung und gibt Einblick in die steuerlichen Besonderheiten. Sie werden Schritt für Schritt anhand von Beispielen durch das Formular zur Erstellung einer EÜR geführt.

Voraussetzungen: Keine Vorkenntnisse erforderlich.

● **Kurs 4246E**

Mo. u. Mi. 18:30 – 20:30 Uhr
ab 09.03.2026, 22 Std.
Xpert Business Lernnetz
EUR 190,00



Online-Kurs

Lohn und Gehalt 1 mit Xpert Business-Zertifikat

Die Lohn- und Gehaltsrechnung dient der korrekten Ermittlung des Bruttolohns und der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dabei bringen Reisekosten, Freibeträge, Zuschläge, Sachbezüge oder Minijob und Gleitzone zahlreiche Besonderheiten mit sich. Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse der Lohn- und Gehaltsabrechnung. Nach erfolgreichem Abschluss sind Sie in der Lage, Lohnabrechnungen zu erstellen und die erforderlichen Meldungen an die Sozialversicherung und das Finanzamt zu übermitteln.

Voraussetzungen: Keine Vorkenntnisse erforderlich.

● **Kurs 4246H**

Di. u. Do. 18:30 – 20:30 Uhr
ab 10.03.2026, 48 Std.
Xpert Business Lernnetz
EUR 360,00



Online-Kurs

Lohn und Gehalt mit DATEV mit Xpert Business-Zertifikat

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Lohnbuchhaltungs-Software DATEV anzuwenden. Sie lernen Gehaltsabrechnungen für Arbeiter/innen, Angestellte und Aushilfskräfte zu erstellen, Monats- und Jahresmeldungen zu erzeugen und die Datenübermittlung für Lohnsteuer und Sozialversicherung an die staatlichen Stellen vorzunehmen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Voraussetzungen: Kenntnisse, wie in „Lohn und Gehalt 1 und 2“ vermittelt.

● **Kurs 4246I**

Di. u. Do. 18:30 – 20:30 Uhr

ab 10.03.2026, 32 Std.
Xpert Business Lernnetz
EUR 275,00



Online-Kurs

Personalwirtschaft mit Xpert Business-Zertifikat

Ein professionelles Personalmanagement gehört in großen Unternehmen schon immer zu den Kernaufgaben der Unternehmensführung. Nicht nur durch den zunehmenden Fachkräftemangel erkennen aber auch immer mehr kleine und mittlere Unternehmen die Vorteile, ihre MitarbeiterInnen zielgerichtet einzusetzen und zu leiten. Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie die richtigen Mitarbeiter/innen auswählen, optimal einsetzen und so weiterentwickeln können, dass sowohl die Ziele des Unternehmens als auch die Interessen der Arbeitnehmer/innen berücksichtigt werden.

Voraussetzungen: Keine Vorkenntnisse erforderlich.

● **Kurs 4246J**

Mo. u. Mi. 18:30 – 20:30 Uhr
ab 09.03.2026, 40 Std.
Xpert Business Lernnetz
EUR 320,00

Prüfungskurs**Xpert Business – Prüfung**

Jeder Kurs endet mit einer Prüfung von in der Regel 180 Minuten zur Erlangung des Xpert Business Zertifikats (Ausnahme: Einnahme-Überschussrechnung 90 Minuten). Die detaillierten Lernziele dieses Kurses und die prüfungsrelevanten Inhalte enthält der aktuelle Xpert Business Lernzielkatalog: www.xpert-business.eu/lernzielkataloge

Eine Prüfungsanmeldung ist spätestens 4 Wochen vor dem Prüfungstermin erforderlich.

Prüfungsanmeldung: 0681 506-4341,
armin.schoenenberger@rvsbr.de

● **Kurs 4248P****Michael Bernardi**

Mi. 15.07.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
Rathaus-Carré PC-Saal 1
4 UST, EUR 65,00

Lexware, Lexoffice und DATEV

Online-Kurs

Digitalisierung in Buchhaltung und Lohnabrechnung am Beispiel von Lexoffice/Lexware

Sie lernen die Veränderung von Arbeitsprozessen durch Digitalisierung in Wirtschaft und Verwaltung kennen. Am Beispiel der Softwareprodukte Lexoffice und Lexware werden die veränderten Tätigkeitsfelder in der Lohnabrechnung sowie der Buchhaltung näher betrachtet. Die Teilnehmenden arbeiten während des Kurses fallweise mit diesen Programmen. Gegenstand sind auch der rechtliche Rahmen, mit der Digitalisierung verbundene Probleme im Arbeitsleben sowie die gesellschaftlichen Auswirkungen dieser Prozesse. Detaillierte Informationen zu den Inhalten finden Sie unter dieser Kursnummer auf unserer Webseite.

Bei Anmeldung bitte E-Mail-Adresse zur Weiterleitung an den Kursleiter angeben, der Kontakt mit Ihnen aufnimmt.

● **Kurs 4251****Willi Wagner**

Mo. - Fr. 09:00 – 16:00 Uhr
ab 20.04.2026, 5 Termine
Zoom
40 UST, EUR 250,00



Online-Kurs

Warenwirtschaft mit LEXWARE

In dieser Online-Seminarwoche erhalten die Teilnehmenden einen Einblick in

die Abwicklung von Geschäftsprozessen der Warenwirtschaft mit dem Programm LEXWARE. Die Organisation der Warenwirtschaft in einem mittelständischen Unternehmen umfasst die Einrichtung einer Firma sowie den Aufbau einer Artikel-, Kunden- und Lieferantenverwaltung. Dazu gehören die Kalkulation und Preispflege, Lagerverwaltung und das Auftragswesen. Regelmäßige Auswertungen und Schnittstellen zu anderen Programmen sind ebenfalls wichtig. Die Teilnehmenden bearbeiten eine praxisnahe Fallstudie mit der Software LEXWARE Financial Pro, um diese Prozesse praktisch zu erlernen. *Bei Anmeldung bitte E-Mail-Adresse zur Weiterleitung an den Kursleiter angeben, der Kontakt mit Ihnen aufnimmt.*

● **Kurs 4252**

Willi Wagner

Mo. - Fr. 09:00 – 16:00 Uhr
ab 04.05.2026, 5 Termine
Zoom
40 UST, EUR 250,00



Online-Kurs

Integration von DATEV-Lösungen in Entgeltabrechnung, Auftragsbearbeitung und Rechnungswesen

In dieser Online-Seminarwoche erhalten die Teilnehmenden einen Einblick in die Abwicklung von Geschäftsprozessen der Warenwirtschaft mit dem Programm LEXWARE. Die Organisation der Warenwirtschaft in einem mittelständischen Unternehmen umfasst die Einrichtung einer Firma sowie den Aufbau einer Artikel-, Kunden- und Lieferantenverwaltung. Dazu gehören die Kalkulation und Preispflege, Lagerverwaltung und das Auftragswesen. Regelmäßige Auswertungen und Schnittstellen zu anderen Programmen sind ebenfalls wichtig. Die Teilnehmenden

bearbeiten eine praxisnahe Fallstudie mit der Software LEXWARE Financial Pro, um diese Prozesse praktisch zu erlernen. *Bei Anmeldung bitte E-Mail-Adresse zur Weiterleitung an den Kursleiter angeben, der Kontakt mit Ihnen aufnimmt.*

● **Kurs 4253**

Willi Wagner

Mo. - Fr. 09:00 – 16:00 Uhr
ab 08.06.2026, 5 Termine
Zoom
40 UST, EUR 250,00

Abendkurs

Prüfungsvorbereitung für das DATEV-Zertifikat Finanzbuchführung

Dieser Kurs bereitet Sie gezielt auf die Prüfung zum Zertifikat DATEV Anwender Finanzbuchführung vor. Im Rahmen des Musterfalls führen die Teilnehmenden für den Mustermantanten Leu (Einzelunternehmen) die Finanzbuchführung für das Vorjahr durch und erstellen den Jahresabschluss mit der Anlagenbuchführung und der Gewerbesteuerberechnung. Sie erlernen praxisnah die Grundlagen der Finanzbuchführung mit DATEV, von der Softwarebedienung über Buchungstechniken und Stammdatenverwaltung bis hin zu Buchungskreisen, Auswertungen und abschließenden Tätigkeiten. Ein besonderer Fokus liegt auf der Digitalisierung der Finanzbuchführung. Durch gezielte Übungen vertiefen Sie Ihr Wissen und festigen Ihre Fähigkeiten. Das Zertifikat DATEV-Anwender Finanzbuchführung bescheinigt Ihnen geprüfte und bundesweit anerkannte Kenntnisse in der Finanzbuchführung mit DATEV Kanzlei-Rechnungswesen. *Voraussetzungen: Fundierte Kenntnisse der Finanzbuchführung*

● **Kurs 4254**

Johannes Munz

Fr. 18:00 – 21:00 Uhr

ab 20.03.2026, 13 Termine
Rathaus-Carré PC-Saal 1
52 UST, EUR 430,00

Prüfungskurs

Prüfung DATEV-Anwender Finanzbuchführung

Die Prüfung umfasst 40 Fragen und dauert 120 Minuten. Sie wird als einheitliche Online-Prüfung von DATEV gestellt und vor Ort bei der vhs absolviert. Alle relevanten Themen der Finanzbuchführung mit DATEV Kanzlei-Rechnungswesen werden abgedeckt. Bei erfolgreichem Abschluss wird das bundesweit anerkannte DATEV-Zertifikat Anwender Finanzbuchführung ausgestellt.

● **Kurs 4255**

Michael Bernardi

Fr. 17.07.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
Rathaus-Carré PC-Saal 1
2,7 UST, EUR 150,00

Finanzen



Online-Kurs

Kryptowährungen – Bitcoins und seine Alternativen

Einige Visionäre sehen in Kryptowährungen (digitalem Geld) bereits die nächste Generation unserer heutigen Zahlungsmittel, welche unabhängig von politischen Interessen einzelner Staaten sowie von marktbeherrschenden Großbanken existieren. Für die anderen bleiben Kryptowährungen weiterhin Spielgeld von Technik-Freaks oder Zahlungsmittel für verbotene Waren im Internet. Wertzuwächse von mehreren Hundert Prozent in wenigen Monaten haben Bitcoins und seine Alternativen auch einem breiteren Publikum bekannt gemacht. Wir zeigen Ihnen, wie Kryptowährungen funktionieren und an welchen Stellen sie bereits

heute Einzug in unseren Alltag gefunden haben.

● **Kurs 4260**

Hartmut Nehme

Sa. 25.04.2026, 10:00 – 12:30 Uhr

Zoom

3,3 UST, EUR 18,00



Online-Kurs

Investieren in Aktien – Kompaktkurs

Die Rahmenbedingungen für eine erfolgreiche Geldanlage haben sich in den letzten Jahren sehr stark verändert. Viele Kreditinstitute reduzieren ihre Bank-Filialen und konzentrieren ihre Beratungen vermehrt auf vermögende Kundschaft. Eine professionelle Anlageberatung ist mit Kosten verbunden, welche die ohnehin schon sehr geringen Erträge etablierter Anlagemöglichkeiten weiter reduzieren. In diesem Kurs erfahren Sie, welche Optionen Ihnen neue Technologien, Dienste sowie neue Anlageformen bieten, um die Erträge Ihrer Geldanlage zu optimieren.

● **Kurs 4261**

Hartmut Nehme

Sa. 16.05.2026, 09:00 – 13:00 Uhr

Zoom

5,3 UST, EUR 30,00



Online-Kurs

Richtig investieren in Aktien und ETFs

In Zeiten hoher Inflation und geringen Zinsen auf Spareinlagen lohnt es sich, über alternative Anlageformen nachzudenken. Aktien und ETFs bieten auf längere Sicht eine gute Möglichkeit für einen erfolgreichen Vermögensaufbau sowie für die Absicherung unserer vorhandenen Rücklagen. In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit der wachstumsorientierten Anlageform in Aktien sowie dem sicherheitsorientierten Investment

in ETFs. Bei ETFs handelt es sich um börsengehandelte Indexfonds, welche die Zusammensetzung und Wertentwicklung eines Wertpapierindexes (z. B. DAX) nachbilden. Wir besprechen die Grundlagen und Unterschiede beider Anlageformen und zeigen die praktische Umsetzung der persönlichen Anlagestrategie auf.

● **Kurs 4262**

Hartmut Nehme

Sa. 09.05.2026, 10:00 – 12:30 Uhr

Zoom

3,3 UST, EUR 18,00



Online-Kurs

Investieren in Kryptowährungen

Lange Zeit galten Kryptowährungen nur als Spielwiese für einige technisch versierte Experten. Seit 2009, der Entwicklung des Bitcoins, hat sich vieles getan. In den letzten Jahren haben große Finanzinstitute zahlreiche unterschiedliche Produkte auf den Markt gebracht, um in Kryptowährungen zu investieren. Alternativ können Anleger ihr Geld auch über Broker direkt in Kryptowährungen anlegen. Kryptowährungen entwickeln sich dabei immer stärker zu einer eigenen Asset-Klasse. Anleger versuchen einer Inflation der Realwährungen zu entgehen und von den technologischen Fortschritten und neuen Geschäftsmodellen zu profitieren. Dabei stellt sich für Anleger die Frage, bei welchen der mehr als 6.000 Kryptowährungen eine Investition aussichtsreich erscheint. Eine konkrete Anlageberatung kann im Rahmen dieses Kurses nicht erfolgen.

● **Kurs 4263**

Hartmut Nehme

Mo. 04.05.2026, 18:30 – 21:00 Uhr

Zoom

3,3 UST, EUR 18,00

Computerschreiben

Neue Wege zu Ihrer Tastatur!

Lernen Sie Maschinenschreiben am Computer mit der neuen Lehrmethode „Tastschreiben heute“. Benötigen Sie für eine Bewerbung bzw. Höhergruppierung einen Leistungsnachweis?

Wir bieten Ihnen eine Anschlagsprüfung am Computer nach Absprache an. Infos zu den Prüfungsterminen erhalten Sie von Herrn Armin Schönenberger: Fon 0681 506-4341
armin.schoenenberger@rvsbr.de

Abendkurs

Tastschreiben heute – Grundkurs

Der Kurs vermittelt die Fertigkeiten, „blind“ auf der Tastatur schreiben zu können. Eine neue Lehrmethode unterstützt das multisensorische Lernen und führt schneller und effizienter zum Ziel als im herkömmlichen Unterricht. Skript in Kursgebühr enthalten. (12 UST + 8 Übungsstunden)

● **Kurs 4286**

Gerhard Zägel

Mi. 18:00 – 21:00 Uhr

ab 22.04.2026, 5 Termine

Rathaus-Carré PC-Saal 1

20 UST, EUR 100,00 (82,00)

Abendkurs

● **Kurs 4287**

Gerhard Zägel

Mi. 18:00 – 21:00 Uhr

ab 27.05.2026, 5 Termine

Rathaus-Carré PC-Saal 1

20 UST, EUR 100,00 (82,00)

Prüfungskurs

Abschreibeprobe

10 min. - Prüfung am Computer mit Bescheinigung der Anschlagzahl und der Gesamtnote (nach den Rechtsvorschriften der Industrie- und Handelskammer). Die Prüfungsgebühr für eine Einzelprüfung beträgt 72,00 Euro! (48,00 Euro pro TeilnehmerIn bei einer Mindestanmeldung von 4 TeilnehmerInnen)

● Kurs 4297

Gerhard Zägel

Individuelle Terminabsprache
ab 09.03.2026
Rathaus-Carré
EUR 72,00

EDV-GRUNDLAGENKURSE

Unsere Grundlagenkurse machen die digitale Welt verständlich und leicht zugänglich. Sie vermitteln praktische Grundlagen für den Umgang mit Computer, Smartphone und Internet und liefern hilfreiche Hinweise zum Schutz Ihrer Daten sowie zur sicheren Nutzung digitaler Angebote. Der Fokus unserer Kurse liegt – aufgrund der aktuellen Nachfrage – auf Windows und macOS. Schulungen zu Linux sind ebenfalls möglich und können bei Bedarf individuell erstellt werden.

Linux, Windows und MacOS

Einzelveranstaltung

Informationsveranstaltung zu den Kursen „EDV und Internet“

● Kurs 4300

Michael Bernardi

Mo. 09.03.2026, 10:00 – 11:30 Uhr
Rathaus-Carré PC-Saal 1
gebührenfrei

Einzelveranstaltung

EDV-Grundwissen – Einstufungstest

Informationstechnologie begegnet uns heute überall – privat wie beruflich. Gleichzeitig klafft oft eine Lücke zwischen den Anforderungen moderner Anwendungen und den vorhandenen Kenntnissen. Um Ihnen den Einstieg in anwendungsbezogene Kurse (z. B. Office oder Bildbearbeitung) zu erleichtern, bieten wir einen Einstufungstest an. Sie erhalten zunächst einen Fragebogen sowie Links zu Online-Tests. Sollten danach noch Fragen offen sein, vereinbaren wir gerne einen persönlichen Termin vor Ort für eine individuelle Einschätzung und Beratung.

● Kurs 4310

Jürgen Roland/Michael Bernardi

Individuelle Terminabsprache
ab 09.03.2026
Rathaus-Carré
gebührenfrei

Abendkurs

EDV-Grundlagen – Windows – Internet

In diesem Kurs lernen Sie die grundlegende Funktionsweise von Computern kennen und erhalten einen Überblick über Hardware und Software. Sie arbeiten mit dem Betriebssystem Microsoft Windows und üben den Umgang mit der Maus, Programmen und wichtigen Einstellungen. Außerdem lernen Sie, Dateien und Ordner anzulegen und zu verwalten. Erste Schritte im Internet – wie Surfen, Recherchieren und das Versenden von E-Mails – gehören ebenfalls dazu. Ergänzend erstellen Sie einfache Texte mit MS Word und üben den Austausch von Daten über die Zwischenablage. Skript in der Kursgebühr enthalten! *Vorkenntnisse: keine*

● Kurs 4320

Bernhard Dick

Mo. 18:00 – 21:00 Uhr
ab 20.04.2026, 5 Termine
Rathaus-Carré PC-Saal 1
20 UST, EUR 120,00 (90,00)

Bildungsurlaub

EDV- & Windows-Grundlagen in Arbeit und Beruf

Sie lernen die grundlegende Funktionsweise von Computern (Hardware und Software) kennen, üben den effizienten Einsatz von Maus und Tastatur sowie die zweckmäßige Verwendung von Programmen (Apps) und Fenstern. Zentrales Thema ist die Arbeit mit Orderstrukturen und verschiedenen Dateitypen (Dokumente) im Windows Explorer. Vermittelt wird auch der Umgang mit Zwischenablage, externen Speichermedien, Funknetzen und die Optimierung der Benutzeroberfläche.

Skript in der Kursgebühr enthalten!

Vorkenntnisse: keine

● Kurs 4321

Bernhard Dick

Do. 26.03.2026, 09:00 – 16:00 Uhr
Fr. 27.03.2026, 09:00 – 16:00 Uhr
Rathaus-Carré PC-Saal 2
16 UST, EUR 140,00 (105,00)

Wochenendkurs

EDV-Grundlagen am Wochenende

Sie möchten in die IT-Welt einsteigen, haben aber bisher Fenster nur zum Lüften geöffnet und kennen Menüs nur aus dem Restaurant? In diesem Grundlagenkurs erfahren Sie, wie Computer funktionieren und welche Bauteile für den Umgang damit besondere Bedeutung haben, damit Sie beim Kauf nicht nur „Bahnhof“ verstehen. Sie erlernen die Verwendung von Tastatur und Maus unter Windows, und

EDV-GRUNDLAGENKURSE

vollziehen den Einstieg in die Verwendung von Menüs, Fenstern, Laufwerken, Ordern und Dokumenten. Wir stellen Apples MacOS X und Linux als alternative Betriebssysteme vor und geben Ihnen Gelegenheit, das „look & feel“ zu vergleichen. Sie erhalten einen Überblick über die verschiedenen Anwendungsbereiche von Software (z.B. Text- oder Bildbearbeitung, Tabellenkalkulation, E-Mail) und können mit diesem Wissen Ihre individuelle IT-Weiterbildung bedarfsorientiert planen.

Vorkenntnisse: keine!

● **Kurs 4322**

Bernhard Dick

Fr. 24.04.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa. 25.04.2026, 09:00 – 16:00 Uhr
Rathaus-Carré PC-Saal 2
12 UST, EUR 80,00 (65,00)

Wochenendkurs

● **Kurs 4323**

Bernhard Dick

Fr. 05.06.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa. 06.06.2026, 09:00 – 16:00 Uhr
Rathaus-Carré PC-Saal 2
12 UST, EUR 80,00 (65,00)

Nachmittagskurs

macOS mit dem eigenen MacBook

Erlernen Sie den Umgang mit Apple-Computern und vollziehen den Umstieg von Windows bzw. den Einstieg in die Mac-Welt! Ziel ist es, Sie sicherer und vertrauter im Umgang mit dem MAC-Betriebssystem zu machen. Im Detail:

- Das Betriebssystem macOS und seine Systemeinstellungen
- Arbeiten mit Dock und Finder
- Ordnung auf dem MAC: Dateien auch wiederfinden!
- Arbeiten mit dem MAC: Dokumente, Tabellen, etc.

- Bei Bedarf und auf Wunsch: Arbeiten mit Mail, Adressbuch und Kalender, Internetbrowser
 - Einführung in AppleMusic, Grundlagen im Umgang mit Foto-Dienstprogrammen, Datensicherungen und Sicherheit
- Termine und Inhalte für Fortsetzungskurse können in der Gruppe vereinbart werden!

Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

Voraussetzungen: EDV-Grundkenntnisse, eigener MacBook (Akku aufgeladen).

● **Kurs 4340**

Patrick Wiemers

Mi. 14:45 – 17:45 Uhr
ab 11.03.2026, 3 Termine
Rathaus-Carré PC-Saal 2
12 UST, EUR 80,00 (65,00)

🏠 **Online-Kurs**

Apple vs. Windows

Überlegen Sie, auf Apple umzusteigen und die Windows-Welt hinter sich zu lassen, aber haben Bedenken wegen des Umstiegs? Dann ist dieses Webinar genau das Richtige für Sie!

Apple-Produkte sind stilvoll, stabil, sicher, hochwertig und langlebig. Doch worin unterscheiden sie sich von Windows-Systemen? Welches Apple-Gerät – iMac, MacBook Air, Pro oder Mini – ist das richtige für Sie? Dieses Webinar bietet Ihnen Entscheidungshilfen, Kaufberatung und praktische Tipps zum Umstieg. Es gibt einen Überblick über die Unterschiede und worauf Sie beim Wechsel achten müssen.

● **Kurs 4342**

Thilo Herzau

Sa. 28.03.2026, 14:30 – 16:30 Uhr
Zoom
2,7 UST, EUR 48,00

Dozentinnen und Dozenten



GERHARD ZÄGEL

Dozent im Bereich der kaufmännischen Weiterbildung

» Seit 1984 biete ich als Dozent der Saarbrücker vhs Bewerbungstraining und das Fach Computerschreiben (früher Maschinenschreiben) an. Für jede Tastatur, die man mit zehn Fingern bedienen kann, kann ich Ihre Anschlagszahl erhöhen und testen – Daumen-training für Smartphones kostet aber extra ... <<

Online-Kurs

● Kurs 4343

Thilo Herzauf

So. 14.06.2026, 10:30 – 12:30 Uhr

Zoom

2,7 UST, EUR 48,00

Smartphone und Tablet

Nachmittagskurs

Einsatz des eigenen iPhone

In diesem Kurs erlernen Sie den Umgang mit dem eigenen Apple iPhone. Bedienung und Konfiguration sind genauso Inhalte des Kurses wie die Nutzung der vorinstallierten Apps oder die Installation von Apps und Medien über den App Store.

Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

Voraussetzungen: Eigenes iPhone (Akku aufgeladen!)

● Kurs 4350

Patrick Wiemers

Mi. 14:45 – 17:45 Uhr

ab 22.04.2026, 4 Termine

Rathaus-Carré PC-Saal 2

16 UST, EUR 100,00 (85,00)

Nachmittagskurs

Arbeiten mit dem eigenen Apple iPad

Wie kann ich das iPad im Alltag hilfreich einsetzen? Solche und ähnliche Fragen werden in diesem Kurs ausführlich behandelt. Sie lernen Ihr Apple iPad zu bedienen und zu konfigurieren. Sie können danach die vorinstallierten Apps nutzen oder selbst Apps und Medien über den Apple AppStore installieren.

Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

Voraussetzungen: Eigenes iPad,

MacOS-Kenntnisse hilfreich

● Kurs 4351

Patrick Wiemers

Di. 14:45 – 17:45 Uhr

ab 09.06.2026, 3 Termine

Rathaus-Carré PC-Saal 1

12 UST, EUR 80,00 (65,00)

Nachmittagskurs

Fotografieren mit dem iPhone

Mit dem Smartphone werden mittlerweile ca. 70 % aller Fotos aufgenommen. Häufig wird aber nur „geknipst“, denn auch für das Fotografieren mit den Mobilgeräten benötigt man handwerkliche Kenntnisse und Fertigkeiten. Fotografisches Grundwissen wird daher in diesem Kurs genauso vermittelt wie die effektive Nutzung der fotografischen Möglichkeiten des eigenen Gerätes. Die Auswahl geeigneter Apps zum Fotografieren sowie zur Nachbearbeitung und die Möglichkeiten von Zusatzgeräten sind ebenfalls Inhalt des Kurses. Wir fotografieren selbst und bearbeiten unsere Fotos im Mobilgerät aber auch im PC.

Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

Voraussetzungen: Eigenes iPhone, praktische Erfahrung. Der Kurs eignet sich nicht für Anfänger!

● Kurs 4352

Patrick Wiemers

Mi. 12.08.2026, 14:45 – 17:45 Uhr

Mi. 19.08.2026, 14:45 – 17:45 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

8 UST, EUR 50,00

Nachmittagskurs

Effektiv die iCloud nutzen – Vernetzen Sie Ihre Apple Geräte

Die iCloud ist ein cloudbasierter Dienst von Apple, der es ermöglicht, ihre Daten und Inhalte sicher zu speichern, zu

synchronisieren und darauf zuzugreifen. In dieser Veranstaltung erhalten Sie einen Überblick über den effektiven Einsatz der iCloud. Sie lernen zum Beispiel Ihre Kontakte, Kalender, Notizen, Erinnerungen auf allen Geräten zu synchronisieren, um stets Zugriff auf aktuelle Informationen zu haben. Mit automatischen Backups können Daten gesichert und bei Verlust oder Beschädigung leicht wiederhergestellt werden. Das einfache Geräte-Setup ermöglicht einen problemlosen Umzug auf ein neues Gerät durch die Übertragung von Konten, Einstellungen, Hintergrundbildern und Apps. iCloud hilft auch dabei, verlorene Geräte zu finden und zu schützen, indem sie geortet, gesperrt oder gelöscht werden können. Inhalte wie Fotos, Videos und Dateien können über iCloud oder AirDrop geteilt und in Echtzeit gemeinsam bearbeitet werden.

● Kurs 4353

Natalie Kelm-Richter

Fr. 08.05.2026, 14:45 – 17:45 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

4 UST, EUR 25,00

Nachmittagskurs

iPhone- und iPad-Treff

Haben Sie bereits erste Erfahrungen mit Ihrem iPhone oder iPad gemacht, haben aber noch viele Fragen oder ungelöste Probleme? Dann sind Sie hier genau richtig. In diesem Workshop steht das praktische Arbeiten im Vordergrund. Es gibt kein festes Thema – jede Person bringt ihr iPhone oder iPad mit, berichtet von eigenen Erfahrungen und stellt Probleme oder Fragen zur Diskussion. Sie treffen auf andere Interessierte, können sich austauschen und erhalten Unterstützung von unserer erfahrenen Dozentin. Ihre persönlichen Herausforderungen können Sie in einer ungezwungenen Atmosphäre

bewältigen. Dieser Kurs eignet sich für Einsteiger ohne Vorkenntnisse. Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

Voraussetzungen: eigenes Smartphone oder Tablet (Akku aufgeladen!)

● **Kurs 4355**

Natalie Kelm-Richter

Fr. 16:00 – 17:30 Uhr
ab 22.05.2026, 3 Termine
Rathaus-Carré PC-Saal 1
6 UST, EUR 35,00

Nachmittagskurs

**Umstieg mit dem Smartphone –
Übertragung der Daten auf ein neues
Gerät**

Haben Sie ein neues Smartphone und möchten Ihre Daten sicher und problemlos übertragen? In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt, wie Sie Kontakte, Fotos, Apps und weitere wichtige Daten von Ihrem alten auf Ihr neues Gerät übertragen. Unsere erfahrene Dozentin steht Ihnen dabei mit Rat und Tat zur Seite. Dieser Kurs ist ideal für alle, die den Wechsel auf ein neues Smartphone reibungslos gestalten möchten. Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

● **Kurs 4358**

Natalie Kelm-Richter

Do. 23.04.2026, 16:30 – 18:00 Uhr
Do. 30.04.2026, 16:30 – 18:00 Uhr
Rathaus-Carré Seminarraum 10
4 UST, EUR 25,00

Einzelveranstaltung

**Smartphones mit Android
(Einrichtung)**

Sie haben ein Smartphone geschenkt bekommen oder gekauft und es noch nie benutzt. Sie würden gerne das Smartphone einrichten, haben aber noch nie

eine SIM-Karte ausgepackt? Dieser Kurs ist geeignet für alle, die bisher kein Smartphone genutzt haben und es nun zur ersten Verwendung einrichten wollen. Hier wird die grundlegende Funktionsweise des Smartphones besprochen und das vorhandene Smartphone eingerichtet. Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

Voraussetzungen: Eigenes Android Smartphone, voll aufgeladener Akku, Ladegerät, passende SIM-Karte für das Smartphone (Prepaid-SIM Karten sollten mit etwas Guthaben aufgeladen sein)

● **Kurs 4360**

Di. 26.05.2026, 17:30 – 19:45 Uhr
Rathaus-Carré Seminarraum 10
3 UST, EUR 25,00

Abendkurs

**Smartphones mit Android –
Grundlagen**

Mit dem Handy einfach nur telefonieren? Das geht auch, aber die meisten Menschen nutzen heutzutage ein Smartphone, das viele weitere nützliche Funktionen bietet. Fotografieren, Filmen, im Internet surfen und E-Mail versenden, sind hierbei die am meisten verwendeten Funktionen. In diesem Kurs erlernen Sie den Umgang mit dem Android OS und den Grundfunktionen des Smartphones. WLAN einrichten, E-Mail-Einrichtung, Apps installieren, usw. Natürlich werden auch einige aktuelle Apps besprochen. Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

Voraussetzungen: Komplette eingerichtetes Android Smartphone mit mindestens Android 10, voll aufgeladener Akku und ein Ladegerät. Es darf keine Spezial-Software (z. B. Jugendschutz-Software, o.ä.) den Zugang zum Betriebssystem versperren.

**Dozentinnen und
Dozenten**



PATRICK WIEMERS

» Die Welt ist digital. Was früher nur analog und mit einer Vielzahl an Geräten möglich war, ist heute mit nur einem einzigen Gerät möglich: dem eigenen Smartphone. Ich selbst bin seit über 15 Jahren Nutzer von Apple-Geräten und bringe aufgrund meiner Erfahrung als Inhaber einer Werbeagentur das nötige Wissen mit, um individuell auf die Bedürfnisse der KursteilnehmerInnen eingehen zu können. Tauchen Sie mit mir in die Welt der Apple-Geräte ein, sei es das iPhone oder das iPad, und erfahren Sie, welche Möglichkeiten Sie mit einem solchen digitalen Helfer in der Tasche haben. Eine Sache ist dabei besonders wichtig: Haben Sie keine Angst, dass Sie etwas falsch machen könnten. Nur wer sich mit dem iPhone oder iPad häufiger beschäftigt, lernt, wie einfach die Handhabung sein kann. «

● Kurs 4361

Di. 17:30 – 19:45 Uhr
ab 02.06.2026, 4 Termine
Rathaus-Carré Seminarraum 10
12 UST, EUR 80,00

Nachmittagskurs

Erste Schritte mit dem Smartphone (Android) – Lerntreff

In unserem Kurs entdecken Sie gemeinsam die Grundlagen und Funktionen Ihres Android-Smartphones. Lernen Sie, wie Sie Ihr Gerät einrichten, Apps installieren und nutzen sowie grundlegende Sicherheitsmaßnahmen. Tauschen Sie sich in einer entspannten Atmosphäre mit anderen Teilnehmenden aus und erhalten Sie hilfreiche Tipps zur Nutzung von E-Mails, Internet und sozialen Medien. Dieser Kurs ist ideal für Anfänger mit wenig Vorkenntnissen. Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone mit.
Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

● Kurs 4362

Stefan Breil

Do. 14:45 – 17:45 Uhr
ab 28.05.2026, 5 Termine
Rathaus-Carré PC-Saal 1
20 UST, EUR 110,00

Anwendungen im Internet



Online-Kurs

Die Welt der Apps

Apps erfreuen sich großer Beliebtheit! Aber warum? Was ist eine App, und wie lade ich sie herunter? Wie wähle ich zwischen Millionen Apps die richtige aus für mich? Lernen Sie in diesem Kurs, aus Ihrem Smartphone mehr herauszuholen – ob Staumelder, Blitz-App, Navigation bis zu Hotels, Tickets, Wander- und Radtouren planen oder bestellen, oder auch per

Smartphone bezahlen. Nutzen Sie die unendlichen Möglichkeiten praktischer Funktionen für den Alltag. Bei Anmeldung bitte E-Mail-Adresse zur Weiterleitung an den Kursleiter angeben, der Kontakt mit Ihnen aufnimmt. Der Zoom-Link wird einen Tag vor Beginn durch den Kursleiter versandt.

● Kurs 4367

Thilo Herzau

Sa. 25.04.2026, 10:30 – 12:30 Uhr
Zoom
2,7 UST, EUR 48,00



Online-Kurs

● Kurs 4368

Thilo Herzau

So. 28.06.2026, 10:30 – 12:30 Uhr
Zoom
2,7 UST, EUR 48,00



Online-Kurs

Geld verdienen im Internet durch Verkaufen

Internet-Verkaufsplattformen erfreuen sich immer stärkerer Beliebtheit. Allein Ebay hat in Deutschland mehr als sechs Millionen registrierte Mitglieder, die täglich rund eine Million Artikel anbieten bzw. kaufen. Bücher, Kleider, Elektronik-Artikel und vieles mehr finden über diverse An- und Verkaufs-Portale neue Besitzer. Interaktiv werden grundlegende Inhalte, wie z.B. Text-Formulierungen, Artikelbeschreibung, Versand, Rechtliches behandelt, um Sie zum erfolgreichen Verkäufer zu machen. Bei Anmeldung bitte E-Mail Adresse zur Weiterleitung an den Kursleiter angeben, der Kontakt mit Ihnen aufnimmt. Der Zoom-Link wird einen Tag vor Beginn durch den Kursleiter versandt.

● Kurs 4373

Thilo Herzau

So. 31.05.2026, 10:30 – 12:30 Uhr
Zoom
2,7 UST, EUR 48,00



Online-Kurs

● Kurs 4374

Thilo Herzau

Sa. 27.06.2026, 10:30 – 12:30 Uhr
Zoom
2,7 UST, EUR 48,00

Nachmittagskurs

Künstliche Intelligenz im Alltag – Einstieg

ChatGPT ist in aller Munde. In diesem Einstiegskurs erhalten Sie einen verständlichen Überblick darüber, wie Künstliche Intelligenz als unterstützendes Werkzeug im Alltag eingesetzt werden kann. Sie lernen grundlegende Funktionen kennen und erfahren, wie ChatGPT bei der Informationsbeschaffung zu unterschiedlichen Themen hilft. Zudem wird gezeigt, wie die KI bei einfachen Recherchen, beim Schreiben kurzer Texte sowie als sprachliche Unterstützung bei Grammatik, Satzbau und Wortwahl eingesetzt werden kann. ChatGPT dient außerdem als Ideengeber bei kleinen kreativen Aufgaben und bietet grundlegende Hilfe bei Alltags- und Technikfragen rund um Computer, Smartphone oder digitale Anwendungen.

● Kurs 4380

Stefan Breil

Fr. 20.03.2026, 16:00 – 19:00 Uhr
Rathaus-Carré PC-Saal 2
4 UST, EUR 25,00

Vormittagskurs**Künstliche Intelligenz im Alltag – Vertiefung**

Aufbauend auf den Inhalten des Einstiegskurses vertieft dieser Kurs den gezielten und reflektierten Einsatz von ChatGPT. Der Schwerpunkt liegt darauf, durch kreative und präzise formulierte Eingaben (Prompts) qualitativ hochwertige und passgenaue Ergebnisse zu erzielen.

Sie lernen, Anfragen zu strukturieren, zu verfeinern und schrittweise zu optimieren, um ChatGPT effektiv für komplexere Recherchen, Textüberarbeitungen und kreative Projekte zu nutzen. Zudem wird vermittelt, wie Ergebnisse kritisch geprüft, weiterentwickelt und durch gezieltes Nachfragen verbessert werden können, um die KI sinnvoll im beruflichen und privaten Kontext einzusetzen.

● **Kurs 4381****Stefan Breil**

Sa. 21.03.2026, 11:00 – 14:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

4 UST, EUR 25,00

IT-Sicherheit**Einzelveranstaltung****Informationssicherheit – Ein Überblick**

In dieser Veranstaltung erhalten Sie eine Übersicht über die wichtigsten Aspekte des Themas Informationssicherheit. Sie erfahren, welche Daten wichtig sind, warum man auf Sie achten sollte und was überhaupt damit geschehen kann. Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite unter dieser Kursnummer.

● **Kurs 4390****Thomas Reiner Cappel**

Di. 17.03.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

2 UST, EUR 15,00

Nachmittagskurs**Bilder, Daten, Erinnerungen: Sicher speichern in der Cloud**

Der Kurs bietet einen Überblick über die Möglichkeiten der Nutzung von Cloud-Speicherlösungen. Sie erfahren, warum immer mehr Privatpersonen auf Cloud-Anwendungen zur Datenspeicherung setzen und lernen den Umgang mit One Drive, Gogledrive usw. kennen. Nach dieser Veranstaltung werden Sie ein besseres Verständnis für die Vorteile der Datenspeicherung über Cloud-Anwendungen haben und können eigenständig Ihre Daten, Fotos etc. „in der Cloud“ langfristig sichern.

● **Kurs 4391****Stefan Breil**

Mo. 04.05.2026, 14:00 – 17:00 Uhr

Do. 07.05.2026, 14:00 – 17:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

8 UST, EUR 40,00

Dozentinnen und Dozenten**STEFAN BREIL**

» Als staatlich geprüfter Betriebswirt mit Schwerpunkt Datenverarbeitung und langjähriger Erfahrung als Dozent habe ich mich auf PC- und Microsoft-Windows-Kurse sowie Android-Smartphone-Kurse spezialisiert. Mein Fokus liegt darauf, ältere Menschen dabei zu unterstützen, sich mit modernen Technologien vertraut zu machen. Mit über 30 Jahren Berufserfahrung in den Bereichen IT, Grafik und Design besitze ich umfassende Kenntnisse, die ich gerne weitergebe. Es ist meine Mission, den Teilnehmenden dabei zu helfen, das erforderliche Selbstvertrauen im Umgang mit Computern und Smartphones aufzubauen und ihre digitalen Fähigkeiten mit Freude weiterzuentwickeln. «

Abendkurs

Informationssicherheit im Privatleben

Der Kurs vermittelt an vier Abenden wichtige Kenntnisse zur sicheren Nutzung mobiler Endgeräte (Smartphone, Tablet) und Computern. Dazu gehört auch die Sicherung des eigenen Netzwerks, wie beispielsweise die Sicherheitseinstellungen von DSL-Routern. Zentrales Thema ist außerdem die Sicherung der eigenen Daten mit geeigneten Backup-Programmen auf eigene (ggf. mobile) Datenträger und Netzwerkspeicher oder über die Nutzung von Cloud-Diensten.

Voraussetzungen: EDV-Grundkenntnisse

● Kurs 4394

Thomas Reiner Cappel

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 01.06.2026, 4 Termine
Rathaus-Carré PC-Saal 1
8 UST, EUR 80,00

Abendkurs

Informationssicherheit im Arbeitsalltag für Fortgeschrittene

Berufstätigen wird ein Einstieg in Datenschutz und Datensicherheit am Arbeitsplatz und ihre Bedeutung vermittelt. Zentrale Themen sind dabei die sichere Nutzung mobiler und stationärer Endgeräte des Arbeitgebers über entsprechende Voreinstellungen, die Nutzung von und der Umgang mit Passwörtern allgemein, vor allem aber die Vergabe sicherer Passwörter. Angesprochen werden auch Mechanismen zur Absicherung des Firmennetzwerks sowie Methoden der regelmäßigen automatisierten Datensicherung.

Voraussetzungen: EDV-Grundkenntnisse

● Kurs 4397

Thomas Reiner Cappel

Mi. 18:00 – 20:15 Uhr

ab 18.03.2026, 5 Termine
Rathaus-Carré PC-Saal 1
15 UST, EUR 80,00

Bildungsurlaub

● Kurs 4398

Thomas Reiner Cappel

Do. 18.06.2026, 09:00 – 16:00 Uhr
Fr. 19.06.2026, 09:00 – 15:15 Uhr
Rathaus-Carré PC-Saal 2
15 UST, EUR 80,00

OFFICE-ANWENDUNGEN

Die Schulungen zu sämtlichen Microsoft Office-Anwendungen sind auch für NutzerInnen von Apple-Computern (MacBook, iMac u.a.) geeignet.

Office-Kurse „querbeet“

Abendkurs

MS-Office „querbeet“

- Allgemeines zur Office-Bedienoberfläche.
- Textverarbeitung mit Word (Texteingabe und Fehlerkorrektur, Zeichen- und Absatzformatierung; Einfügen von Objekten; Seriendruck).
- Tabellenkalkulation mit Excel (Arbeitsmappenkonzept; Erstellen und Formatieren von Tabellen; komplexere Formeln und Funktionen, Diagramme).
- Präsentieren mit PowerPoint (Erstellen einer Bildschirmpräsentation).
- Outlook: eMail-Nachrichten senden und empfangen; Anhänge; Kontakte und Adressen verwalten, Termine und Besprechungen, Aufgaben
- Datenaustausch zwischen Office-Programmen.

Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse.

● Kurs 4401

Tobias Woll

Mo. 18:00 – 21:00 Uhr
ab 30.03.2026, 8 Termine
Rathaus-Carré PC-Saal 2
32 UST, EUR 230,00 (175,00)

Bildungsurlaub

● Kurs 4402

Bernhard Dick

Mo. - Do. 09:00 – 16:00 Uhr
ab 18.05.2026, 4 Termine
Rathaus-Carré PC-Saal 1
32 UST, EUR 230,00 (175,00)

Wochenendkurs

MS-Office „querbeet“ (Wochenende, kompakt)

- Word 365: Briefkopf, Layout, Grafiken, SmartArts, Textfluss, Serienbrief
- Excel 365: Tabellen erstellen, Arbeitsmappenkonzept, Formeln, Funktionen, Diagramme
- PowerPoint 365: Präsentationsvorlagen, Layout, Folienübergänge, Animationen, Handouts
- Outlook 365: E-Mails mit Signatur, Anhang, Lesebestätigung, Kontakte, Verteiler, Kalender, Freigaben, Terminkoordination, Aufgaben, Delegation, Monitoring

Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse.

● Kurs 4404

Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)

Fr. 12.06.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa. 13.06.2026, 09:00 – 16:00 Uhr
Fr. 19.06.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa. 20.06.2026, 09:00 – 16:00 Uhr
Rathaus-Carré PC-Saal 2
24 UST, EUR 160,00 (120,00)

OFFICE-ANWENDUNGEN

Textverarbeitung

Abendkurs

MS-Word kompakt

Streifzug durch die Funktionalitäten von Microsoft Word:

- Onlinevorlagen verwenden, Gestaltungsmöglichkeiten
- Kopf- und Fußzeile, Logo und Seitenzahl einfügen, Briefkopf erstellen
- Zeilenabstand, mehrspaltiges Design
- Lineal, Tabulatoren und Einzüge
- Aufzählungen verschachteln
- SmartArt für Organigramme oder Prozessabläufe entwickeln
- Einfügen von Tabellen, Formen, Wasserzeichen und Umbrüchen
- Layout: Bilder verankern und von Text umfließen lassen
- einfacher Serienbrief
- Druckoptionen, Seitenränder
- Maus-Handling und nützliche Tastaturabkürzungen

Zielgruppe: EinsteigerInnen und Fortgeschrittene

Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse.

● **Kurs 4410A**

Bernhard Dick

Di. 18:00 – 21:00 Uhr

ab 21.04.2026, 4 Termine

Rathaus-Carré PC-Saal 1

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

Bildungsurlaub

● **Kurs 4410B**

Beate Luckas, Dozentin f. digitale Medien

Mo. 23.03.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Di. 24.03.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

Wochenendkurs

● **Kurs 4410W**

Bernhard Dick

Sa. 21.03.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Sa. 28.03.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

Bildungsurlaub

Professionelle Serienbriefe mit Word und Excel

- Serienbrief-Vorlagen anlegen
- Serienbriefe erstellen
- Formatierung und Sortierung
- vorhandene Datenquellen mittels externer Daten einbinden
- Adress-Selektion
- Serienbrief- und Bedingungsfelder einfügen
- Arbeiten mit Feldfunktionen
- Etikettendruck

Teil des Seminars ist die Konzeption einer Stammdatenverwaltung mithilfe von Excel. Die dafür benötigten Kenntnisse werden im Seminar vermittelt.

Voraussetzungen: Windows- und

Word-Grundkenntnisse.

● **Kurs 4412**

Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)

Mi. 22.04.2026, 09:00 – 14:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

6 UST, EUR 60,00 (45,00)

Wochenendkurs

● **Kurs 4413**

Bernhard Dick

Sa. 30.05.2026, 10:00 – 15:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

6 UST, EUR 60,00 (45,00)

Kommunikation, Groupware

Abendkurs

Microsoft Outlook für Einsteiger

Grundlegendes zu MS-Outlook als E-Mail-Client

- E-Mails verfassen, gestalten und senden
- E-Mails empfangen, beantworten und weiterleiten
- Umgang mit Anlagen beim Senden und Empfangen
- Arbeiten mit Ordnern. Verwalten, suchen und archivieren von E-Mails
- Kontakte verwalten und das Adressbuch nutzen
- Einrichten neuer E-Mail-Konten (POP3, SMTP, IMAP)
- E-Mail-Sicherheit
- Überblick über Planung und Verwaltung von Terminen und Aufgaben

Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse.

● **Kurs 4415**

Bernhard Dick

Mo. 23.03.2026, 18:00 – 21:00 Uhr

Mo. 30.03.2026, 18:00 – 21:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

8 UST, EUR 95,00 (75,00)

Bildungsurlaub

Organisation und Zeitmanagement mit Microsoft Outlook

Sie lernen, Outlook effektiv zur eigenen Organisation und für ihr Zeitmanagement einzusetzen:

- Einrichtung des E-Mail-Programms: Ansicht/Layout, Signatur, Abwesenheitsnotiz, Automatisierung mittels Regellassistent etc.
- Kalender: (Serien-)Termine, Freigabe, Verfügbarkeiten
- Aufgaben-Modul: To-do-Liste, Tätigkeiten delegieren und monitoren

- effizientes Modul-übergreifendes Arbeiten: Termin/Aufgabe aus einer E-Mail generieren
- Erinnerung & Wiedervorlage
- professionelles Arbeiten mit Kategorien
- Zeitmanagement-Methoden und deren Umsetzung
- Selbstorganisation bei begrenztem Speicherplatz, Ablage und Archivierung
- Tipps & Tricks

Voraussetzungen: Outlook-Grundkenntnisse.

● Kurs 4416

Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)

Mi. 29.04.2026, 08:30 – 16:15 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

9 UST, EUR 99,00 (75,00)

Präsentation & Visualisierung



Online-Kurs

Powerpoint beherrschen – eine Einführung

Powerpoint ist ein Teil der Microsoft Office-Suite. Lernen Sie in diesem Einsteigerkurs den Funktionsumfang im Überblick kennen. Der Kurs umfasst

- Aufbau und Veränderungen von Folien
- Texte, Grafiken und Formen einbinden
- Übergänge zu Folien gestalten
- Animation in Folien anlegen
- Tabellen, Bilder, Grafiken integrieren
- sowie Präsentations-Tipps und Tricks
- Druck und Notizen
- SmartArt.

Bei Anmeldung bitte E-Mail-Adresse zur Weiterleitung an den Kursleiter angeben, der Kontakt mit Ihnen aufnimmt. Der Zoom-Link wird einen Tag vor Beginn durch den Kursleiter versandt.

● Kurs 4422

Thilo Herzau

So. 15.03.2026, 10:30 – 12:30 Uhr

Zoom

2,7 UST, EUR 48,00



Online-Kurs

● Kurs 4423

Thilo Herzau

Sa. 30.05.2026, 10:30 – 12:30 Uhr

Zoom

2,7 UST, EUR 48,00

Bildungsurlaub

MS-Powerpoint kompakt

Sie lernen die grundlegenden Funktionen von Microsoft PowerPoint kennen und ihren Einsatz im praktischen Gebrauch. Dies sind

- Einführung in MS PowerPoint
- Texte präsentieren
- Zeichnungsobjekte einfügen und bearbeiten
- Smartarts erstellen
- Masterfolien individuell anpassen
- Optische Gestaltung mit Animationen und Übergängen
- Präsentationen einrichten und vorführen

Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse.

● Kurs 4424

Bernhard Dick

Mo. 30.03.2026, 09:00 – 15:15 Uhr

Di. 31.03.2026, 09:00 – 15:15 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

14 UST, EUR 125,00 (95,00)

Tabellenkalkulation

Die Inhalte der Excel-Module 1 und 2 sind Voraussetzung für eine erfolgreiche Teilnahme an den weiterführenden Kursen. Die übrigen Module bauen nicht aufeinander auf und können in beliebiger Reihenfolge absolviert werden.

Abendkurs

MS-Excel Modul 1

Grundlegende Funktionen von Microsoft Excel kennen lernen und in der täglichen Praxis einsetzen können.

- Bedienoberfläche für Ein- und Umsteiger und ihre individuelle Anpassung
- Arbeitsmappenkonzept und Dateioptionen
- Ansichten, Kopf- und Fußzeile, Druckoptionen
- Relative und absolute Zellbezüge
- Einfache Formeln und Funktionen
- Daten sortieren
- Zellformatierung und Tabellenlayout-Gestaltung
- Schnellbausteine und Autokorrektur
- Handling großer Tabellen (Fixierung, Wiederholungszeilen und -spalten)
- Effizientes Arbeiten mit Tastatur-Shortcuts

Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse.

● Kurs 4431A

Beate Luckas, Dozentin f. digitale Medien

Mi. 18:00 – 21:00 Uhr

ab 22.04.2026, 4 Termine

Rathaus-Carré PC-Saal 2

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

OFFICE-ANWENDUNGEN

Bildungsurlaub● **Kurs 4431B****Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Do. 19.03.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Fr. 20.03.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

Bildungsurlaub● **Kurs 4431C****Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Do. 23.04.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Fr. 24.04.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

Bildungsurlaub● **Kurs 4431D****Beate Luckas, Dozentin f. digitale Medien**

Do. 28.05.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Fr. 29.05.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

Wochenendkurs● **Kurs 4431W****Tobias Woll**

Sa. 25.04.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Sa. 09.05.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

Abendkurs**MS-Excel Modul 2**

Praktischer Einsatz fortgeschrittener Funktionen.

- Vertiefung der Anwendung von Formeln mit relativen und absoluten Zellbezügen
- Tabellenblatt- und arbeitsmappenübergreifende Adressierung
- Formeln und Werte einfügen, Tabellen transponieren
- Verwendung der Funktionsbibliothek
- Logische Funktionen (WENN, SVERWEIS, XVERWEIS)
- Datums- und Zeitfunktionen
- Fehleranalyse
- Pulldown-Menüs mit Datenlisten
- Filtern großer Datenbestände und Tabellen
- Visualisierung mit bedingter Formatierung
- Erstellung einfacher Diagramme
- Aufbau einer Stammdatenverwaltung für den Seriendruck

Voraussetzungen: Excel-Modul 1 oder vergleichbare Vorkenntnisse.

● **Kurs 4432A****Bernhard Dick**

Mi. 18:00 – 21:00 Uhr

ab 27.05.2026, 4 Termine

Rathaus-Carré PC-Saal 2

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

Bildungsurlaub● **Kurs 4432B****Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Mi. 25.03.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Do. 26.03.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

Dozentinnen und Dozenten

© Sarah Pulvermüller | Photography

RALF KUHN
Trainer für IT- und
MS-Office-Anwendungen

» Sie kennen Excel oder Word und wollten es schon immer mal von Grund auf richtig lernen, um schneller und eleganter ans Ziel zu gelangen? Schauen Sie gerne in einem meiner kurzweiligen Office-Workshops vorbei, in denen wir in angenehmer Lernatmosphäre geschickte Lösungen für Ihre mitgebrachten Fragestellungen entwickeln. Ob im Präsenz- oder Onlinekurs: Individuelle Betreuung in verständlicher IT-Sprache ist mir dabei ein besonderes Anliegen seit über zehn Jahren als erfahrener Trainer an der vhs. Und wenn Sie mögen, mache ich auch Ihren Nachwuchs in IT-Themen fit bei unseren beliebten Ferienkursen. «

Bildungsurlaub

● Kurs 4432C

Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)

Mo. 27.04.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Di. 28.04.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

Bildungsurlaub

● Kurs 4432D

Bernhard Dick

Mo. 01.06.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Di. 02.06.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

Wochenendkurs

● Kurs 4432W

Tobias Woll

Sa. 13.06.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Sa. 20.06.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

Bildungsurlaub

MS-Excel Modul 3:

Große Datenbestände verwalten

Ziele sind das Arbeiten mit großen Datenbeständen und die Umsetzung im praktischen Gebrauch.

- Textkonvertierungs-Assistent
- Datenblätter zusammenfassen (konsolidieren)
- fortgeschrittene Diagramme erstellen, layouten und nach Word und PowerPoint exportieren
- verschachtelte WENN-Funktionen und WENNS
- Erweiterung des Funktionsrepertoires
- bedingte Formatierung mit Funktionen kombinieren
- Schnellanalyse verwenden
- Zell- und Blattschutz
- Einführung in Makros

- Serienbrief (Excel und Word): Etiketten und Namensschilder aufbereiten und drucken

Voraussetzungen: Excel-Module 1 und 2 oder vergleichbare Vorkenntnisse.

● Kurs 4433B

Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)

Do. 11.06.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Fr. 12.06.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

Bildungsurlaub

MS-Excel Modul 4:

Fortgeschrittene Techniken

- Arbeiten mit Bereichsnamen
- Tabellen gliedern und Teilergebnisse erzeugen
- Tabellen filtern und DB-Funktionen einsetzen
- Daten kombinieren und konsolidieren
- Basiswissen Datentabellen
- Pivottabellen erstellen und anpassen
- Daten importieren und exportieren
- Excel als Datenbank – Abfragen mit MS Query erstellen und bearbeiten
- Automatisiertes Arbeiten mit Makros (Drucken, Pivot, Datentabellen, Outlook)
- Einsatz von KI-Tools wie ChatGPT und Copilot

Voraussetzungen: Excel-Module 1 und 2 oder vergleichbare Vorkenntnisse.

● Kurs 4434B

Manfred Jochem, Wirtschaftsinformatiker

Mo. 20.04.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Di. 21.04.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

Bildungsurlaub

● Kurs 4434C

Manfred Jochem, Wirtschaftsinformatiker

Mo. 18.05.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Di. 19.05.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

Bildungsurlaub

MS-Excel Modul 5:

Funktions-Workshop

Excel kommt mit einer immens großen Funktionsbibliothek daher, die mit Excel 365 abermals gewachsen ist. Wer die richtige Funktion für den passenden Einsatzzweck kennt, kann sich das Leben extrem erleichtern. Das Seminar bietet einen Wegweiser durch Excels Funktionsvielfalt, deren Kenntnisse anhand praktischer Aufgaben geübt und gefestigt werden.

Sie steigern Ihre Effizienz, indem Sie die Vorzüge neuer nützlicher Funktionen der 365er-Version ebenso wie alte Klassiker kennenlernen. Auch die ansprechende Aufbereitung unserer Ergebnis-Tabellen mit Hilfe der bedingten Formatierung kommt dabei nicht zu kurz!

Voraussetzungen: Excel-Module 1 und 2 oder vergleichbare Vorkenntnisse.

● Kurs 4435B

Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)

Do. 30.04.2026, 08:30 – 16:15 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

9 UST, EUR 99,00 (75,00)

MS-Excel VBA-Programmierung

Excel erlaubt die Wiederholung und Automatisierung von Aufgaben und Arbeitsabläufen durch Makros. Mit der VBA-Programmiersprache können aufgezeichnete Makros angepasst und komplexere Excel-Anwendungen entwickelt werden.

OFFICE-ANWENDUNGEN

Bildungsurlaub**MS-Excel Modul 6: Automatisierung & Programmierung (VBA)**

In diesem Kurs lernen Sie ohne viel Zeitaufwand, Makros zu erstellen und zu bearbeiten:

- Automatisierung – Makros aufzeichnen, ausführen und speichern
- Makros starten und Sicherheits-einstellungen
- Visual Basic-Editor. Makros bearbeiten
- Grundlegende Programmelemente
- Kontrollstrukturen, Prozeduren und Funktionen
- Fehlersuche und Programmüberwachung
- Klassen, Objekte und Ereignisse
- Mit dem Excel-Objektmodell arbeiten
- Arbeitsblätter bearbeiten
- Dialogfenster
- Excel-Benutzeroberfläche anpassen
- Weitere Techniken (wie Datenbankzugriff)
- Automatisierte Kommunikation mit Office-Anwendungen
- Einsatz von KI-Tools wie ChatGPT und Copilot

Voraussetzungen: Excel Module 1 und 2 oder vergleichbare Vorkenntnisse

● **Kurs 4436B****Manfred Jochem, Wirtschaftsinformatiker**

Mo. 04.05.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Di. 05.05.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

Bildungsurlaub● **Kurs 4436C****Manfred Jochem, Wirtschaftsinformatiker**

Mo. 08.06.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Di. 09.06.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

Datenbankanwendungen**Bildungsurlaub****MS-Access: Anwendungen (Grundlagen) und Datenbankentwicklung**

- Tabellen erstellen und bearbeiten
- Feldeigenschaften
- Indizes und Beziehungen (relationale DB-Diagramme)
- Daten eingeben und bearbeiten
- Formulare erstellen und individuell gestalten
- Mit Filtern arbeiten
- Auswahlabfragen erstellen
- Standardberichte erstellen
- Formulare und Berichte mit Auswahl-abfragen
- Datenimport/-export

Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse.

● **Kurs 4441****Manfred Jochem, Wirtschaftsinformatiker**

Mo. 23.03.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Di. 24.03.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

Abendkurs**MS-Access – Grundlagen**

Access ist eine der meistverbreiteten Datenbank-Anwendungen im Bürobereich und ermöglicht über das eigene Datenbankformat hinaus die Verwaltung fremder Datenbestände, wie z. B. dBase, Ingres, MariaDB oder Oracle. Insbesondere die Pflege großer Datenmengen, etwa im Rahmen einer Kunden-, Personal- oder Lagerverwaltung, kann mit einem Datenbanksystem effizient, widerspruchsfrei und sicher erfolgen.

Der Kurs vermittelt Grundlagen der Planung und Nutzung relationaler Datenbanken mit Microsoft Access, u. a. das

Dozentinnen und Dozenten

MANFRED JOCHEM
Wirtschaftsinformatiker

» Die Digitalisierung hat die Art und Weise, wie Unternehmen und Verwaltungen mit ihren Kunden interagieren, grundlegend verändert. Sie ermöglicht die Nutzung von Daten und algorithmischen Systemen für neue oder verbesserte Prozesse, Produkte und Geschäftsmodelle. Mit Tools wie MS Office und KI können Unternehmen und Verwaltungen die täglichen Belastungen ihrer Mitarbeiter verringern (beispielsweise die Zusammenarbeit MS Office mit SAP). Meine Intension als Dozent ist daher, Unternehmen und Verwaltungen bei der digitalen Transformation zu beraten und durch ein entsprechend pädagogisch angepasstes Kursangebot zu unterstützen. «

Datenbankdesign, die Erstellung von Tabellen, die Nutzung von Tabellenverknüpfungen und Funktionen, die Gestaltung von Abfragen, Formularen und Berichten sowie Eingabe, Pflege, Auswertung und Aufbereitung von Daten.
Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse.

● **Kurs 4442**

Bernhard Dick

Di. 18:00 – 21:00 Uhr
 ab 26.05.2026, 4 Termine
 Rathaus-Carré PC-Saal 1
 16 UST, EUR 140,00 (105,00)

Bildungsurlaub

**MS-Access Aufbaukurs:
Datenbankanwendungen**

In diesem Kurs erlernen Sie praxisnah fortgeschrittene Techniken zur Erstellung und Verwaltung mit Microsoft Access. Access kann als anwenderfreundliche Benutzeroberfläche für relationale DBMS (MS SQL Server, MySQL usw.) sowie zur Erstellung komplexer DB-Anwendungen benutzt werden. Die Themen im einzelnen:

- MS Access als Benutzeroberfläche für DBMS
- Komplexe Abfragen/SQL Abfragen
- Formulare, Berichte mit Steuerelementen
- Makros, VBA-Programmierung
- Datenaustausch
- DB-Verwaltung
(Front-/Backend-Lösungen)

Voraussetzungen: Kurs Access-DB-Grundlagen oder vergleichbare Kenntnisse.

● **Kurs 4444**

Manfred Jochem, Wirtschaftsinformatiker

Mo. 15.06.2026, 09:00 – 16:00 Uhr
 Di. 16.06.2026, 09:00 – 16:00 Uhr
 Rathaus-Carré PC-Saal 2
 16 UST, EUR 140,00 (105,00)

Abendkurs

**Softwareentwicklung als Beruf –
Einstieg, Alltag, Karrierewege**

Dieser Kurs gibt einen realistischen Blick hinter die Kulissen der Softwareentwicklung. Sie lernen typische Aufgaben, Spezialisierungen wie Frontend, Backend oder Mobile sowie gefragte Fähigkeiten kennen. Zudem erfahren Sie, welche Wege in den Beruf führen und wie der Einstieg gelingt. Praxisbeispiele, Einblicke in Arbeitsumfelder und klare Orientierung helfen Ihnen einzuschätzen, ob dieser Berufsweg zu Ihnen passt. Eine ausführlichere Beschreibung der Kursinhalte finden Sie unter dieser Kursnummer auf unserer Homepage.

Vorkenntnisse sind nicht nötig.

● **Kurs 4451**

Marcel Zinnow, Diplom-Informatiker (FH)

Do. 18:00 – 20:30 Uhr
 ab 11.06.2026, 3 Termine
 Rathaus-Carré PC-Saal 2
 10 UST, EUR 80,00 (60,00)

Abendkurs

**Automation ohne Code:
Digitale Routineaufgaben einfach
automatisieren**

Eliminieren Sie lästige Zeitfresser – ganz ohne Programmieren! In diesem praxisnahen Kurs lernen Sie, wie Sie mit leicht bedienbaren Werkzeugen wie Zapier oder Make.com alltägliche Abläufe automatisieren: E-Mails sortieren, Daten zwischen Apps übertragen, Posts vorausplanen und vieles mehr. Schritt für Schritt erstellen Sie eigene „Wenn-Dann“-Prozesse und entwickeln mindestens drei persönliche Automationen, die Ihnen sofort Zeit sparen. Ideal für Beruf und Alltag. Eine ausführlichere Beschreibung der Kursinhalte finden Sie unter dieser Kursnummer auf unserer Homepage.

Voraussetzungen: Grundlegende Computer- und Internetkenntnisse, sicherer Umgang mit E-Mail und mind. 2-3 Apps (z. B. Google Drive, Outlook, Excel), Bereitschaft, kostenlose Accounts bei Online-Tools anzulegen.

● **Kurs 4455**

Marcel Zinnow, Diplom-Informatiker (FH)

Do. 18:00 – 19:30 Uhr
 ab 13.08.2026, 4 Termine
 Rathaus-Carré PC-Saal 1
 8 UST, EUR 80,00 (60,00)

MEDIENGESTALTUNG

Die Herstellung moderner Medien ist ohne leistungsfähige Software für Desktop Publishing, Vektorgrafik und Bildbearbeitung undenkbar. Zentrale Elemente unseres Fortbildungsangebotes sind daher Adobes InDesign und Photoshop. Der Schwerpunkt Bildbearbeitung ergänzt unsere Fotokurse im Programmbereich „Kultur und Kunst“ unter „Fotografie“ (ab Kurs 2500) und umfasst neben Adobe Photoshop auch Affinity sowie die Open Source Software GIMP. Seminare zu Farbmanagement und Fine-Art-Printing vervollständigen das Angebot. Ausgewählte Veranstaltungen bieten wir, dem „vhespresso“-Modell folgend, mit einer Durchführungsgarantie ab zwei bis drei Personen an. Gerne konzipieren wir auch auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittene Schulungen.

Desktop Publishing & Bildbearbeitung

Abendkurs

Adobe InDesign Grundkurs mit eigenem Gerät

Der Kurs führt in das Programm Adobe InDesign und das Gestalten von Flyern und Broschüren ein. In praktischen Übungen lernen Sie den typischen Workflow der Druckvorbereitung kennen: das effektive Formatieren von Texten mit Absatzformaten, den Import von Bildern in passender Auflösung und passendem Farbmodus, das Erstellen eigener grafischer Elemente, das Arbeiten mit Musterseiten und Ebenen, den druckoptimierten Export als PDF. Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

Voraussetzungen: Sicherheit im Umgang mit Windows, Grundkenntnisse Textverarbeitung.

● Kurs 4535

Termine nach Absprache
vom 16.03. bis zum 05.09.2026
Rathaus-Carré
20 UST, EUR 170,00 (130,00)

Abendkurs

Adobe Photoshop Grundkurs mit eigenem Gerät

Der Kurs führt in das Programm Adobe Photoshop und die Bearbeitung digitaler Fotos ein. Der Schwerpunkt liegt auf Nachbearbeitung und Retusche. Sie erlernen u. a. die Korrektur von Kontrast und Helligkeit, die Steuerung des Farbgleichgewichts und die Vorbereitung von Bildern für Druck, Webseiten oder Mailversand durch Wahl geeigneter Dateiformate, Auflösung und Komprimierung. Fortgeschrittene Techniken wie z. B. die Ebenentechnik werden vorgestellt. Die Volkshochschule haftet nicht für die

mitgebrachten Geräte.

Voraussetzungen: Sicherheit im Umgang mit Windows.

● Kurs 4551

Termine nach Absprache
vom 16.03. bis zum 05.09.2026
Rathaus-Carré
20 UST, EUR 170,00 (130,00)

Abendkurs

Bildbearbeitung mit Affinity

Der Kurs führt in die Verwendung von Affinity zur Bearbeitung digitaler Fotos ein. Der Schwerpunkt liegt auf Nachbearbeitung (Ausschnitt, Bildgröße, Farb- und Tonwertkorrektur, Gradationskurve, Auswahlen) und Retusche. Sie wenden elementare Filter (Rauschreduzierung, Schärfen) und Perspektivkorrekturen an, und speichern Ihre Bilder in für verschiedene Verwendungszwecke optimierten Dateiformaten. Ein erster Einblick in die Ebenentechnik (Einstellebenen) rundet den Kurs ab. Gerne richten wir weiterführende Kurse für Sie ein.

Garantierte Durchführung ab
3 TeilnehmerInnen!

Voraussetzungen: Sicherheit im Umgang mit Windows.

● Kurs 4561

Gerhard Schneider, EDV-Kaufmann

Di. 18:00 – 21:00 Uhr
ab 26.05.2026, 4 Termine
Rathaus-Carré PC-Saal 2
16 UST, EUR 170,00 (130,00)

Abendkurs

Bildbearbeitung mit GIMP

Dieser Kurs führt in die Bedienoberfläche der aktuellen Version von GIMP und die Verwendung wichtigsten Nachbearbeitungsfunktionen ein. Der Schwerpunkt liegt auf Nachbearbeitung (Ausschnitt, Bildgröße, Farb- und Tonwertkorrek-

Dozentinnen und Dozenten



GERHARD SCHNEIDER
EDV-Kaufmann

» Mit dem Druck auf den Auslöser ist es längst nicht getan – die anschließende Bearbeitung der Fotos wird immer mehr Teil der digitalen Fotografie. Dabei geht es nicht nur um generelle Aspekte wie z. B. Beschnitt, Kontrast, Tonwerte oder einfache Retusche. Je nach Software und Können gibt es unzählige Möglichkeiten kreativer Bildgestaltung bis hin zur Montage oder gar Collage.

Dafür kommen in meinen Kursen neben Photoshop und GIMP auch Affinity Photo und darktable zum Einsatz. «

tur, Gradationskurve, Auswahlen) und Retusche. Sie wenden elementare Filter (Rauschreduzierung, Schärfen) und Perspektivkorrekturen an, und speichern Ihre Bilder in für verschiedene Zwecke optimierten Dateiformaten. Ein erster Einblick in die Ebenentechnik (Einstell-ebenen) rundet den Kurs ab. Seit Frühjahr 2025 ist GIMP in der Version 3 verfügbar. Informationen zu den im Kurs behandel-ten Neuerungen finden Sie unter dieser Kursnummer auf unserer Webseite. Gerne richten wir weiterführende Kurse für Sie ein.

Garantierte Durchführung ab
3 TeilnehmerInnen!

Voraussetzungen: Sicherheit im Umgang mit Windows.

● Kurs 4566

Gerhard Schneider, EDV-Kaufmann

Di. 18:00 – 21:00 Uhr
ab 21.04.2026, 4 Termine
Rathaus-Carré PC-Saal 2
16 UST, EUR 170,00 (130,00)

Foto- und Drucktechnik

Abendkurs

Grundlagenwissen Digitalfotografie

Das Seminar führt in die Technik der Foto-graphie ein: Aufbau und Funktionsweise von Kameras und Objektiven (Brennweite & Bildwinkel, Blende, Verschluss), Licht und Farbe, Belichtung, Fokussierung. Automaten und ihre Beeinflussung. Entstehung und Aufbau digitaler Bilder, Bilddateiformate (JPG, TIF, RAW) und Metadaten (EXIF, IPTC). Grundlegende Kameraeinstellungen (u. a. ISO-Wert, Dateiformat, Kompression, Auflösung, Weißabgleich). Kleine Zubehörkunde, Datenübertragung zum PC, rechtliche Aspekte der Fotografie.

Voranmeldung bis Montag vor Kursbeginn

erforderlich!

● Kurs 4571

Jürgen Roland

Do. 19.03.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
Do. 26.03.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
Rathaus-Carré PC-Saal 2
8 UST, EUR 40,00 (30,00)

Abendkurs

● Kurs 4572

Jürgen Roland

Do. 21.05.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
Do. 28.05.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
Rathaus-Carré PC-Saal 2
8 UST, EUR 40,00 (30,00)

Vortrag

EDV-Grundlagen für Fotografinnen

Die meisten Fotografinnen sind keine EDV-Experten und nutzen ihre Zeit lieber kreativ. Die digitale Bildaufzeichnung erspart uns aber keineswegs die Ausean-dersetzung mit elementaren Grundlagen der Datenverarbeitung. Der Vortrag geht auf Sensorauflösung und Speicherplatz-bedarf verschiedener Dateiformate ein, auf den Umgang mit Speicherkarten und die Datenübertragung zum PC. Fragen zur Aufbewahrung, Sicherung und Archivie-rung Ihrer kostbaren Bilder sowie zur benötigten Hardware werden erörtert, kryptische Begriffe wie z. B. NAS oder RAID erklärt.

Telefonische Voranmeldung unter 0681 506-4341 (oder -4346) bis Montag vor Kursbeginn erforderlich!

● Kurs 4575

Jürgen Roland

Do. 23.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Rathaus-Carré PC-Saal 2
gebührenfrei

Abendkurs

Farbmanagement für Fotografinnen

Wer in eine hochwertige Fotoausrüstung investiert, wird die Darstellung auf dem Monitor und die Qualität gedruckter Bilder kritisch hinterfragen. Nur mit einem „richtig“ eingestellten Monitor können Bilder zuverlässig beurteilt werden. Des-halb verdient der Monitor als zentrales Element im digitalen Workflow besondere Beachtung. Sie erwerben Grundkenntnisse über Farbwahrnehmung und Farbdarstel-lung durch verschiedene Systeme und Geräte, über Farbräume, Profile und ihre Einbindung in Windows und Photoshop, sowie über Kalibrierung und Profilierung von Ein- und Ausgabegeräten.

Voraussetzungen: Fortgeschrittene Kennt-nisse Digitalfotografie & Bildbearbeitung.

● Kurs 4582

Jürgen Roland

Do. 11.06.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
Do. 18.06.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
Rathaus-Carré PC-Saal 2
8 UST, EUR 60,00

Wochenendkurs

Vom Billigdruck zum Fine-Art-Print

Reicht die vom Großlabor gelieferte Qualität des Fotodrucks nicht mehr aus, steht man vor der Wahl, ein Fachlabor zu beauftragen oder alles in die eigene Hand zu nehmen. Auch mit der zwei-ten Lösung kann das Optimum erreicht, und ein ansprechendes Bild zu einem Kunstwerk werden. Von der Aufnahme in einem RAW-Format über die richtige Ausrüstung bis zum Druck auf archivfes-ten Papieren erfahren Sie alles Notwendi-ge, um qualitativ hochwertige Drucke zu erzeugen, die der Monitordarstellung sehr nahekommen.

Voraussetzungen: Fortgeschrittene Kennt-nisse Bildbearbeitung, Grundkenntnisse

Farbmanagement

● Kurs 4584

Jürgen Roland/Frank Zinsmeister,
Fotografenmeister

Fr. 26.06.2026, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa. 27.06.2026, 13:30 – 16:30 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

8 UST, EUR 60,00

Webdesign und Content-Management

Das Spektrum dieser Kursangebote reicht von der Vermittlung elementarer HTML-Kenntnisse über die Erstellung von CSS-Stylesheets bis zur Entwicklung und Pflege kompletter Websites z. B. mit WordPress.

Abendkurs

Webseiten gestalten mit HTML5 und CSS3 (Einführung)

HTML und CSS sind die Grundlage für die Gestaltung aller Seiten im Internet, ganz gleich, ob private oder Firmen-Homepage, ob Blog oder Webshop, ob aufwändig programmiert oder über ein Content-Management-System wie WordPress oder Typo3 mit Inhalten bestückt.

In Theorie und Praxis lernen Sie die Struktur einer Webseite und damit die Funktionsweise des World Wide Web kennen. Sie nutzen HTML-Befehle, um die Seite mit Inhalten wie Text, Grafiken, Videos, Tabellen und Hyperlinks zu füllen, und mit Layoutfunktionen und Spezialeffekten von CSS professionell zu gestalten und an unterschiedliche Displaygrößen von PC und Mobilgeräten anzupassen.

Voraussetzungen: Gute Windows- oder MacOS-Kenntnisse, Internet-Grundkenntnisse.

● Kurs 4591

Termine nach Absprache

vom 16.03. bis zum 05.09.2026

Rathaus-Carré

20 UST, EUR 170,00 (130,00)

Wochenendkurs

WordPress I –

Einrichtung, Installation, Backend

Modul 1: WordPress von Grund auf – Technische Einrichtung und Installation
Lernen Sie, eine WordPress-Website eigenständig aufzusetzen – vom Webhosting über die Datenbank bis hin zur erfolgreichen Installation. Sie erfahren, welche technischen Voraussetzungen nötig sind, um WordPress zu betreiben, wie man es sicher installiert und worauf bei Hosting, Domains und Konfiguration zu achten ist.
Modul 2: Einstieg ins WordPress-Backend – Inhalte, Einstellungen und Plugins verstehen

Ein praktischer Überblick über das Dashboard, Seiten, Beiträge, Menüs und die wichtigsten Grundeinstellungen. Hier lernen Sie, sich im WordPress-Backend sicher zu bewegen, Inhalte zu erstellen und zu strukturieren sowie Plugins und Themes gezielt zu nutzen.

Voraussetzungen: solide Windows- oder MacOS-Kenntnisse, HTML-Grundkenntnisse sind hilfreich

● Kurs 4595

Patrick Wiemers

Sa. 21.03.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

8 UST, EUR 80,00

Wochenendkurs

WordPress II – Bedienung & Design

Modul 3: Webseiten mit WordPress gestalten – Struktur und Inhalte professionell planen

Grundlagen der Seitenerstellung mit WordPress – von der Idee zur übersichtlichen Struktur und ansprechenden Umsetzung. Dieser Kurs vermittelt das grundlegende Wissen zur Konzeption und Umsetzung einer Website: Navigation, Seitenaufbau, Benutzerführung und inhaltliche Planung.

Modul 4: Design und Ästhetik – Schöne Webseiten mit WordPress gestalten
Mit Themes, Page Buildern und Designprinzipien zu einer optisch ansprechenden Website. Im Fokus dieses Seminars stehen Gestaltungsmöglichkeiten, Design-Tipps und der gezielte Einsatz von Themes, Farben, Typografie und Layouts für eine professionelle visuelle Wirkung.
Voraussetzungen: solide Windows- oder MacOS-Kenntnisse, HTML-Grundkenntnisse sind hilfreich

● Kurs 4596

Patrick Wiemers

Sa. 28.03.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

8 UST, EUR 80,00



Qualifizierte Nachhilfeangebote an Schulen

AGENTUR FÜR LERNFÖRDERUNG

- Förderunterricht in den Fächern Deutsch, Mathematik, Englisch und Französisch
- Qualifiziertes Lehrpersonal
- Durchführung in Kleingruppen
- Unterricht in den Räumlichkeiten der Schule
- In der Regel zwischen 13.30 und 15.00 Uhr oder in Absprache mit der Schule auch am Vormittag als Differenzierungsangebot

Nähere Infos:

ilka.hufschmidt@rvsbr.de, Fon 0681 506-4363

thomas.pueschel@rvsbr.de, Fon 0681 506-4364

vhs
Volkshochschule
Regionalverband Saarbrücken


**REGIONALVERBAND
SAARBRÜCKEN**

Agentur für Lernförderung



Ilka Hufschmidt

Koordination Lernförderung an Schulen
Rathaus-Carré
Gerberstr. 2
66111 Saarbrücken
Fon 0681 506-4363
ilka.hufschmidt@rvsbr.de



Thomas Püschel

Koordination Lernförderung an Schulen
Rathaus-Carré
Gerberstr. 2
66111 Saarbrücken
Fon 0681 506-4364
thomas.pueschel@rvsbr.de



Ursula Fauth

Sachbearbeiterin
Rathaus-Carré
Gerberstr. 2
66111 Saarbrücken
Fon 0681 506-4365
ursula.fauth@rvsbr.de

Effiziente Lernförderung direkt an Ihrer Schule!

Die Agentur für Lernförderung der Volkshochschule Regionalverband Saarbrücken ist seit über 10 Jahren erfolgreich damit beschäftigt, Nachhilfeunterricht direkt an Schulen anzubieten. Unter dem Dach der Schulen haben wir Strukturen geschaffen, um Schülerinnen und Schüler vor Ort optimal zu unterstützen. Unsere Lehrkräfte, bestehend aus aktuellen, ehemaligen und angehenden pädagogischen Fachkräften, garantieren Nachhilfe auf höchstem Niveau.

Vorteile der Agentur für Lernförderung:

- **Unmittelbare Unterstützung:** Direkt in Ihrer Schule unterrichten wir, um individuelle Lernbedürfnisse sofort zu erkennen und anzugehen.
- **Qualifizierte Lehrkräfte:** Unsere Lehrkräfte bringen nicht nur Fachkompetenz mit, sondern schaffen auch eine dynamische Lernumgebung.
- **Vielfältige Unterstützung:** Vom Grundschulniveau über weiterführende Schulen bis zu Berufsbildungszentren bieten wir Hilfe auf verschiedenen Bildungsstufen.

Erfahren Sie, wie wir Ihr Bildungsangebot verbessern können!

Sprechen Sie die Lehrerinnen und Lehrer der Schule an oder kontaktieren Sie direkt unsere AnsprechpartnerInnen Frau Hufschmidt und Herrn Püschel.

Verantwortlich für den Programmbereich



Melanie Scazzari
 Programmbereichsleiterin
 Rathaus-Carré
 Gerberstr. 2
 66111 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4340
 Fax 0681 506-4398
 melanie.scazzari@rvsbr.de

Inhalt

• Lesen und Schreiben	302
• Digitale Grundbildung	305
• Grundbildung Mathematik	306
• Grundbildung Finanzen	306
• Grundbildung Englisch	307
• Grundbildung Gesundheit	308
• Grundbildung Landeskunde	308
• Schulabschlüsse	309



Grundbildung und Schulabschlüsse



Beratung und Information



Dr. Claudia Thiel-Dirksen
Pädagogische Mitarbeiterin
Rathaus Carré
Gerberstr. 2
66111 Saarbrücken
Fon 0681 506-4336
Fax 0681 506-4398
claudia.thiel-dirksen@rvsbr.de

Anmeldung und Service



Martina Müller
Sachbearbeiterin
Rathaus-Carré
Gerberstr. 2
66111 Saarbrücken
Fon 0681 506-4318
Fax 0681 506-4398
martina.mueller@rvsbr.de

GRUNDBILDUNG

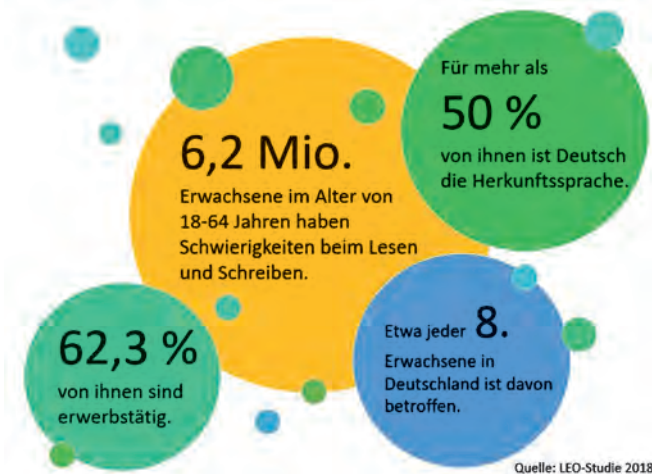
Grundbildung ist eine wichtige Voraussetzung zur Orientierung und Teilhabe in der Gesellschaft – sowohl im privaten Umfeld als auch im beruflichen Alltag.

Es geht dabei um Kompetenzen wie Lesen und Schreiben (Alphabetisierung) oder Rechnen in alltäglichen Situationen (Grundbildung Mathematik). Aber auch elementare Englischkenntnisse, Gesundheitsbildung, Grundfähigkeiten im IT-Bereich (Computer, Handy, Internet), der Umgang mit Geld oder landeskundliche Grundbildung gehören heutzutage dazu.

In Deutschland leben etwa 6,2 Millionen Erwachsene mit geringer Literalität. Das heißt, sie können nicht ausreichend lesen und schreiben, um bestimmte Aufgaben des täglichen Lebens selbständig zu bewältigen. Sie haben zum Beispiel Schwierigkeiten Fahrpläne zu lesen, Formulare auszufüllen oder ihren Kindern bei den Hausaufgaben zu helfen.

In unseren Kursen unterrichten erfahrene Kursleitende, die auf das jeweilige persönliche Lerntempo Rücksicht nehmen und den Teilnehmenden in kleinen Gruppen (3-10 TN) eine erwachsenengerechte und vertrauensvolle Lernatmosphäre bieten.

Wir sind eines von zehn saarländischen Grundbildungszentren. Gefördert wird unsere Arbeit durch das Ministerium für Bildung und Kultur Saarland. Alpha-Integrationskurse finden Sie in diesem Programm unter Kapitel 4 – Sprachen: Deutsch und Integration.



LESEN UND SCHREIBEN



Unsere „Lesen und Schreiben“-Kurse wenden sich an Teilnehmende, die zum Beispiel

- nicht lesen und schreiben können (*Alpha-Level 1),
- lesen, aber nicht so gut schreiben können (*Alpha-Level 2),
- sehr große Rechtschreibprobleme haben oder
- ihre grundlegenden Lese- und Schreibfähigkeiten noch verbessern möchten (*Alpha-Level 3-4).

Wenn Sie unsicher sind, welches Angebot zu Ihnen passen könnte, melden Sie sich zu einem persönlichen Beratungsgespräch (Kurs 5501) an.

Einzelveranstaltung**Vorgespräch mit Einstufung (Alpha-Level)**

Vor jedem Kursbeginn besteht die Möglichkeit zu einem vertraulichen Beratungsgespräch mit unserer Pädagogischen Mitarbeiterin. Neben einem ersten Kennenlernen findet auch eine Einstufung (Alpha-Level) in den passenden Kurs statt. *Persönliche Terminvereinbarung unter 0681/506-4336.*

● **Kurs 5501**

Dr. Claudia Thiel-Dirksen

Termine nach Vereinbarung
Rathaus-Carré
gebührenfrei

Vormittagskurs**Lesen und Schreiben – für junge Erwachsene (Alpha-Level 1-2)**

Dieser Kurs richtet sich insbesondere an jüngere Menschen, die grundlegende Lese- und Schreibfähigkeiten erwerben oder ihre Kompetenzen verbessern möchten. Neben Grammatik- und Wortschatzübungen, findet auch ein regelmäßiges Lese- und Schreibtraining statt.

● **Kurs 5510**

Michael Mandaba

Mo. u. Mi. 09:00 – 12:00 Uhr
ab 09.03.2026, 35 Termine
Rathaus-Carré Seminarraum 3
gebührenfrei

Vormittagskurs● **Kurs 5511**

Michael Mandaba

Di. u. Do. 09:00 – 12:00 Uhr
ab 10.03.2026, 34 Termine
Rathaus-Carré Seminarraum 3
gebührenfrei

Abendkurs**Lesen und Schreiben – für Fortgeschrittene (ab Alpha-Level 4)**

In diesem Kurs können die Teilnehmenden ihre bereits fortgeschrittenen Lese- und Schreibfähigkeiten weiter verbessern und trainieren. Die Kursinhalte orientieren sich jeweils an den aktuellen Anliegen und Kenntnissen der Teilnehmenden.

● **Kurs 5512**

Leonore Decker

Mi. 17:00 – 20:00 Uhr
ab 11.03.2026, 18 Termine
Rathaus-Carré Seminarraum 10
gebührenfrei

Vormittagskurs**Lesen und Schreiben – Grundlagen und Wiederholung (Alpha-Level 1-2)**

Dieser Kurs steht allen Lernenden offen, die grundlegende Lese- und Schreibfähigkeiten erwerben und verbessern möchten. Der Kurs richtet sich nach dem individuellen Lernstand und dem Lerntempo der Teilnehmenden. Es wird auf Buchstaben-, Wort- und Satzebene gearbeitet. Gemeinsam werden einfache Texte gelesen.

● **Kurs 5515**

Leonore Decker

Mi. u. Fr. 09:00 – 12:00 Uhr
ab 11.03.2026, 34 Termine
Rathaus-Carré Seminarraum 10
gebührenfrei

Nachmittagskurs**Lesen und Schreiben – Grundlagen (Alpha-Level 1-2)**

In diesem Kurs sind alle Interessierten herzlich willkommen. In lockerer Atmosphäre können grundlegende Lese- und Schreibfähigkeiten erworben, vertieft oder wiederholt werden.

● **Kurs 5516**

Andrea Schuster

Mo. u. Do. 13:00 – 16:00 Uhr
ab 09.03.2026, 33 Termine
Rathaus-Carré Seminarraum 10
gebührenfrei

Nachmittagskurs● **Kurs 5516A**

Andrea Schuster

Fr. 12:00 – 15:00 Uhr
ab 13.03.2026, 16 Termine
Rathaus-Carré Seminarraum 9
gebührenfrei

Nachmittagskurs**Lesen und Schreiben –
für Fortgeschrittene
(Alpha-Level 3-4)**

Dieser Kurs richtet sich an fortgeschrittene Lernende, die ihre Lese- und Schreibfähigkeiten wiederholen und weiter verbessern möchten. Die Kursinhalte orientieren sich an den Interessen und Kenntnissen der Teilnehmenden.

● **Kurs 5518****Gudrun Nilius**

Mi. 13:00 – 16:00 Uhr

ab 11.03.2026, 18 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 10
gebührenfrei**Weiterführende Kursangebote –
Lesen und Schreiben**

In unseren weiterführenden Kursen sind alle Interessierten willkommen, die in lockerer Atmosphäre bestimmte Lerninhalte (wie Rechtschreibung, Grammatik oder auch das freie Sprechen) vertiefen oder wiederholen möchten. Ein Einstieg in die Kurse ist in Einzelfällen auch während des laufenden Semesters möglich. Wenden Sie sich bei Bedarf bitte an unsere zuständige Pädagogische Mitarbeiterin Dr. Claudia Thiel-Dirksen (0681 506-4336).

Nachmittagskurs**Lese- und Schreibtraining
(ab Alpha-Level 4)**

Fortgeschrittene Teilnehmende können hier ihre Lese- und Schreibfähigkeiten weiter ausbauen und trainieren. Die Kursinhalte orientieren sich dabei auch an aktuellen Anliegen und Kenntnissen der Teilnehmenden.

● **Kurs 5541****Susanne Höflich**

Mo. u. Do. 14:00 – 17:00 Uhr

ab 09.03.2026, 33 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 10
gebührenfrei**Nachmittagskurs****Grammatik und Rechtschreibung
(ab Alpha-Level 4)**

In diesem Kurs liegt der Schwerpunkt auf Grammatik und Rechtschreibung. Fortgeschrittene Lernende können hier ganz gezielt Grammatikthemen wiederholen und einüben. Auch Rechtschreibregeln werden erläutert und anhand von praktischen Beispielen vertieft.

● **Kurs 5543****Annegret Sprick**

Di. u. Fr. 12:30 – 15:30 Uhr

ab 10.03.2026, 34 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 3
gebührenfrei**Vormittagskurs****Schreibwerkstatt (ab Alpha-Level 3)**

Es wird kreativ! Gemeinsam denken wir uns Geschichten aus und bringen sie in einfacher Sprache zu Papier. Wir verfassen kleine Gedichte, bilden Wortketten und ABC-Listen und lösen zusammen Sprachrätsel. Wir vergleichen Wörter, Metaphern und Redewendungen aus verschiedenen Sprachen und erweitern so ganz spielerisch unseren Wortschatz und sprachlichen Ausdruck.

● **Kurs 5547****Gudrun Nilius/Dr. Claudia Thiel-Dirksen**

Di. 11:30 – 13:45 Uhr

ab 12.05.2026, 5 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 10
gebührenfrei**Nachmittagskurs****Sprechtraining für die
Kommunikation im Alltag**

In diesem Kurs wird vor allem gesprochen. Es geht um die richtige Aussprache (Artikulation, Phonetik) von Wörtern, die Betonung im Deutschen und die korrekte Bildung von grammatischen Endungen. Ganz nebenbei wird so auch an der Lautstärke, dem Sprechtempo und der Sprachflüssigkeit gearbeitet.

● **Kurs 5549****Susanne Höflich**

Mi. 15:00 – 18:00 Uhr

ab 11.03.2026, 18 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 9
gebührenfrei**Vormittagskurs**● **Kurs 5549A****Susanne Höflich**

Mi. 10:00 – 13:00 Uhr

ab 13.03.2026, 16 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 3
gebührenfrei**In Kooperation mit der
Stadtbibliothek Saarbrücken****Vormittagskurs****Alpha-Treff**

In unserem Alpha-Treff können Sie Ihre grundlegenden Lese- und Schreibfähigkeiten verbessern und erweitern. Gemeinsam tauchen wir in die Welt der Bücher ein und erschließen uns neue Texte. Bei Interesse finden im Rahmen des Kurses auch Führungen durch die Bibliothek statt.

● **Kurs 5550****Thomas Serrière**

Mi. u. Do. 10:00 – 13:00 Uhr

ab 11.03.2026, 50 Termine

Stadtbibliothek Saarbrücken, 3. Stock
gebührenfrei

Führung**Auf Buchführung – Bibliothekstouren in einfacher Sprache**

In einfacher Sprache stellen wir Ihnen bei einem Rundgang die Stadtbibliothek vor. Besonders schauen wir uns Medien zum Spracherwerb (Deutsch als Fremdsprache) oder auch zur Alphabetisierung an. Wir beantworten folgende Fragen:
Wie melde ich mich an und was kostet es?
Wie leihe ich Medien aus?
Welche Veranstaltungen finden in der Bibliothek statt?

● **Kurs 5551**

Do. 16.04.2026, 12:00 – 13:00 Uhr
Stadtbibliothek Saarbrücken, 3. Stock
gebührenfrei

Führung● **Kurs 5551A**

Do. 18.06.2026, 12:00 – 13:00 Uhr
Stadtbibliothek Saarbrücken, 3. Stock
gebührenfrei

Veranstaltungen in Kooperation mit dem Stadtteilbüro Alt-Saarbrücken**Vormittagskurs****Lernwerkstatt Deutsch (Alpha-Level 1-2)**

In dem Lerntreff werden grundlegende Kenntnisse im Lesen und Schreiben erworben, aufgefrischt und vertieft. Das Angebot findet in Kooperation mit dem Stadtteilbüro Alt-Saarbrücken statt.

● **Kurs 5554****Leonore Decker**

Do. 09:00 – 12:00 Uhr
ab 12.03.2026, 16 Termine
Stadtteilbüro Alt-Saarbrücken
gebührenfrei

Vormittagskurs**Lernwerkstatt Deutsch – Lesen und Schreiben im KINDERHAUS Alt-Saarbrücken**

In dem Lerntreff werden grundlegende Kenntnisse im Lesen und Schreiben verbessert. Wir unterstützen auch bei alltäglichen „Hürden“ (Formulare, Anträge, Briefe etc.). Während der Kurszeit wird eine Kinderbetreuung angeboten.

● **Kurs 5555****Ingrid von Osterhausen**

Mo. 09:00 – 12:00 Uhr
ab 09.03.2026, 17 Termine
KINDERHAUS Alt-Saarbrücken
gebührenfrei

Vormittagskurs**Lernwerkstatt Deutsch – Lesen und Schreiben**

Die Themen des Lerntreffs richten sich nach den Interessen der Teilnehmenden. Gemeinsam werden Kenntnisse im Lesen und Schreiben gefestigt und verbessert. Das Angebot findet in Kooperation mit dem Stadtteilbüro Alt-Saarbrücken statt.

● **Kurs 5556****Ingrid von Osterhausen**

Di. 09:00 – 12:00 Uhr
ab 10.03.2026, 18 Termine
Stadtteilbüro Alt-Saarbrücken
gebührenfrei

Nachmittagskurs**Sprechcafé Deutsch**

Dieser Kurs ist für Deutschlernende. Sie üben Sprechen und Hören und lernen, die Alltagssprache zu verstehen. In entspannter Atmosphäre fällt es leichter, Deutsch zu sprechen. Die Teilnehmenden sprechen im Kurs über verschiedene Themen, die sie sich wünschen.

● **Kurs 5557****Mechtild Müller-Benecke**

Mi. 13:30 – 15:00 Uhr
ab 11.03.2026, 18 Termine
Stadtteilbüro Alt-Saarbrücken
gebührenfrei

In Kooperation mit der GWA Brebach/
Diakonie Saar

Nachmittagskurs**Lernwerkstatt Deutsch im BürgerInnenZentrum Brebach**

Im Mittelpunkt steht die gemeinsame Kommunikation, das Vertiefen von bereits Gelerntem sowie das Einüben von Lesen und Schreiben und praktischen Hilfen für den Sprachalltag. Lerninhalte und Lerntempo orientieren sich an den Teilnehmenden.

● **Kurs 5559****Inge Jene**

Do. 15:30 – 17:45 Uhr
ab 12.03.2026, 16 Termine
Kultur- und Lesetreff Brebach
gebührenfrei

DIGITALE GRUNDBILDUNG

Digitale Grundkompetenzen gewinnen immer weiter an Bedeutung – im Alltag und auch im Beruf.

Unsere Kurse zur Vermittlung von digitaler Grundbildung richten sich an erwachsene Lernende mit Lese- und Schreibschwierigkeiten. In kleinen Gruppen werden die Bedienung (z. B. das Schreiben auf einer PC-Tastatur) und die Grundfunktionen von Computern erlernt und trainiert. Auch der Aufbau und die Nutzung des Internets (E-Mails, Suchmaschinen) werden in unseren Kursen anhand vieler Beispiele aus dem Alltag erklärt und von den Teilnehmenden selbst aktiv ausprobiert.

Nachmittagskurs**Lerntreff Computer – Schritt für Schritt**

Wer bisher noch nie oder nur wenig mit einem Computer gearbeitet hat, ist in diesem Kurs herzlich willkommen. Wie funktioniert ein Computer? Welche Programme benötige ich? Welche Dateien gibt es und wie kann ich diese erstellen und abspeichern? Wie komme ich ins Internet? Wie funktionieren Suchmaschinen? In diesem Kurs werden die Teilnehmenden Schritt für Schritt begleitet. Ganz im eigenen Tempo darf aber auch eigenständig geübt und ausprobiert werden. Eigene Laptops können gerne mitgebracht werden. *Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.*

● **Kurs 5560****Mario Cattaneo**

Mi. 15:30 – 17:45 Uhr
ab 11.03.2026, 18 Termine
Rathaus-Carré PC-Saal 2
gebührenfrei

Nachmittagskurs**Erstes Schreiben auf einer Tastatur**

Wie schreibe ich am Computer mit einer Tastatur? Wo finde ich die Klein- und Großbuchstaben, die Satzzeichen? Wie kann ich Geschriebenes wieder löschen? All das und mehr erfahren Sie in diesem Kurs – für alle, die das Schreiben am Computer erlernen oder verbessern möchten.

● **Kurs 5565****Gerhard Zägel**

Di. 15:30 – 17:45 Uhr
ab 22.04.2026, 5 Termine
Rathaus-Carré PC-Saal 1
gebührenfrei

Nachmittagskurs● **Kurs 5566****Gerhard Zägel**

Di. 15:30 – 17:45 Uhr
ab 27.05.2026, 5 Termine
Rathaus-Carré PC-Saal 1
gebührenfrei

Nachmittagskurs**Wie schreibe ich eine Bewerbung?**

Sie möchten eine Bewerbung am Computer erstellen, haben aber bisher keine oder nur wenig Erfahrung im Umgang mit Schreibprogrammen und digitalen Medien? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Mit professioneller Unterstützung lernen Sie, was in eine Bewerbungsmappe gehört, wie man einen Lebenslauf am Computer erstellt und wie man ein Anschreiben formuliert.

● **Kurs 5567****Gerhard Zägel**

Di. 15:30 – 17:45 Uhr
ab 10.03.2026, 2 Termine
Rathaus-Carré PC-Saal 1
gebührenfrei

Dozentinnen und Dozenten

THOMAS SERRIÈRE
Freiberuflicher Dozent

» Mehr als zwanzig Jahre hat Thomas Serrière in der Personalabteilung eines Industrieunternehmens gearbeitet. Dort war der Lehrer als Referent Personalentwicklung für die Aus- und Weiterbildung zuständig. Seit 2014 ist er als freiberuflicher Dozent für verschiedene Träger unterwegs. Zuletzt unterrichtete er im Rahmen des Bundesprogramms „Aufholen nach Corona“ Deutsch und Mathematik an verschiedenen Berufsschulen des RV. An der vhs Regionalverband Saarbrücken ist er mit großem Engagement als Dozent in der Grundbildung tätig. «

GRUNDBILDUNG MATHEMATIK



Mathematisches Wissen macht unser alltägliches Leben leichter. Wir alle gehen jeden Tag mit Zahlen um und müssen rechnen – oft ohne uns dessen bewusst zu sein. Das ist manchmal nicht einfach. In unseren Mathematik-Kursen lernen Sie wichtige Grundlagen von Mathematik kennen. So können Sie Ihr Verständnis für Zahlen und mathematische Zusammenhänge erweitern und verbessern. Mathematisches Verständnis führt zu mehr Selbstvertrauen im Alltag. Das öffnet die Tür für spätere berufliche Qualifikationen.

Nachmittagskurs

Mathematik im Alltag

Es gibt viele Situationen im Alltag, in denen wir rechnen müssen. Im Kurs schauen wir uns den Aufbau von Zahlen und Tabellen an. Mengenangaben, Maße und einfache Rechenaufgaben (Grundrechenarten) gehören ebenso dazu. Gerne greifen wir Beispiele Ihres Alltags auf, wie etwa Mietvertrag, Preisvergleiche, Lohnzettel, Nebenkosten.

● Kurs 5570

Mario Cattaneo

Mi. 13:00 – 15:15 Uhr
ab 11.03.2026, 9 Termine
Rathaus-Carré Seminarraum 3
gebührenfrei

Nachmittagskurs

● Kurs 5570A

Mario Cattaneo

Mi. 13:00 – 15:15 Uhr
ab 27.05.2026, 9 Termine
Rathaus-Carré Seminarraum 3
gebührenfrei

Abendkurs

Mathematik in Schule und Beruf

Schülerinnen und Schüler, Auszubildende sowie Nichtschülerinnen und Nichtschüler (die gerade einen Schulabschluss anstreben) können diesen Kurs zur Prüfungsvorbereitung nutzen sowie ihre mathematischen Kenntnisse vertiefen und festigen. Inhalt des Kurses sind grundlegende Rechenoperationen wie z. B. Prozent- und Zinsrechnung, Verstehen von Diagrammen und Statistiken, Lösung von Gleichungen, geometrische Aufgaben. Die Inhalte richten sich nach den Lernwünschen und Vorkenntnissen der Teilnehmenden.

● Kurs 5572

Adrian Linn

Fr. 17:30 – 19:45 Uhr
ab 13.03.2026, 6 Termine
Rathaus-Carré Seminarraum 3
gebührenfrei

Abendkurs

● Kurs 5572A

Adrian Linn

Fr. 17:30 – 19:45 Uhr
ab 22.05.2026, 10 Termine
Rathaus-Carré Seminarraum 3
gebührenfrei

GRUNDBILDUNG FINANZEN

Jeden Tag treffen wir im Alltag Entscheidungen über Geld. Fragen zu Verträgen, die Planung monatlicher Ausgaben, die Altersvorsorge sowie auch der Umgang mit Krisen oder Schulden beschäftigen Menschen jeden Alters. Die Kurse richten sich an alle Interessierten, die ihre Finanzen besser verstehen und aktiv kluge finanzielle Entscheidungen treffen möchten. Denn wer weiß, wie Geld und Zahlungsvorgänge funktionieren, wer Kostenfallen erkennt und seine Ausgaben unter Kontrolle hat, kann Geldproblemen vorbeugen.

In Kooperation mit der Schuldner- und Insolvenzberatung des Regionalverbands Saarbrücken

Nachmittagskurs

Mein Budget – Ausgaben im Griff

Lebensmittel, Miete, Monatskarte, Smartphone, Kinobesuch. Ein Haushaltsbuch hilft dabei, die Ausgaben und Einnahmen im Blick zu behalten. Gemeinsam schauen wir uns an, wie man Einnahmen und Ausgaben dokumentiert, z. B. über die kostenlose App „Mein Budget – Ausgaben im Griff“. So lassen sich leichter Einsparmöglichkeiten im Alltag aufdecken oder Sparziele festlegen, um gezielt Träume zu verwirklichen.

● Kurs 5575

Malte Scherpelz

Mi. 16:00 – 17:30 Uhr
ab 20.05.2026, 3 Termine
Rathaus-Carré Seminarraum 3
gebührenfrei

Vormittagskurs**MONETTO – Das Spiel rund ums Geld**

Beim Brettspiel Monetto geht es um Familie Müller und das liebe Geld. Die Familie wohnt in Meisenbohn – eine typische Kleinstadt in Deutschland. Alle möchten Ihre Finanzen im Griff behalten. Doch es gibt viele Herausforderungen und unerwartete Ereignisse. Jedes Mitglied der Familie hat seine eigene Geschichte. Du wählst ein Familienmitglied als Spielfigur und hilfst dabei, den finanziellen Überblick zu behalten, Kostenfallen zu vermeiden oder die passende Versicherung zu finden. Spannung bis zum Schluss – wer gewinnt das Spiel?

● **Kurs 5576****Malte Scherpelz**

Mi. 11:30 – 13:00 Uhr

ab 22.04.2026, 3 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 9

gebührenfrei

GRUNDBILDUNG ENGLISCH

Unsere Englischkurse wenden sich an alle Interessierten, die weder in der Schule noch im Erwachsenenalter eine Fremdsprache gelernt haben. Im Unterricht geht es um englische Begriffe, die uns überall im Alltag begegnen und um ein einfaches Englisch für alltägliche Situationen. Die Kurse richten sich auch immer nach den Interessen und persönlichen Lernzielen der Teilnehmenden.

Abendkurs**Alltagsenglisch**

Sie kennen ein paar englische Wörter, sind aber noch unsicher und trauen sich nicht zu sprechen? In diesem Kurs können Sie sich ganz ohne Stress ausprobieren. Wörter aus dem Grundwortschatz

und einfache Redewendungen aus dem Alltag werden erklärt und eingeübt.

● **Kurs 5580****Leonore Decker**

Mo. 17:30 – 19:45 Uhr

ab 09.03.2026, 17 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 10

gebührenfrei

Nachmittagskurs**Englisch für Anfänger**

Sie hatten nie Englisch in der Schule, wollten die Weltsprache aber immer schon mal lernen? Sie kennen ein paar englische Wörter, trauen sich aber nicht zu sprechen? Wir lernen hier in einer ganz entspannten Atmosphäre Wörter und Sätze kennen, die man in Alltagssituationen braucht und üben die richtige Aussprache. So lernen wir z. B. uns vorzustellen und zu begrüßen, einzukaufen oder im Restaurant etwas zu bestellen.

● **Kurs 5581****Francoise Villard**

Di. 16:00 – 18:15 Uhr

ab 10.03.2026, 18 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 3

gebührenfrei

Dozentinnen und Dozenten**MICHAEL MANDABA**

Germanist, Übersetzer und Dozent

» Neben meinen Tätigkeiten als ver-
eidigter Übersetzer (Deutsch-Fran-
zösisch-Englisch), Förderlehrer und
Fremdsprachenkorrespondent,
bin ich seit vielen Jahren als
Deutschlehrer tätig. So habe ich
u. a. im Mercator-Projekt an der
Universität des Saarlandes sowie
in verschiedenen Schülerhilfen in
Saarbrücken Deutsch unterrichtet.
Junge Menschen zu fördern und bei
ihrer beruflichen Integration zu
unterstützen, war mir immer
schon ein besonderes Anliegen,
z. B. als Lehrkraft im AZB, heute
Zentrum für Bildung und Beruf
gGmbH (ZBB) in Burbach. Seit 2022
arbeite ich als vhs-Dozent in den
Lese- und Schreibkursen speziell
für junge Erwachsene. «

GRUNDBILDUNG GESUNDHEIT

Viele Menschen stellen sich die Frage: Wie kann ich meinen Alltag gesünder gestalten? Dazu zählen eine ausgewogene Ernährung, sowie gesundes Kochen und Backen. Aber auch Entspannungstechniken, Konzentrationsübungen und Umgang mit Stress sind wichtige Themen, die wir in unseren neuen Kursen aufgreifen.

In Kooperation mit dem Familientreff des SOS-Kinderdorfs Saarbrücken

Vormittagskurs

Themenkurs – Gesund durch den Alltag

Dieser Kurs richtet sich speziell an Frauen, die sich zum Thema Gesundheit (Ernährung, Kochen, Arztbesuche, Prävention) austauschen und informieren möchten. Dabei werden nicht nur Kenntnisse im Lesen und Schreiben verbessert, sondern auch gleich praktische Erfahrungen gesammelt. An bestimmten Terminen gehen wir gemeinsam einkaufen oder kochen zusammen ein gesundes Mittagessen.

● **Kurs 5588**

Andrea Schuster

Mi. 10:00 – 13:00 Uhr
ab 11.03.2026, 18 Termine
Familientreff Saarbrücken
gebührenfrei

GRUNDBILDUNG LANDESKUNDE

Einfach mal rauskommen aus dem alltäglichen Trott. Das ist das Motto für unsere Waldspaziergänge und Stadterkundungen. In kleinen Gruppen orientieren wir uns neu in der eigenen Stadt, lernen die Umgebung besser kennen und begeben uns auf Entdeckungsreise. In unseren Kursen geht es um Land und Leute, um gesellschaftliches Zusammenleben, um das alltägliche Leben in Deutschland, um Demokratie, um Rechte und Pflichten von Bürgerinnen und Bürgern und vieles mehr. Alle Interessierten sind herzlich willkommen.

Exkursion

Saargemünd – Stadterkundung in einfacher Sprache

Wir setzen uns in die Saarbahn und sind schon nach 30 Minuten in Frankreich. Gemeinsam mit unserer orts- und sprachkundigen Dozentin werden wir Saargemünd erkunden und dabei die ein oder andere Entdeckung machen.
Wir fahren mit dem ÖPNV, die Kosten für die Hin- und Rückfahrt tragen die TN selbst.

● **Kurs 5590**

Andrea Schuster

Mi. 25.03.2026, 09:15 – 15:15 Uhr
Treffpunkt: Rathaus-Carré,
Eingang Bürgeramt
gebührenfrei

Nachmittagskurs

Fit für den Einbürgerungstest – Leben in Deutschland

Der sogenannte Einbürgerungstest ist in Deutschland Teil des Einbürgerungsverfahrens. Anhand von 33 Fragen wird dabei geprüft, ob ausreichende Kenntnisse der Rechts- und Gesellschaftsordnung und der Lebensverhältnisse in Deutschland vorhanden sind. In diesem Kurs werden einzelne Fragen aus dem Test aufgegriffen und gemeinsam beantwortet. Wie lebt man hier in Deutschland? Wie lebt man in anderen Ländern? Wie können sich AntragstellerInnen gut vorbereiten auf den langen Fragenkatalog?

● **Kurs 5596**

Gerhard Zägel

Fr. 16:00 – 18:15 Uhr
ab 13.03.2026, 3 Termine
Rathaus-Carré Seminarraum 10
gebührenfrei

Nachmittagskurs

● **Kurs 5596A**

Gerhard Zägel

Fr. 16:00 – 18:15 Uhr
ab 22.05.2026, 3 Termine
Rathaus-Carré Seminarraum 10
gebührenfrei

SCHULABSCHLÜSSE

HSA und MBA – Vorbereitungskurse für NichtschülerInnen

Unsere nächsten Kurse zum Nachholen des Hauptschulabschlusses (HSA) und des Mittleren Bildungsabschlusses (MBA) beginnen voraussichtlich am 24.08.2026. Die externen Prüfungen finden vor den Sommerferien 2027 statt. Dazu ist eine separate Anmeldung beim Ministerium für Bildung und Kultur erforderlich, bei der wir unsere Teilnehmenden gerne unterstützen.

Auf der Homepage des saarländischen Ministeriums für Bildung und Kultur finden Sie alle weiteren Informationen zum Erwerb der Schulabschlüsse für NichtschülerInnen, insbesondere die Zulassungsvoraussetzungen zur Prüfung bei der Schulaufsichtsbehörde. Lassen Sie sich vor Kursbeginn von unserem zuständigen Pädagogischen Mitarbeiter Michael Bernardi beraten: Fon 0681 506-4342. Er informiert Sie gerne über die jeweiligen Fächerkombinationen unserer Schulabschlusskurse (HSA und MBA) und die jeweiligen Prüfungsformen.

Abendkurs

Hauptschulabschluss 2026/2027

Erwachsene und Jugendliche, die bisher keine abgeschlossene Schulausbildung erreichen konnten, haben die Möglichkeit, sich in einem Vorbereitungskurs an der vhs Regionalverband Saarbrücken auf die Hauptschulabschlussprüfung (HSA) vorzubereiten.

Unterrichtsfächer sind:

Deutsch, Mathematik, Biologie, Erdkunde, Geschichte, Sozialkunde.

Nach Anmeldung erfolgt eine schriftliche Einladung zum ersten Unterrichtstermin.

Voraussetzungen:

- Erfüllung der allgemeinen Schulpflicht
- KEIN gültiger Schulabschluss
- Mindestalter bei Prüfung: 18 Jahre
- Für Zugewanderte:
gültiger Aufenthaltstitel, Sprachniveau mind. B2 (Empfehlung des Ministeriums)

● Kurs 6100

Beginn: Di. 25.08.2026

Prüfung: Mai/Juni 2027

Gemeinschaftsschule Bruchwiese,
Saarbrücken

550 UST, EUR 350,00 (200,00)

Abendkurs

Mittlerer Bildungsabschluss
2026/2027

Erwachsene und Jugendliche, die bereits einen Hauptschulabschluss erlangt haben, können sich in einem Vorbereitungskurs an der vhs Regionalverband Saarbrücken auf die Prüfung zum nachträglichen Erwerb des Mittleren Bildungsabschlusses vorbereiten und damit ihre beruflichen Möglichkeiten erweitern.

Unterrichtsfächer sind:

Deutsch, Mathematik, Englisch, Biologie, Erdkunde, Sozialkunde.

Nach Anmeldung erfolgt eine schriftliche Einladung zum ersten Unterrichtstermin.

Voraussetzungen:

- Erfolgreich abgeschlossener HSA
- Mindestalter bei Prüfung: 18 Jahre
- Für Zugewanderte:
gültiger Aufenthaltstitel, Sprachniveau mind. B2 (Empfehlung des Ministeriums)

● Kurs 6110

Beginn: Mo. 24.08.2026

Prüfung: Mai/Juni 2027

Otto-Hahn-Gymnasium, Saarbrücken

600 UST, EUR 450,00 (300,00)

Dozentinnen und Dozenten



FRED WEBER

Lehrer und Künstler

» Als Lehrer für Deutsch und Kunst ist es mir ein besonderes Anliegen dazu beizutragen, dass die TeilnehmerInnen in meinen Kursen ihre Grenzen erweitern und zu neuen Erfahrungen und Sichtweisen gelangen. Das gilt vornehmlich für die Kurse zum Erreichen eines qualifizierten Schulabschlusses, die den TeilnehmerInnen bisher verschlossene Lebenschancen und Perspektiven eröffnen. Offenheit, Respekt und gezielte Hilfe sind dabei sehr wichtig. Neue Einsichten möchte ich auch bei Museumsbesuchen im Rahmen der ‚Saarbrücker Kunstfahrten‘ vermitteln. «

Verantwortlich für den Programmbereich



Nicole Boissier
vhs-Direktorin
 Altes Rathaus, Zi. 39
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4300
 Fax 0681 506-4390
nicole.boissier@rvsbr.de

vhs-Außenstellen in Saarbrücken

- Dudweiler 311
- Halberg 331
- Klarenthal/Altenkessel/Gersweiler 339

Örtliche Volkshochschulen im Regionalverband

- Friedrichsthal 343
- Großrosseln 349
- Heusweiler 377
- Kleinblittersdorf 389
- Püttlingen 399
- Quierschied 419
- Riegelsberg 435

vhs vor Ort



Örtliche Leitung



Frank Bennoit
Örtlicher Leiter
 Am Markt 115
 66125 Saarbrücken
 Mobil 0174 3920478
 vhs-dudweiler@t-online.de

Anmeldung und Service



Ursula Fauth
*Sachbearbeiterin im vhs-Service-Büro
 Bürgerhaus Dudweiler*
 Am Markt 115
 66125 Saarbrücken
 Fon 06897 765-866
 Servicezeiten: Di. + Fr. 08:00 – 13:00 Uhr
 ursula.fauth@rvsbr.de

Unterrichtsorte

- Gemeinschaftsschule Dudweiler
 Altbau, An der Mühlenschule 3
 66125 Saarbrücken
- Albert-Schweitzer-Schule
 Am Geisenberg 41
 66125 Saarbrücken
- Bürgerhaus Dudweiler
 Am Markt 115
 66125 Saarbrücken
- Dudobad
 St. Avolder Straße
 66125 Saarbrücken
- Kulturhaus Schlachthof
 Schlachthofstr. 52
 66125 Saarbrücken



Crocetta Sajia
Sachbearbeiterin
 Altes Rathaus, Zi. 18
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4381
 Fax 0681 506-4393
 crocetta.sajia@rvsbr.de



Jennifer Rück
Koordination Örtl. vhs
 Altes Rathaus, Zi. 18
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4380
 Fax 0681 506-4393
 jennifer.rueck@rvsbr.de

Wichtiger Hinweis:

Beachten Sie bitte, dass ohne rechtzeitige schriftliche Anmeldung und bei unzureichender TeilnehmerInnenzahl die Veranstaltung ausfallen muss! Kursplätze können nur bei vorheriger verbindlicher Anmeldung garantiert werden. Bitte beachten Sie auch, dass im Laufe des Semesters nicht alle Veranstaltungen nochmals in der Presse angekündigt werden können – deshalb bitte Termine vormerken. Grundsätzlich ist das Mitbringen von Tieren zu Veranstaltungen der Volkshochschule – wie z. B. Vorträgen und Exkursionen – nicht gestattet.

RECHT- UND VERBRAUCHERSCHUTZ

In Kooperation mit der Kriminalpolizeilichen Beratungsstelle des Landespolizeipräsidiums

Vortrag**Straftaten zum Nachteil von Senioren**

Der Vortrag der kriminalpolizeilichen Beratungsstelle zum Thema „Straftaten zum Nachteil älterer Menschen“ beantwortet die Frage „wie kann ich mich im Alltag schützen“. Einzeltrick, falsche Polizeibeamte, Gewinnversprechen, Trickdiebstahl an der Haustür, Geldwechseltrick, ... die Fantasie der Straftäter scheint nahezu unerschöpflich zu sein. Bei dem Vortrag werden diese und auch andere Methoden veranschaulicht. Ebenso geht es um die Minimierung des Risikos, selbst zum Opfer zu werden.

● **Kurs 8801**

Patrick Rubeck, Landespolizeipräsidium

Di. 28.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Bürgerhaus Dudweiler, Bezirksratssaal
gebührenfrei

Vortrag

Vorsorgen für Erben mit Beeinträchtigung: Das Behindertentestament

Eltern machen sich für den Fall ihres Todes oft Sorgen über die Versorgung ihrer behinderten Kinder. Diese können ihren Lebensunterhalt oft nicht durch eigene Arbeit erwirtschaften, sondern sind auf Sozialleistungen angewiesen. Fällt ihnen ein freies Erbe zu, entfallen Sozialleistungen und das ererbte Vermögen muss vererbt werden. Dann bleiben wieder nur Sozialleistungen, Geld für Sonderwünsche oder zum Weitervererben in der Familie ist weg. Diese Probleme können durch ein maßgeschneidertes Behindertentestament gelöst werden. Rechtsanwalt Daniel Jung, Fachanwalt für Erbrecht, zeigt in dem Vortrag auf, wie man durch ein wirksames Behindertentestament das Erbe vor dem Zugriff von Gläubigern und Sozialamt schützen und für die gehandicapten Kinder und die Familie erhalten kann. Jeder Teilnehmer erhält ein Skript.

● **Kurs 8802**

Daniel Jung, Rechtsanwalt

Do. 19.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Bürgerhaus Dudweiler, Bezirksratssaal
EUR 5,00

Vortrag**Nachbarschaftsrecht**

Streitigkeiten zwischen Nachbarn beschäftigen – Jahr ein, Jahr aus – die Gerichte und Schiedsleute. Themen u. a.: Grillen, Lärmbelästigungen und Bauarbeiten auf dem Nachbargrundstück, Zustimmung des Nachbarn zu einem Bauvorhaben. Was ist bei einem Überbau zu beachten? Abstände von Bäumen, Pflanzen und Sträuchern zum Nachbargrundstück, überhängende Äste und Laubfall vom Nachbargrundstück, Kosten für die Festlegung der

Dozentinnen und Dozenten

**DANIEL JUNG**

**Rechtsanwalt, Fachanwalt
für Erb-, Steuer- und Medizinrecht**

» Daniel Jung, Jahrgang 1976, Rechtsanwalt seit 2002 in Neunkirchen (Rechtsanwälte Halm & Presser), Fachanwalt für Erb-, Steuer- und Medizinrecht, ist seit über 20 Jahren als Dozent für die Volkshochschule des Regionalverbands tätig. Er hält Vorträge zu rechtlichen Themen, z.B. zur Erstellung von Testamenten, Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen, Steuer- und Vereins- und Nachbarschaftsrecht. «

Grundstücksgrenze, Beleidigungen, Provokationen von Nachbarn und Gegenmaßnahmen, Installation einer Überwachungskamera – was ist zu beachten? Diese und andere Fragen aus dem Nachbarschaftsrecht klärt Rechtsanwalt Daniel Jung im Rahmen seines Vortrags.

Die TeilnehmerInnen erhalten zusätzlich ein Skript zum Thema.

● **Kurs 8803**

Daniel Jung, Rechtsanwalt

Di. 24.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler, Bezirksratssaal
EUR 5,00

Vortrag

**Immobilienkaufvertrag:
Was macht der Notar**

Der Kauf eines Hauses oder einer Eigentumswohnung stellt für fast alle KäuferInnen einen Meilenstein in ihrem Leben dar. Auch für den Verkäufer ist der Verkauf regelmäßig eine Entscheidung, die er nicht leichten Herzens trifft: Immerhin trennt er sich von seinem Haus, das er vielleicht selbst gebaut oder in dem er viele Jahre seines Lebens verbracht hat. Hinzu kommt, dass Kauf bzw. Verkauf für beide Seiten von enormer wirtschaftlicher Bedeutung sind. Für die meisten Menschen handelt es sich dabei um das finanziell umfangreichste Geschäft in ihrem Leben. Was bei einem Immobilienkauf abläuft, wissen die meisten Beteiligten zunächst nicht, da sie kaum Erfahrung mit solchen Geschäften haben. Ratgeber hierzu sind oftmals schwer verständlich, denn sie sind in juristischer Fachsprache verfasst, damit die Begrifflichkeiten auch im Streitfall für den Richter, der dann darüber zu entscheiden hat, eindeutig sind.

● **Kurs 8804**

Dr. Christian Jülch, Notar

Do. 09.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Bürgerhaus Dudweiler, Bezirksratssaal
EUR 5,00

HEIMATKUNDE

Diavorträge

Mitglieder der Geschichtswerkstatt Dudweiler bieten in verschiedenen Seniorhäusern in Dudweiler, Diavorträge zu historischen Themen aus dem Stadtbezirk Dudweiler an.

Reinhard Jakobs, Mitglied der Geschichtswerkstatt/Klaus Kirch, Mitglied der Geschichtswerkstatt

Termine: s. Presse

Ort: s. Presse
gebührenfrei

Abendkurs

Geschichtswerkstatt Dudweiler

Alle, die sich für die Dudweiler Geschichte interessieren, sind hier herzlich willkommen. Kommen Sie einfach ganz unverbindlich vorbei. Das Team der Dudweiler Geschichtswerkstatt freut sich über jede/n, der mitmachen will.

Weitere Infos: www.dudweiler-geschichtswerkstatt.de. Termin ist jeweils der zweite Mittwoch im Monat.

● **Kurs 8807**

Roland Stephan

Mi. 18:00 – 20:00 Uhr

ab 11.03.2026, 6 Termine

Kulturhaus Schlachthof, Schlachthofstr.
52, 66125 Saarbrücken-Dudweiler
16 UST, gebührenfrei

Dozentinnen und Dozenten



ROLAND STEPHAN

**Koordinator und Dozent der
Dudweiler Geschichtswerkstatt**

» Die Arbeitsgruppe "Geschichtswerkstatt" hatte sich 1985 gegründet und dem Ziel verschrieben, die 1000-jährige Geschichte des ehemals größten Dorfs Europas in regelmäßigen Veröffentlichungen einer interessierten Leserschaft näherzubringen. Wir haben mittlerweile den 16. Band unserer Historischen Beiträge veröffentlicht. Das Recherchieren in Archiven ist für mich eine spannende Angelegenheit, ebenso die Interviews mit Zeitzeugen oder die Auswertung von Dokumenten und Fotos aus Haushaltsauflösungen oder Nachlässen. Ich freue mich über jeden, der sich für unsere Arbeit interessiert und uns am 2. Mittwoch im Monat im alten Schlachthof in Dudweiler besucht. «



März bis Juli 2026

BETRIEBSBESICHTIGUNGEN

Der Gläserne GLOBUS – GLOBUS Markthalle Dudweiler Blick hinter die Kulissen!

Erleben Sie live, wie ein Handelsunternehmen funktioniert – von der Warenbestellung bis zur Auslieferung.
Lernen Sie unsere Abteilungen kennen und erfahren Sie spannende Details aus Einkauf, Logistik und Vertrieb.

TERMINE: Mi. 25.03.2026, 10:00–12:00 Uhr, Kursnummer AT8813A
Mi. 15.04.2026, 10:00–12:00 Uhr, Kursnummer AT8813B
Mi. 27.05.2026, 10:00–12:00 Uhr, Kursnummer AT8813C
Mi. 29.07.2026, 10:00–12:00 Uhr, Kursnummer AT8813D

- Jetzt anmelden und
- Handel hautnah erleben!
- Anmeldung erforderlich unter:
- www.vhs-saarbruecken.de

TREFFPUNKT:

Info GLOBUS Dudweiler | Fischbachstr. 121 | 66125 Dudweiler
gebührenfrei

vhs
Volkshochschule
Regionalverband Saarbrücken


REGIONALVERBAND
SAARBRÜCKEN



Jetzt Teil
des
vhs-Teams
werden

DOZENTEN GESUCHT (M/W/D)

Kultur erleben. Wissen vermitteln. Horizonte erweitern.

Sie haben ein kreatives Hobby und möchten Ihr Wissen weitergeben?

Die vhs Regionalverband Saarbrücken sucht engagierte Dozentinnen und Dozenten für Kurse im gesamten Regionalverband – egal ob Stricken, Kochen, Kampfkunst, Fotografie oder andere Themen.

Bringen Sie Ihre Leidenschaft ein und bereichern Sie unser vhs-Team.



Interessiert?
Schreiben Sie uns gerne an
vhsinfo@rvsbr.de.

www.vhs-saarbruecken.de

vhs
Volkshochschule
Regionalverband Saarbrücken


REGIONALVERBAND
SAARBRÜCKEN

Nachmittagskurs**„Heimatkunde Dudweiler – sellemols un heit“**

Betrachten von alten Fotos und Filmen sowie Austausch darüber, im Vergleich zu heute. Erinnern Sie sich noch an das alte Dudweiler? Hier haben Sie die Möglichkeit zu angeregten Gesprächen in ungezwungener Atmosphäre. Mitglieder der Dudweiler Geschichtswerkstatt bringen ausgesuchte Schätze aus ihrem großen Archiv mit. Teilnehmende können auch eigene Fotos mitbringen.

● Kurs 8808**Klaus Kirch,****Mitglied der Geschichtswerkstatt**

Fr. 08.05.2026, 17:00 – 18:30 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler, Bezirksratssaal

EUR 5,00

Vortrag**Saarländisch für AnfängerInnen**

Beim Kurs „Saarländisch für Anfänger“ erfahren Zugezogene auf heitere Art viel über den hiesigen Dialekt mit seinen Stolperfallen und lernen, dass es keinen einheitlichen saarländischen Dialekt gibt. Im Saarland werden nämlich mehrere Mundarten gesprochen. Am Ende sollten Sie Ausdrücke, wie der Schwenker schwenkt den Schwenker mühelos verstehen.

● Kurs 8812**Stefan Kees**

Di. 17.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler

EUR 5,00

BETRIEBSBESICHTIGUNGEN**Betriebsbesichtigung****Besichtigung des Saarländischen Rundfunks**

Der Saarländische Rundfunk begleitet die SaarländerInnen und Saarländer seit über 50 Jahren im täglichen Leben. Als Medienunternehmen bietet er zahlreiche interessante Bereiche, die HörerInnen und ZuschauerInnen der SR-Programme am Standort des Senders auf dem Saarbrücker Halberg kennenlernen können. Führungen durch den Saarländischen Rundfunk ermöglichen es interessierten BesucherInnen, die Live-Atmosphäre eines Hörfunksendestudios von SR 1, SR 2, SR 3 und 103.7 „UnserDing“ sowie die Welt des SR-Fernsehens in aktuellen Sendungen hautnah mitzuerleben. Mindestalter 16 Jahre! Anfahrt mit Privat-PKW auf eigene Verantwortung! Beim Eintreffen auf dem Halberg melden Sie sich bitte beim Hauptempfang an der Zufahrtsstraße zum Funkhaus.

● Kurs 8809**MitarbeiterIn Saarl, Rundfunk**

Fr. 10.04.2026, 18:00 – 20:00 Uhr

Funkhaus Halberg, Franz-Mai-Straße, vor Haupteingang Konferenzgeb. gebührenfrei

Anmeldung erforderlich bis spätestens 01.04.2026.

Betriebsbesichtigung**Besichtigung EVS Kläranlage Burbach**

Interessierte haben die Gelegenheit die größte saarländische Kläranlage in Saarbrücken-Burbach zu besichtigen und sich die einzelnen Reinigungsstufen erläutern zu lassen (festes Schuhwerk wird benötigt). Anfahrt mit eigenem PKW auf eigene Verantwortung!

● Kurs 8810**Entsorgungsverband Saar**

Fr. 08.05.2026, 11:30 – 13:00 Uhr

Treffpunkt: Mettlacher Str., 66115 Saarbrücken-Burbach gebührenfrei

Anmeldung erforderlich bis spätestens 27.04.2026.

Betriebsbesichtigung**Besichtigung innovative Kraft-Wärme-Kopplungsanlage**

Nach etwas mehr als einem Jahr Bauzeit hat die Saarbrücker Iqony Energies GmbH Ende Dezember 2024 auf dem Gelände der ehemaligen Grube Camphausen eine innovative Kraft-Wärme-Kopplungsanlage in Betrieb genommen, die die Wärme des Grubenwassers für die Fernwärmeversorgung nutzbar macht. Pro Jahr werden so rund 6.300 Tonnen an CO₂-Emissionen vermieden. Im Rahmen einer Besichtigung der Anlage werden Einblicke in diese innovative Wärmequelle gewährt.

Mindestalter: 16 Jahre. Für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen leider nicht geeignet. Festes Schuhwerk und robuste Kleidung erforderlich (keine offenen Schuhe oder Ähnliches).

● Kurs 8811**Norbert Manderla, Iqony Energies GmbH**

Mi. 10.06.2026, 14:00 – 16:00 Uhr

Treffpunkt: An der Grube Camphausen 10 66287 Quierschied gebührenfrei

Anmeldung erforderlich bis spätestens 01.06.2026.

Betriebsbesichtigung**Der Gläserne GLOBUS – GLOBUS Markthalle Dudweiler**

Blick hinter die Kulissen! Erleben Sie live, wie ein Handelsunternehmen funktioniert – von der Warenbe-

stellung bis zur Auslieferung. Lernen Sie unsere Abteilungen kennen und erfahren Sie spannende Details aus Einkauf, Logistik und Vertrieb. Jetzt anmelden und Handel hautnah erleben!

● **Kurs 8813A**

Globus Dudweiler MitarbeiterIn

Mi. 25.03.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
Treffpunkt: Info GLOBUS Dudweiler
Fischbachstr. 121, 66125 Dudweiler
gebührenfrei
*Anmeldung erforderlich/Abmeldung
möglich bis spätestens 18.03.2026.*

Betriebsbesichtigung

**Der Gläserne GLOBUS –
GLOBUS Markthalle Dudweiler**
Blick hinter die Kulissen!

● **Kurs 8813B**

Globus Dudweiler MitarbeiterIn

Mi. 15.04.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
Treffpunkt: Info GLOBUS Dudweiler
Fischbachstr. 121, 66125 Dudweiler
gebührenfrei
*Anmeldung erforderlich/Abmeldung
möglich bis spätestens 08.04.2026.*

Betriebsbesichtigung

**Der Gläserne GLOBUS –
GLOBUS Markthalle Dudweiler**
Blick hinter die Kulissen!

● **Kurs 8813C**

Globus Dudweiler MitarbeiterIn

Mi. 27.05.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
Treffpunkt: Info GLOBUS Dudweiler
Fischbachstr. 121, 66125 Dudweiler
gebührenfrei
*Anmeldung erforderlich/Abmeldung
möglich bis spätestens 20.05.2026.*

Betriebsbesichtigung

**Der Gläserne GLOBUS –
GLOBUS Markthalle Dudweiler**
Blick hinter die Kulissen!

● **Kurs 8813D**

Globus Dudweiler MitarbeiterIn

Mi. 29.07.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
Treffpunkt: Info GLOBUS Dudweiler
Fischbachstr. 121, 66125 Dudweiler
gebührenfrei
*Anmeldung erforderlich/Abmeldung
möglich bis spätestens 22.07.2026.*

Betriebsbesichtigung

**Der Gläserne GLOBUS –
GLOBUS Markthalle Gündingen**

Blick hinter die Kulissen!
Erleben Sie live, wie ein Handelsunternehmen funktioniert – von der Warenbestellung bis zur Auslieferung. Lernen Sie unsere Abteilungen kennen und erfahren Sie spannende Details aus Einkauf, Logistik und Vertrieb. Jetzt anmelden und Handel hautnah erleben!

● **Kurs 8814A**

Globus Gündingen MitarbeiterIn

Mi. 11.03.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
Treffpunkt: Info GLOBUS Gündingen
Wolfsau 4, 66130 Gündingen
gebührenfrei
*Anmeldung erforderlich/Abmeldung
möglich bis spätestens 04.03.2026.*

Betriebsbesichtigung

**Der Gläserne GLOBUS –
GLOBUS Markthalle Gündingen**

Blick hinter die Kulissen!

● **Kurs 8814B**

Globus Gündingen MitarbeiterIn

Mi. 22.04.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
Treffpunkt: Info GLOBUS Gündingen
Wolfsau 4, 66130 Gündingen
gebührenfrei
*Anmeldung erforderlich/Abmeldung
möglich bis spätestens 15.04.2026.*

Betriebsbesichtigung

**Der Gläserne GLOBUS –
GLOBUS Markthalle Gündingen**
Blick hinter die Kulissen!

● **Kurs 8814C**

Globus Gündingen MitarbeiterIn

Mi. 20.05.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
Treffpunkt: Info GLOBUS Gündingen
Wolfsau 4, 66130 Gündingen
gebührenfrei
*Anmeldung erforderlich/Abmeldung
möglich bis spätestens 13.05.2026.*

Betriebsbesichtigung

**Der Gläserne GLOBUS –
GLOBUS Markthalle Gündingen**

Blick hinter die Kulissen!

● **Kurs 8814D**

Globus Gündingen MitarbeiterIn

Mi. 17.06.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
Treffpunkt: Info GLOBUS Gündingen
Wolfsau 4, 66130 Gündingen
gebührenfrei
*Anmeldung erforderlich/Abmeldung
möglich bis spätestens 10.06.2026.*

Aus Sicherheitsgründen ist es erforderlich, dass wir dem Veranstalter vor Ort die Vor- und Nachnamen, sowie die Adressdaten der teilnehmenden Personen mitteilen. Nennen Sie uns daher bitte bei der Anmeldung den Vor- und Nachnamen und die vollständige Adresse aller Personen.

Mit der Anmeldung zur Besichtigung des Steinkohlekraftwerks Weiher erteilen Sie uns die Einverständniserlaubnis dem Veranstalter vor Ort, Ihre Adressdaten und die Daten aller von Ihnen angemeldeten Personen, mitzuteilen.

Für die Teilnahme ist das Mindestalter von 16 Jahren erforderlich. Minderjährige können nur in Begleitung einer Volljährigen Person teilnehmen.

Betriebsbesichtigung

Besichtigung des systemrelevanten Steinkohlekraftwerks Weiher 3

Die Energiewende in Deutschland ist im Gange, der Ausbau der Erneuerbaren erfolgt kontinuierlich und mit hohem Aufwand. Gleichwohl sind weiterhin noch steuerbare fossile Kraftwerke für die Energieversorgung in Deutschland unerlässlich. Das Kraftwerk Weiher 3 ist eines davon. Obwohl bereits im Jahr 2017 vorläufig und im weiteren Verlauf endgültig stillgelegt, steht es als systemrelevantes Kraftwerk weiterhin für die Stromversorgung in Deutschland zur Verfügung, um die Versorgungssicherheit mit zu gewährleisten. Im Rahmen einer Besichtigung mit Vortrag, Filmvorführung und Rundgang durch das Kraftwerk werden Einblicke in das Stromversorgungssystem in Deutschland, in den aktuellen Stand der Energiewende und in den eigentlichen Prozess der Stromerzeugung in einem Steinkohlekraftwerk gegeben.

Für den Kraftwerksrundgang ist festes Schuhwerk und robuste Kleidung erforderlich (keine offenen Schuhe oder Ähnliches).

● Kurs 8815

Marc Scheller, ehemaliger Kraftwerksleiter

Fr. 27.03.2026, ab 14:00 Uhr

(ca. 3 – 3,5 Stunden)

Treffpunkt: Infocenter des Kraftwerks Weiher

Kraftwerk Weiher 2, 66287 Quierschied gebührenfrei

Anmeldung erforderlich/Abmeldung möglich bis spätestens 20.03.2026.

Betriebsbesichtigung

Besichtigung des systemrelevanten Steinkohlekraftwerks Weiher 3

Die Energiewende in Deutschland ist im Gange, der Ausbau der Erneuerbaren erfolgt kontinuierlich und mit hohem Aufwand. Gleichwohl sind weiterhin noch steuerbare fossile Kraftwerke für die Energieversorgung in Deutschland unerlässlich. Das Kraftwerk Weiher 3 ist eines davon. Obwohl bereits im Jahr 2017 vorläufig und im weiteren Verlauf endgültig stillgelegt, steht es als systemrelevantes Kraftwerk weiterhin für die Stromversorgung in Deutschland zur Verfügung, um die Versorgungssicherheit mit zu gewährleisten. Im Rahmen einer Besichtigung mit Vortrag, Filmvorführung und Rundgang durch das Kraftwerk werden Einblicke in das Stromversorgungssystem in Deutschland, in den aktuellen Stand der Energiewende und in den eigentlichen Prozess der Stromerzeugung in einem Steinkohlekraftwerk gegeben.

Für den Kraftwerksrundgang ist festes Schuhwerk und robuste Kleidung erforderlich (keine offenen Schuhe oder Ähnliches).

● Kurs 9863

Marc Scheller, ehemaliger Kraftwerksleiter

Fr. 10.07.2026, ab 17:00 Uhr

(ca. 3 – 3,5 Stunden)

Treffpunkt: Infocenter des Kraftwerks Weiher

Kraftwerk Weiher 2, 66287 Quierschied gebührenfrei

Anmeldung erforderlich/Abmeldung möglich bis spätestens 02.07.2026

Betriebsbesichtigung

● Kurs 9863A

Marc Scheller, ehemaliger Kraftwerksleiter

Sa. 25.07.2026, ab 10:00 Uhr

(ca. 3 – 3,5 Stunden)

Treffpunkt: Infocenter des Kraftwerks Weiher

Kraftwerk Weiher 2, 66287 Quierschied gebührenfrei

Anmeldung erforderlich/Abmeldung möglich bis spätestens 17.07.2026

Betriebsbesichtigung

● Kurs 9863B

Marc Scheller, ehemaliger Kraftwerksleiter

Di. 11.08.2026, ab 10:00 Uhr

(ca. 3 – 3,5 Stunden)

Treffpunkt: Infocenter des Kraftwerks Weiher

Kraftwerk Weiher 2, 66287 Quierschied gebührenfrei

Anmeldung erforderlich/Abmeldung möglich bis spätestens 04.08.2026

Betriebsbesichtigung

● Kurs 9863C

Marc Scheller, ehemaliger Kraftwerksleiter

Sa. 22.08.2026, ab 10:00 Uhr

(ca. 3 – 3,5 Stunden)

Treffpunkt: Infocenter des Kraftwerks Weiher

Kraftwerk Weiher 2, 66287 Quierschied gebührenfrei

Anmeldung erforderlich/Abmeldung möglich bis spätestens 14.08.2026

ELTERNSCHULE

Workshop

Von Eifersucht bis Teamgeist – Geschwister im Familienalltag begleiten

Geschwister – das ist oft eine ganz besondere Mischung aus Nähe, Rivalität, Liebe und Streit. Mal spielen sie friedlich zusammen, mal fliegen die Fetzen – und als Eltern steht man mittendrin. In diesem Workshop geht es darum, wie Eltern ihre Kinder dabei unterstützen

können, die Geschwisterbeziehung positiv zu gestalten. Wir schauen gemeinsam darauf, was hinter typischen Konflikten steckt, wie Eltern mit Eifersucht umgehen können und was sie tun können, um das Miteinander zu stärken. Themen des Workshops sind: Warum sich Geschwister streiten – und was sie dabei lernen. Wie Eifersucht entsteht und wie Eltern damit umgehen können. Wege zu mehr Fairness, Verständnis und Zusammenhalt. Praktische Tipps für den Familienalltag. Begleiten Sie Ihre Kinder dabei, aus kleinen Rivalen starke Teamplayer zu machen – mit Gelassenheit, Verständnis und Humor.

● **Kurs 8819**

Susanne Wilhelm, Erziehungswissenschaftlerin, M.A., Systemische Therapeutin (SGST/SG)

Do. 07.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Bürgerhaus Dudweiler, Bezirksratssaal
gebührenfrei

Workshop

Mitfühlen lernen –

Wie Kinder Empathie entwickeln

Mitgefühl und Empathie gehören zu den wichtigsten sozialen Fähigkeiten, die Kinder für ein respektvolles und friedliches Zusammenleben brauchen. Doch wie entsteht Empathie – und wie können Eltern sie im Alltag fördern? In dem Workshop überlegen wir: wie sich Empathie in den verschiedenen Entwicklungsphasen bildet, welche Rolle Vorbilder, Gefühle und Bindung dabei spielen, wie Kinder lernen, sich in andere hineinzusetzen, und was Sie als Eltern tun können, um Mitgefühl und Rücksichtnahme zu stärken – ohne zu belehren. Neben kurzen theoretischen Impulsen gibt es Raum für Austausch, Fragen und praktische

Anregungen, die Eltern im Familienalltag umsetzen können.

● **Kurs 8820**

Susanne Wilhelm, Erziehungswissenschaftlerin, M.A., Systemische Therapeutin (SGST/SG)

Di. 23.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Bürgerhaus Dudweiler, Bezirksratssaal
gebührenfrei

Junge vhs

Malkurs für Kinder

✚ ab 6 Jahre

Gemalt wird auf Leinwänden 30 x 30 cm oder 30 x 40 cm. Die Kinder können sich ein Motiv auswählen. In kleinen Schritten wird ihnen gezeigt, wie sie einfach mit Pinsel oder Schwamm die Farbe aufbringen. Hier kann auch gerne ausprobiert und die eigene Fantasie mit eingebracht werden. Bitte auf Kleidung achten, die schmutzig werden darf oder einen Kittel (z. B. altes Hemd) mitbringen.

Bitte Alter des Kindes angeben, wegen der Berücksichtigung des Schwierigkeitsgrades.

● **Kurs 8821**

Karin Lanzer,

ehem. Inhaberin Rosch Kreativ

Di. 07.04.2026, 10:30 – 12:00 Uhr
Bürgerhaus Dudweiler, Maleratelier
EUR 7,00 (zzgl. EUR 8,00 – 10,00 Materialkosten bar vor Ort zu entrichten)

Junge vhs

Seifengießen für Kinder

✚ ab 6 Jahre

Fertige Seife wird im Wasserbad geschmolzen und mit der Wunschfarbe eingefärbt. Es stehen verschiedene Silikonformen zur Auswahl. Zum Beispiel: Schmetterlinge, Füchse, Herzen, Einhörner, Blumen etc. Während die Seife in den Formen aushärtet, werden kleine

Dozentinnen und Dozenten



KARIN LANZER

ehem. Inhaberin Rosch Kreativ

» Seit 45 Jahren bin ich in der Kreativ-Branche tätig und habe mit meiner Schwester, 1978 das Bastelgeschäft, noch mit unserem Mädchennamen, Rosch Kreativ gegründet.

Vom Einzelhandel habe ich mich im Dezember 2022 getrennt und freue mich darauf, einfach nur noch KREATIV zu sein.

Meine kreativen Erfahrungen möchte ich gerne weiterhin an Kinder, junge Menschen und Erwachsene weitergeben. Damit auch sie alle die Erfahrungen machen, wie gut es tut kreativ zu sein.

Malen, basteln ist nicht nur entspannend, sondern stärkt besonders bei Kindern das Selbstbewusstsein. <<

Schachteln gebastelt und mit ausgestanzten Motiven verziert.

Bitte einen Schuhkarton für den Transport mitbringen.

● Kurs 8822

Karin Lanzer,
ehem. Inhaberin Rosch Kreativ

Fr. 27.03.2026, 16:00 – 17:30 Uhr
Bürgerhaus Dudweiler, Maleratelier
EUR 7,00 (zzgl. EUR 8,00 – 10,00 Materialkosten bar vor Ort zu entrichten)

Nachstehende Angebote („Schnuppermöglichkeit“) finden in der Organisation und Verantwortung der DJK Dudweiler statt. www.djk-dudweiler.de.

JUNGE VHS

Leichtathletik

★ Vorschulkinder ab 4 bis 7 Jahre
Do. 17:00-18:00 Uhr
Turnhalle am ehemaligen LPM Dudweiler
Grundschulkinder ab 8 bis ca. 12 Jahre
Mi. 16:30-18:00 Uhr
Turnhalle am ehemaligen LPM Dudweiler

Tischtennis

★ SchülerInnen und Jugendliche
Fr. 17:00 bis 19:00 Uhr
Turnhalle Grundschule Dudweiler
Herrensohr

NATUR UND UMWELT

Exkursion

Vogelstimmen am Abend

Nach der Arbeit zur Entspannung in den Wald als gesunde Alternative zum Fernsehprogramm – lautet das Motto dieser Wald-Exkursion in Zusammenarbeit mit dem NABU Saarbrücken. TeilnehmerInnen, die ein Fernglas besitzen, werden gebeten, dieses mitzubringen.

● Kurs 8824

Dr. Ralf Kohl, Dipl.-Biologe

Di. 05.05.2026, 19:00 – 21:00 Uhr
Dudweiler, Kreuzung Alter Stadtweg – Im Lerchenfeld – Finkenstr.
EUR 5,00

Workshop

Der Giersch in meinem Garten – Heilkräfte aus dem Unkraut

Was als lästiges Grün zwischen Beeten beginnt, entpuppt sich oft als Schatz der Naturheilkunde. Giersch, Brennnessel und andere Wildkräuter sind nicht nur essbar und heilkräftig – sie lassen sich auch als natürliche Pflanzenjauche nutzen, um den Garten zu stärken. In meinem VHS-Kurs entdecken wir gemeinsam, wie diese „Unkräuter“ zu Tees, Salben und biologischem Dünger werden. Mit praktischen Übungen, Kräuterwissen und einem neuen Blick auf das, was direkt vor unserer Haustür wächst.

● Kurs 8825

Ellen Schwarz

Fr. 29.05.2026, 17:00 – 20:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Dudweiler, Küche
EUR 45,00 (inkl. EUR 25,00 Materialkosten)

Workshop

Räuchermittel selbst herstellen – Altes Wissen neu entdecken

In diesem Kurs lernen Sie, aus natürlichen Zutaten wie Harzen, Kräutern und Hölzern eigene Räuchermittel herzustellen. Räuchern dient der Reinigung von Räumen und Energien, fördert Entspannung und schafft eine wohltuende Atmosphäre – eine alte Tradition mit neuer Bedeutung.

● Kurs 8826

Ellen Schwarz

Fr. 26.06.2026, 17:00 – 20:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Dudweiler, Küche
EUR 45,00 (inkl. EUR 25,00 Materialkosten)

Exkursion

Fledermauswanderung – Fledermäuse live bei der Jagd verfolgen

Begeben Sie sich zur Dämmerung zusammen mit Stefan Kees mit einem Ultraschall-Detektor auf Fledermauspirsch und lauschen den Jägern der Nacht. Dies sind Geräte, welche die hohen Rufe der Fledermäuse für uns Menschen hörbar machen können. Während der Führung erfahren die Teilnehmenden Wissenswertes über die Rolle der Fledermäuse in unserem Ökosystem, ihr Sozialverhalten, ihren Jahresverlauf und, was wir alle zu ihrem Schutz unternehmen können. Bei Regen muss die Fledermauswanderung leider ausfallen. Die Veranstaltung eignet sich auch für junge Menschen ab dem Alter von 6 Jahren in Begleitung eines Erziehungsberechtigten.

● Kurs 8827

Stefan Kees

Fr. 24.07.2026, 21:00 – 23:00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Netzbachweiher
EUR 5,00

FREMDSPRACHEN

PORTUGIESISCH

Nachmittagskurs

Fortsetzungskurs: Portugiesisch lernen in lockerer Runde

● Kurs 8833

Manuela Alves-Weyers

Do. 16:30 – 18:00 Uhr
ab 12.03.2026, 5 Termine
Gemeinschaftsschule Dudweiler
10 UST, EUR 46,00 (34,50)

Nachmittagskurs**Fortsetzungskurs: Portugiesisch lernen in lockerer Runde**

Portugiesisch lernen in lockerer Runde

● **Kurs 8834****Manuela Alves-Weyers**

Do. 16:30 - 18:00 Uhr

ab 07.05.2026, 5 Termine

Gemeinschaftsschule Dudweiler

10 UST, EUR 46,00 (34,50)

Englisch**Abendkurs****Englisch A2 Stufe 1**

TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen.

Lehrbuch: English Network Now A1,

Verlag Klett-Langenscheidt

● **Kurs 8835****Astrid Pidoll-Champomier**

Di. 18:00 - 19:30 Uhr

ab 10.03.2026, 15 Termine

Gemeinschaftsschule Dudweiler

30 UST, EUR 85,00 (64,00)

Französisch**Nachmittagskurs****Französisch Konversation B2**

freie Materialien

● **Kurs 8836****Thierry Dupin**

Di. 17:00 - 18:30 Uhr

ab 10.03.2026, 15 Termine

Gemeinschaftsschule Dudweiler

30 UST, EUR 85,00 (64,00)

Abendkurs**Französisch A2 Auffrischung Dialoge für den Alltag**

Sie haben Französisch schon einmal gelernt, inzwischen aber vieles wieder vergessen? In diesen Kursen reaktivieren Sie Ihre versunkenen Französisch-

kenntnisse effektiv.

Lehrbuch: Rebonjour A2, Hueber,
ISBN 978-3-19-003373-7 (ab Modul 3)

● **Kurs 8836A****Thierry Dupin**

Di. 18:30 - 20:00 Uhr

ab 10.03.2026, 15 Termine

Gemeinschaftsschule Dudweiler

30 UST, EUR 85,00 (64,00)

GEBÄRDENSPRACHE**Abendkurs****Deutsche Gebärdensprache DGS I – AnfängerInnen**● **Kurs 8837****Wolfgang Bubel,****Gebärdensprache-Dolmetscher**

Di. 18:00 - 19:30 Uhr

ab 10.03.2026, 12 Termine

Gemeinschaftsschule Dudweiler

24 UST, EUR 55,00 (45,00)

Abendkurs**Deutsche Gebärdensprache DGS II**● **Kurs 8838****Wolfgang Bubel,****Gebärdensprache-Dolmetscher**

Di. 19:30 - 21:00 Uhr

ab 10.03.2026, 12 Termine

Gemeinschaftsschule Dudweiler

24 UST, EUR 55,00 (45,00)

Abendkurs**Deutsche Gebärdensprache DGS V**● **Kurs 8839****Wolfgang Bubel,****Gebärdensprache-Dolmetscher**

Mo. 18:00 - 19:30 Uhr

ab 09.03.2026, 12 Termine

Gemeinschaftsschule Dudweiler

24 UST, EUR 55,00 (45,00)

Dozentinnen und Dozenten**MANUELA ALVES-WEYERS****Dozentin Portugiesisch**

» Ich habe meine Jugend in Mosambik und Portugal verbracht und lebe jetzt bereits seit über 40 Jahren hier im Saarland, das zu meiner zweiten Heimat geworden ist. Ich arbeite gerne mit den unterschiedlichsten Menschen zusammen und unterrichte seit mehr als 35 Jahren mit viel Freude meine Muttersprache an der Volkshochschule. Ich freue mich darauf, Ihnen die portugiesische Sprache und deren Kulturen näherzubringen. «

KREATIVES GESTALTEN, NÄHEN UND STRICKEN

Malen

Nachmittagskurs

Malen mit Aquarell und Öl/Portraitzeichnen für EinsteigerInnen

In diesem Kurs entdecken Sie die Aquarell- und Ölmalerei mit ihren vielfältigen, charakteristischen Gestaltungstechniken – von der Gegenständlichkeit zur Abstraktion über die Palette der konkreten Motive bis zu losgelöst-experimentierfreudigem Arbeiten. Und/oder Sie erlernen die Grundbegriffe der Portraitzeichnung in Kohle oder in Öl.

Benötigtes Material wird am 1. Kurstag mitgeteilt.

● Kurs 8840

Evgeni Hartwahn, Dipl.-Grafiker

Mo. 17:00 – 19:15 Uhr

ab 09.03.2026, 10 Termine

Bürgerhaus Dudweiler, Maleratelier

30 UST, EUR 64,00

Nachmittagskurs

Malerei trifft Fotografie

Im ersten Teil des Workshops bespricht der Fotograf Ulrich Höfer mit den Teilnehmenden 16 DIN A5-Fotos hinsichtlich der Bildgestaltung und weiterer Merkmale.

Auch erste Ideen für das Bemalen können entwickelt werden.

Im zweiten Teil unterstützt die Malerin Soniya Vijayakumar die Teilnehmenden beim Übermalen der Fotos und wird die Farbtheorie erklären. Jede/r Teilnehmende hat eine Leinwand, auf der die ausgewählten Fotos (pro TN maximal 2) gelegt und dann mit Acrylfarben bemalt werden. Um das Foto herum kann der Teilnehmende so weiter malen, dass das Foto gut in eine Bildidee integriert ist. Jede/r Teilneh-

mende darf sein Werk mitnehmen.

● Kurs 8841A

Ulrich Höfer, Fotograf/B-Trainer des Deutschen Schachbundes/

Soniya Vijayakumar, Künstlerin

Fr. 15.05.2026, 17:00 – 19:00 Uhr

Atelier S. Vijayakumar, Rathausstraße 11, 66125 SB-Dudweiler

EUR 51,00

Nachmittagskurs

Malerei trifft Fotografie

● Kurs 8841B

Ulrich Höfer, Fotograf/B-Trainer des Deutschen Schachbundes/

Soniya Vijayakumar, Künstlerin

Fr. 05.06.2026, 17:00 – 19:00 Uhr

Atelier S. Vijayakumar, Rathausstraße 11, 66125 SB-Dudweiler

EUR 51,00

Nachmittagskurs

Malerei trifft Fotografie

● Kurs 8841C

Ulrich Höfer, Fotograf/B-Trainer des Deutschen Schachbundes/

Soniya Vijayakumar, Künstlerin

Fr. 03.07.2026, 17:00 – 19:00 Uhr

Atelier S. Vijayakumar, Rathausstraße 11, 66125 SB-Dudweiler

EUR 51,00

Makramee

Abendkurs

Makramee-Kurs für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Die Makramee-Technik ist wieder in Mode. Aber diesmal mit vielen schönen Materialien und auch in tollen Farben. Ob Blumenampel, Wandbehang, Untersetzer oder verschiedene Deko-Objekte, mit nur ein paar Knoten sind klassische Makramee-Kunstwerke zu erschaffen. Sie

werden erstaunt sein, wie einfach es ist. Die Technik kann auf Körper und Geist sehr spannend wirken.

Bitte Mitbringen: 1 Schraubzwinge, 1 Styroporplatte ca. 2 cm dick, dazu 20 Stecknadeln, 1 kleiner Kamm, Schere, Metermaß. Makramee Garne können in versch. Farben und Stärken bei der Dozentin vor Ort erworben werden.

● Kurs 8846A

Karin Lanzer,

ehem. Inhaberin Rosch Kreativ

Fr. 13.03.2026, 18:00 – 20:30 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler, Maleratelier

EUR 9,50 (zzgl. evtl. Materialkosten, vor Ort zu entrichten)

Abendkurs

Makramee-Kurs für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

● Kurs 8846B

Karin Lanzer,

ehem. Inhaberin Rosch Kreativ

Fr. 27.03.2026, 18:00 – 20:30 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler, Maleratelier

EUR 9,50 (zzgl. evtl. Materialkosten, vor Ort zu entrichten)

KERAMIK

Abendkurs

Keramikkurs

Sie haben Lust mit den eigenen Händen kreative Arbeiten mit Ton herzustellen? Egal, ob AnfängerIn oder Fortgeschrittene/r, hier können Ihre Projekte Realität werden. Sie können kleinere Deko-Objekte für Haus und Garten (keine frostfesten Arbeiten) herstellen. Das gesamte Material und Werkzeug ist vorhanden, mitzubringen ist ein glattes Baumwolltuch (z. B. altes Geschirrtuch) als Unterlage und, wenn vorhanden, ein Eimer mit Deckel (z. B. alter Farbeimer) oder alternativ eine feste

Plastiktüte zum Aufbewahren des Tons. Eigener Ton und Glasuren (Brennbereich bis 1080 Grad) können mitgebracht oder bei der Dozentin gegen Unkostenbeitrag bezogen werden (Ton ca. EUR 5,00/Glasuren nach Verbrauch).

● **Kurs 8847**

Barbara Neu

Mi. 18:00 – 20:15 Uhr

ab 11.03.2026, 11 Termine

Gemeinschaftsschule Dudweiler,

Raum U1, UG

31 UST, EUR 93,00

Abendkurs

Möbelknöpfe aus Ton

Gestaltet werden Möbelknöpfe aus Ton – die überall befestigt werden können, wo man ein Loch durchbohren kann. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Zur Verfügung stehen verschiedenfarbige Tone sowie Formen aus Ton und Metall. Möglich sind auch frei gestaltete Knöpfe, wie etwa Köpfe oder Tiere. Im zweiten Termin glasieren wir die gebrannten Knöpfe, im dritten Termin werden die Befestigungen eingeklebt. Das gesamte Material und Werkzeug ist vorhanden, gerne mitgebracht werden können z.B. (kleine) Stempel, Spitzen- oder Häkeldecken, Blätter oder Blüten zum Eindrücken in den feuchten Ton. Mitzubringen sind 2 bis 3 alte Geschirrhandtücher als Unterlage und 1 alter Wischlappen zum Reinigen der Geräte. Materialkosten ca. EUR 10, je nach hergestellter Menge, vor Ort an die Dozentin zu zahlen.

● **Kurs 8847A**

Barbara Neu

27.03.2026, 17:00 – 20:00 Uhr

24.04.2026, 17:00 – 19:15 Uhr

08.05.2026, 17:00 – 18:30 Uhr

Gemeinschaftsschule Dudweiler,

Raum U1, UG

9 UST, EUR 30,00

Nähen

Abendkurs

Nähkurs

Der Kurs hat keine Vorbesprechung.

Die Nähvorhaben bitte zum 1. Termin mitbringen.

Nähmaschinen sind in der Schule vorhanden.

Bitte eigene Schneidermaterialien (Stoffe, Garn, Schere, evtl. Schnittmuster, etc.) mitbringen!

● **Kurs 8849**

Gabriele Brockmüller, Schneidermeisterin

Mo. 18:00 – 21:00 Uhr

ab 09.03.2026, 10 Termine

Gemeinschaftsschule Dudweiler, Raum o8

40 UST, EUR 83,00

Stricken

Abendkurs

Stricken für EinsteigerInnen und Fortgeschrittene

Stricken ist spannend und kreativ zugleich! Sie möchten stricken lernen oder Ihre Kenntnisse auffrischen? Dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie. Neben den Grundtechniken und einer kleinen Materialkunde erlernen Sie das Lesen von Strickanleitungen und die Umsetzung in Ihr persönliches Strickprojekt.

Am 1. Kurstag werden die Strickmodelle und die benötigten Materialien besprochen.

● **Kurs 8850**

Beatrice Apfelbach, Hobby-Handarbeiterin

Do. 18:30 – 20:00 Uhr

ab 12.03.2026, 12 Termine

Gemeinschaftsschule Dudweiler

24 UST, EUR 55,00

Dozentinnen und Dozenten



EVGENI HARTWAHN

Diplomierter Grafiker

Seit 15 Jahren Dozent

im künstlerischen Bereich

» Er gehört zur dritten Generation von Künstlern und hat an vielen Einzelausstellungen teilgenommen. Durch sein offenes und freundliches Wesen schafft er eine angenehme Atmosphäre, in der sich alle wohlfühlen und ihre künstlerischen Fähigkeiten entfalten können. Individuelle Stärken werden gefördert sowie die kreative Freiheit unterstützt. Neben seiner fachlichen Kompetenz zeichnet ihn seine Leidenschaft für Kunst und sein Einfühlungsvermögen aus. Seine Kurse sind lehrreich und eine schöne Gelegenheit, gemeinsam zu malen, sich auszutauschen und Spaß an der Kunst zu haben.. <<

Fotografie

Wochenendkurs

Fotorundgang

Bei nicht regnerischem Wetter machen wir einen Rundgang durch Dudweiler. Sie erhalten Tipps und Hinweise zu Motiven und Kameraeinstellungen.

● Kurs 8851

Ulrich Höfer, Fotograf/B-Trainer des Deutschen Schachbundes

Sa. 11.04.2026, 10:00 – 11:30 Uhr

Treffpunkt: Stadtpark Dudweiler, an der Konzertmuschel

EUR 27,00

Workshop

Fotoworkshop mit dem Handy

Wir beleuchten Objekte, bearbeiten und verfremden die Ergebnisse mit der Kamera-Software des Handys. Mitzubringen: Handy, Taschenlampe, 10 DIN A4-Blätter, Schere, Klebstoff

● Kurs 8852

Ulrich Höfer, Fotograf/B-Trainer des Deutschen Schachbundes

Di. 14.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler, Maleratelier

EUR 27,00

Bildbearbeitung

Workshop

Canva für EinsteigerInnen

Eine einfache Einladungskarte und eine Plakaterstellung sind unser Ziel für den Workshop, mit dem kostenlosen Online Tool für Grafikdesign. Eigener Laptop ist notwendig.

● Kurs 8853

Ulrich Höfer, Fotograf/B-Trainer des Deutschen Schachbundes

Fr. 17.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Bürgerhaus Dudweiler, Bezirksratssaal
EUR 41,00

Workshop

Faststone für EinsteigerInnen

Workshop mit einer einfachen (für Privatpersonen kostenlosen) Bildbearbeitungssoftware. Eigener Laptop mit Windows Betriebssystem ist notwendig.

● Kurs 8854

Ulrich Höfer, Fotograf/B-Trainer des Deutschen Schachbundes

Mo. 20.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler, Bezirksratssaal
EUR 41,00

SCHACH

Abendkurs

Schach für EinsteigerInnen

Einsteigerkurs Schach. Soweit vorhanden bitte ein Brett und die Schachfiguren mitbringen. Bei Anmeldung bitte mitteilen, ob Schachspiel mitgebracht wird.

● Kurs 8855

Ulrich Höfer, Fotograf/B-Trainer des Deutschen Schachbundes

Mo. 13.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler, Bezirksratssaal
EUR 21,00

Abendkurs

Schach – Verbesserung der Spielpraxis

Workshop Schach – Die Teilnehmer erhalten viele Tipps und Tricks um ihre Spielstärke zu verbessern (jeder Teilnehmer muss ein Brett und die Schachsteine mitbringen).

● Kurs 8856

Ulrich Höfer, Fotograf/B-Trainer des Deutschen Schachbundes

Do. 16.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Bürgerhaus Dudweiler, Bezirksratssaal
EUR 21,00

GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Vortrag

Arzneiformen im Alltag

Wir geben Einblick in die große Vielfalt verschiedener – zum Teil beratungsbedürftiger oder auch innovativer – Arzneiformen. Dabei wollen wir uns vor allem auf die für Sie besonders relevanten Formen konzentrieren, mit denen Sie im Alltag regelmäßig konfrontiert werden. Wir werden mit den verschiedenen festen oralen Arzneiformen beginnen und dann zu den flüssigen oralen Arzneimitteln übergehen. Auch rektale und vaginale sowie Arzneiformen zur Anwendung an Augen, Nase und Ohren werde ich im Verlauf des Vortrags besprechen. Technisch komplexe Arzneiformen wie Inhalationsarzneimittel (sogenannte „Asthmaprays“), Wirkstoffpflaster und Insulinpens schließen mein Referat ab.

● Kurs 8857

Susanne Koch, Apothekerin

Mi. 06.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler, Bezirksratssaal
EUR 5,00

Vortrag

Einnahmezeitpunkte von Arzneimitteln

Die meisten Arzneimittel werden als Tabletten, Kapseln, Säfte usw. geschluckt. Bei der peroralen Therapie sind die richtigen Einnahmezeitpunkte der Medikamente häufig von großer Bedeutung. Dabei spielt oft auch die Arzneistoffstabilität eine große Rolle. Durch die richtige Wahl der Einnahmezeitpunkte können einige unerwünschte Arzneimittelwirkungen

verringert oder sogar vermieden werden. Wenn die Einnahme von Arzneimitteln an den Tagesrhythmus des Körpers angepasst wird, nennt man das „Chronopharmakologie“. Das Ziel dabei ist es, die körpereigenen Funktionen möglichst gering zu beeinflussen

● **Kurs 8858**

Susanne Koch, Apothekerin

Mi. 01.07.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler, Bezirksratssaal

EUR 5,00

Vortrag

Wechselwirkungen zwischen Arzneimitteln und Lebensmittel

Eine Wechselwirkung (Interaktion) kann immer dann auftreten, wenn mehrere Medikamente gemeinsam eingenommen werden. Auch einige Nahrungsmittel können die Wirkung von Arzneimitteln beeinflussen. Die Wechselwirkung kann sich unterschiedlich bemerkbar machen: Die Arzneimittel können sich in ihrer Wirkung oder Nebenwirkung verstärken, abschwächen oder aber auch aufheben.

● **Kurs 8859**

Susanne Koch, Apothekerin

Mi. 08.07.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler, Bezirksratssaal

EUR 5,00

In Kooperationsveranstaltung mit dem Kultur- und Lesetreff im Bürgerhaus Dudweiler

Senioren Gesprächskreis

Jeden 3. Montag des Monats 11:00 – 13:00 Uhr im Kultur- und Lesetreff Dudweiler

Moderation: Dr. Christel Weins in Zusammenarbeit mit dem Seniorenbeirat der Stadt Saarbrücken. Der monatliche Gesprächskreis wendet sich an Menschen, die ihr Erwerbsleben hinter sich gelassen haben. Die Rente ist nicht immer das Paradies auf Erden. Nicht mehr zu arbeiten wird von vielen als Verlust von Verantwortung und gesellschaftlichem Einflusses erlebt. Die Suche nach dem Sinn des Lebens ist ein Teil der menschlichen Existenz und wird besonders zur Herausforderung in sogenannten Lebensübergängen, wie zum Beispiel Verlust eines lieben Menschen, Verlust der Arbeit oder Krankheit.

Keine Anmeldung erforderlich.

ENTSPANNUNG

Nachmittagskurs

Hatha-Yoga für AnfängerInnen

Grundprinzipien und Grundhaltungen des Hatha-Yoga kennenlernen. Die Basis trainieren sowie die Muskulatur in Becken, Füßen, Bauch und Rücken kräftigen und dehnen und den Gleichgewichtssinn stärken. Die Übungen dienen der Harmonisierung der körperlichen Kräfte, der Vertiefung des Atems, der Beruhigung des Geistes und der Begegnung mit der Seele. Bitte Yogamatte und evtl. Sitzkissen mitbringen.

● **Kurs 8861**

Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY, zert.

Dozentinnen und Dozenten



GABRIELE BROCKMÜLLER
Schneidermeisterin

» Ich hatte das Glück, mein Hobby zum Beruf machen zu können. Nach erfolgreicher Meisterprüfung arbeitete ich seit 1979 freiberuflich in Saarbrücken. Seit vielen Jahrzehnten leite ich an einer Familienbildungsstätte und seit ca. 25 Jahren auch an der vhs Nähkurse. Mein Motto lautet: Jeder kann Nähen lernen, wenn er sich kreativ betätigen möchte, Geduld und Ausdauer mitbringt und lernwillig ist. Vom Einkaufsbeutel über Kinderkleidung bis zur Abendrobe oder zum Hochzeitskleid – alles ist möglich. «

Fünf-Tibeter-Trainer, zert. Tangolehrer

Mi. 17:00 – 18:30 Uhr
ab 11.03.2026, 14 Termine
Bürgerhaus Dudweiler,
Gemeinschaftsraum III
28 UST, EUR 115,00

Abendkurs

Hatha-Yoga für Geübte

Geübte TeilnehmerInnen vertiefen Grundhaltungen des Hatha-Yoga und trainieren weiterhin die Basis, Achse, Stand- und Sitzhaltung. Die Muskulatur in Becken, Füßen, Bauch und Rücken wird gekräftigt und gedehnt sowie der Gleichgewichtssinn gestärkt. Die Übungen dienen der Harmonisierung der körperlichen Kräfte, der Vertiefung des Atems und der Beruhigung des Geistes. Bitte Yogamatte und evtl. Sitzkissen mitbringen.

● **Kurs 8862**

Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY, zert.

Fünf-Tibeter-Trainer, zert. Tangolehrer

Mi. 18:30 – 20:00 Uhr
ab 11.03.2026, 14 Termine
Bürgerhaus Dudweiler,
Gemeinschaftsraum III
28 UST, EUR 115,00

Abendkurs

Qi Gong und Tai Chi

Die aus China stammenden Gesundheitsübungen sind bereits mehrere Tausend Jahre alt. Wir lernen, den Körper aus seiner Mitte heraus in seiner Ganzheit zu bewegen. Dies mobilisiert die Gelenke, fördert die Beweglichkeit, und wir finden zu mehr Gelassenheit. Die langsamen, weichen Bewegungen können in jedem Alter ausgeführt werden und tragen zur Stärkung der Selbstheilungskräfte bei. Beim Thai Chi erlernen wir einen Teil der zoen Form nach Meister Chen Peishan. *Bequeme Kleidung und Hallenturnschuhe*

erforderlich.

● **Kurs 8863**

Bernd Mathieu, freier Redner, Berater und Tai-Chi-Lehrer

Mi. 19:00 – 20:00 Uhr
ab 11.03.2026, 12 Termine
Gemeinschaftsschule Dudweiler, Turnhalle
16 UST, EUR 65,00

GYMNASTIK, SPORT

Nachmittagskurs

AROHA®

AROHA® (Liebe und Leidenschaft), ein effektives Ganzkörpertraining im Dreiviertel-Takt, bereitet der Seele Wohlbefinden und ist inspiriert von Haka (Kriegstanz der Maori), Kung-Fu und Tai Chi. Die Kombination aus kraftbetonten und weichen Bewegungsabläufen ist schnell erlernt und schon in kurzer Zeit kommt es zu einer spürbar wohltuenden und fließenden Bewegungsabfolge. Die spezielle Aroha®-Musik zündet 1.000 kleine Raketen im Kopf und lässt das Training zu einem Genuss werden. Dabei kann es passieren, dass man Raum und Zeit vergisst und mit der Musik für kurze Zeit aus dem Trainingsraum ins Freie oder in eine Traumwelt entschwindet.

● **Kurs 8864**

Simone Ebersohl, AROHA® Advanced Trainerin

Fr. 16:30 – 17:30 Uhr
ab 13.03.2026, 10 Termine
Gemeinschaftsschule Dudweiler, Turnhalle
14 UST, EUR 50,00

Abendkurs

Fantastische Gymnastik

Ausgleich und Fitness für Körper und Geist: In diesem Kurs steht die Freude an der Bewegung immer im Mittelpunkt. Wir mobilisieren, kräftigen und dehnen den

Dozentinnen und Dozenten



UDO FREIDINGER
Übungsleiter

» Ich bin seit über 30 Jahre in verschiedenen Bereichen als Übungsleiter tätig. Begonnen hat es mit Trainertätigkeit im Judo in verschiedenen Altersgruppen – von Kleinkindern bis Erwachsene – und verschiedenen Vereinen im Stadtverband Saarbrücken. Danach folgte die Ausbildung im Bereich Sport in der Prävention – Gesundheits- und Präventionssport – bei der saarländischen Polizei. Im Jahr 2007 wurde die Lizenz als ÜBL-B Herz-Kreislauf für Erwachsene/Ältere erlangt. In 2018 wurde dann die Lizenz ÜBL-B in der Rehabilitation – Sport in der Krebsnachsorge – erworben. Mein Ziel bei den von mir angebotenen Kursen ist die TeilnehmerInnen so zu fordern, dass sie sich nicht UNTER- NOCH ÜBERFORDERT fühlen; die TeilnehmerInnen nach dem Training sagen: Ich fühle mich gut; die TeilnehmerInnen sich schon auf die nächste Trainingseinheit freuen. Wichtig ist es auch für mich, dass ich durch Weiter- und Fortbildung ständig auf dem neuesten Stand bleibe. «

ganzen Körper mit Fokus auf Rücken und Rumpf als wichtige Stabilisatoren unseres Bewegungsapparates. Abwechslungsreiche Übungen mit verschiedenen Geräten (kleine Hanteln, Pezziball, Igelball, Thera-Band, etc.) lassen keine Langeweile aufkommen. Zusätzlich motiviert das gemeinsame Erleben in der Gruppe und die Bewegung nach Musik. Neben Powereinheiten sind auch verschiedene Entspannungsmethoden Teil dieses Kurses. *Bitte ein kleines Handtuch und wenn gewünscht eine eigene Fitnessmatte mitbringen. Lockere Sportkleidung und saubere Hallenturnschuhe sind erforderlich. Sollten Sie Beschwerden haben, sprechen Sie bitte vor Teilnahme an dem Kurs mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin.*

● Kurs 8865

Monika Zimmermann, Übungsleiterin für Fitness, Gesundheit, Haltung, Bewegung und Entspannung/Elisabeth Marx, M. A. Sportwissenschaft

Mo. 19:00 – 20:00 Uhr

ab 09.03.2026, 13 Termine

Albert-Schweitzer-Schule, Turnhalle

17 UST, EUR 53,00

Nachmittagskurs

Aqua Fit – ein Training für den gesamten Körper und jedes Alter

Ein sanftes und abwechslungsreiches Training, das geeignet ist zur Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems und zur Verbesserung der Kondition, der Koordination und der Beweglichkeit. Gleichzeitig kann die Muskulatur weiter aufgebaut und der Gleichgewichtssinn verbessert werden. Die Übungen werden mit Kleingeräten durchgeführt. Das Wasser bietet auf der einen Seite eine Gelenkentlastung aber auch gleichzeitig einen größeren Widerstand bei den Trainingseinheiten. Das Training ist so gestaltet, dass Neueinstei-

gerInnen nicht überfordert werden und Fortgeschrittene sich entsprechend belasten können. Die Wassertiefe beträgt ca. 1,30 m. Eintritt in Kursgebühr enthalten – TN werden vor Ort kostenfrei durchgewunken.

● Kurs 8866

Udo Freidinger, Übungsleiter B-Fitness

Do. 17:00 – 18:00 Uhr

ab 12.03.2026, 11 Termine

Dudobad, St. Avolder Straße,

66125 Saarbrücken

15 UST, EUR 47,50

Nachstehende Angebote („Schnuppermöglichkeit“) finden in der Organisation und Verantwortung des Allgemeinen Turnvereins Dudweiler von 1882 e. V. (ATVD) statt.

Informationen zu Anmeldungen und Mitgliedsbeiträgen nur über Nicole Weller, ATVD – Geschäftsstelle unter Fon 06897 767367 oder Mail an info@atv-dudweiler.de, Info: www.atv-dudweiler.de

Mitglied im Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband e. V.

Rehabilitationssport – Sport in der Krebsnachsorge

- Bewegung und Sport für den Körper
 - Bewegung und Sport für die Seele
 - Bewegung und Sport auf sozialer Ebene
- Trainingszeiten/-ort:

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr

Turmschule Dudweiler

Nähere Infos bei Übungsleiterin,

Edith-Maria Dick, Übungsleiterin B-Lizenz

für „Sport in der Krebsnachsorge“ unter

Mobil 0160 1047111

Dozentinnen und Dozenten



GUILLERMO BÖTTCHER

Yogalehrer BDY

» Bereits in meiner Jugend kam ich mit der Yogapraxis und der Meditation in Kontakt. Ich habe an der Universität Buenos Aires und des Saarlandes Psychologie studiert. Im Anschluss daran arbeitete ich in Institutionen mit Menschen mit geistigen und körperlichen Einschränkungen. Aufgrund chronischer Rückenbeschwerden kam ich als Teilnehmer zum Yoga-Kurs bei der vhs Regionalverband Saarbrücken. Nach meiner dreijährigen Ausbildung zum Yogalehrer habe ich den Yoga-Kurs, an dem ich bis dahin teilgenommen hatte, als Dozent übernommen. Yoga kann lebenslang gelernt und praktiziert werden. Dementsprechend bilde ich mich stetig weiter. Meine gewonnenen Erfahrungen möchte ich in meinen Kursen weitergeben. «

Abendkurse

World Jumping® Trampolin – Training für alle ab 16 Jahren

Bei lustigen Luftsprüngen auf der nur ein Meter breiten Sprungmatte des Trampolins werden die Muskulatur, das Koordinationsvermögen und der Geist gefordert. Jumping Fitness ist abwechslungsreich, der Spaßfaktor ist groß schnelle und langsame Bewegungen und Sprünge werden miteinander verknüpft. Dieser Wechsel von Be- und Entlastung macht Jumping Fitness auch zu einem guten Herz-Kreislauf-Training.

Trainingszeiten/-ort:

Mi. 18:00 – 19:00 Uhr

Fr. 18:00 – 19:00 Uhr

Fr. 19:00 – 20:00 Uhr

Albert-Schweitzer-Schule

Abendkurs

Jazzgymnastik für alle ab 16 Jahren

Trainingszeiten/-ort

Mi. 19:00 – 20:00 Uhr

Albert-Schweitzer-Schule

Vormittagskurse

Präventionskurs für versicherte Erwachsene

Bei dem Präventionskurs handelt es sich um ein gerätegestütztes Muskelkräftigungstraining, welches durch freie Übungen (Gymnastik, Beweglichkeit, etc.) ergänzt wird. Bei dem Training werden die Teilnehmenden systematisch an ein individuell angepasstes Krafttraining herangeführt, das auf aktuellen sportwissenschaftlichen und trainingsphysiologischen Erkenntnissen beruht. Die Trainingsintensität kann stufenweise an die Teilnehmenden angepasst werden, um Überlastungen zu vermeiden und einen sicheren, gesundheitsorientierten Trainingsfortschritt zu gewährleisten. Im Mittelpunkt

steht die Kräftigung der großen Muskelgruppen des Bewegungsapparates sowie die Ansteuerung der Tiefenmuskulatur, zur Steigerung der alltagsrelevanten Muskelkraft, Verbesserung der Körperhaltung und Reduktion körperlicher Beschwerden. Das Training soll die Teilnehmenden zu einem, gesundheitsorientierten und selbstständigen Training befähigen.

Mi. 11:00 – 12:00 Uhr

ab 11.03.2026, 10 Termine

Bodycheck GmbH, Saarbrücker Str. 231 –

233, 66125 Saarbrücken

Anmeldung nur bei Bodycheck

Fon 06897 9193077

KOCHEN UND WEINSEMINARE

Abendkurs

Koreanische Küche – Streetfood

Wir bereiten die beliebten Klassiker Gimhap und Tteokbokki zu.

Bitte Bambusmatte mitbringen. Wir empfehlen Ihnen in den Kursen eine Schürze zu tragen und bitten Sie darum, Geschirrtücher und ein Spültuch mitzubringen. Zur Mitnahme nicht verzehrter Speisen können Sie gerne entsprechende Behälter bereithalten.

● Kurs 8868

Jung-Yeun Lee

Fr. 20.03.2026, 18:00 – 22:00 Uhr

Gemeinschaftsschule Dudweiler, Küche

EUR 36,00 (inkl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

Abendkurs

Fisch zubereiten – einfach und lecker

Fisch einmal anders: Filetieren, Entgräten, Entschuppen, Portionieren. Wir möchten Ihnen auf einfache Art und Weise zeigen, wie Fisch bearbeitet und zubereitet werden kann. Gemeinsam werden wir ein leckeres Fischgericht kochen. In jedem

Dozentinnen und Dozenten



HANS-JÜRGEN FUCK-FEIX

» Als langjähriger Mitarbeiter bei Globus Gündingen konnte ich viel Erfahrung in der Verarbeitung von Wild, Fisch und Geflügel sammeln. Da ich privat mit großer Leidenschaft koche, gebe ich mein Wissen sehr gerne an Interessierte weiter. In meinem vhs Kurs möchte ich mit einfachen und leckeren Rezepten sowie den dazugehörigen Techniken, den Teilnehmenden die Freude an Fischgerichten vermitteln. «

Termin ist das Hauptthema eine andere Fischart (z. B. ganzer Lachs, Forelle, Kabeljaufilet, Seelachsfilet, Seezunge). Viel Spaß beim Mitmachen.

Bitte Schürze, eigene Messer, Geschirrhandtücher und Behälter für Reste mitbringen.

● Kurs 8869

Hans-Jürgen Fuck-Feix, Fachmann in der Verarbeitung von Wild/Fisch/Geflügel

Di. 17:30 – 20:30 Uhr

10.03.2026, 21.04.2026, 05.05.2026,

26.05.2026, 09.06.2026

Gemeinschaftsschule Dudweiler, Küche
EUR 145,00 (inkl. EUR 60,00 Lebensmittelkosten /EUR 12,00 je Termin)

Abendkurs

Weinreise durch deutsche Weinbauregionen

Es werden 8 Weine verkostet. Dazu wird Brot und Wasser gereicht.

● Kurs 8870

Dirk Himbert, Weinsommelier IHK

Mi. 18.03.2026, 17:00 – 19:00 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler, Bezirksratssaal
EUR 37,00 (inkl. Umlage von EUR 27,00 für Weine)

Abendkurs

Weinreise durch Frankreich

Es werden 8 Weine verkostet. Dazu wird Brot und Wasser gereicht.

● Kurs 8871

Dirk Himbert, Weinsommelier IHK

Mi. 15.04.2026, 17:00 – 19:00 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler, Bezirksratssaal
EUR 37,00 (inkl. Umlage von EUR 27,00 für Weine)

Abendkurs

Weinreise durch Italien

Es werden 8 Weine verkostet. Dazu wird Brot und Wasser gereicht.

● Kurs 8872

Dirk Himbert, Weinsommelier IHK

Mi. 20.05.2026, 17:00 – 19:00 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler, Bezirksratssaal
EUR 37,00 (inkl. Umlage von EUR 27,00 für Weine)

Abendkurs

Rebsorten im Vergleich

Es werden 8 Weine verkostet. Dazu wird Brot und Wasser gereicht.

● Kurs 8873

Dirk Himbert, Weinsommelier IHK

Mi. 24.06.2026, 17:00 – 19:00 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler, Bezirksratssaal
EUR 37,00 (inkl. Umlage von EUR 27,00 für Weine)

Abendkurs

Weingut Löwenthal – Eschbach bei Landau – südliche Weinstraße Pfalz

Nach einem kurzen Einstieg in die Sensorik (mit schwarzen Weingläsern typische Weinaromen erkennen) um die „Sinne zu schärfen“, werden 8 Weine vom Weingut Löwenthal zur Verkostung angeboten.

● Kurs 8874A

Florian Hubig, diplomierter Weinprofi, WSET Level 4 – Diploma of Wine

Do. 02.04.2026, 17:00 – 19:00 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler, Bezirksratssaal
EUR 35,00 (inkl. Umlage von EUR 25,00 für Weine)

Abendkurs

● Kurs 8874B

Florian Hubig, diplomierter Weinprofi, WSET Level 4 – Diploma of Wine

Do. 28.05.2026, 17:00 – 19:00 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler, Bezirksratssaal
EUR 35,00 (inkl. Umlage von EUR 25,00 für Weine)

Dozentinnen und Dozenten



DIRK HIMBERT
IHK geprüfter Sommelier

» Ich kann von mir behaupten, dass ich mein Hobby zum Beruf gemacht habe!

Seit über 30 Jahren beschäftige ich mich beruflich mit dem Thema Wein.

Genuss und Leidenschaft gehören für mich zusammen.

Und genau dies kann ich bei meiner täglichen Arbeit ausleben... als Sommelier im Globus Saarbrücken-Güdingen.

In meiner langjährigen Betriebszugehörigkeit durfte ich zahlreiche Seminare und Weiterbildungsmöglichkeiten nutzen, bis hin zum IHK Sommelier im Jahr 2012. Dieses Wissen möchte ich gerne mit WeinliebhaberInnen und denen, die es werden wollen, teilen. «

Abendkurs

● Kurs 8874C

**Florian Hubig, diplomierter Weinprofi,
WSET Level 4 – Diploma of Wine**

Do. 25.06.2026, 17:00 – 19:00 Uhr
Bürgerhaus Dudweiler, Bezirksratssaal
EUR 35,00 (inkl. Umlage von EUR 25,00 für
Weine)

Abendkurs

● Kurs 8874D

**Florian Hubig, diplomierter Weinprofi,
WSET Level 4 – Diploma of Wine**

Do. 20.08.2026, 17:00 – 19:00 Uhr
Bürgerhaus Dudweiler, Bezirksratssaal
EUR 35,00 (inkl. Umlage von EUR 25,00 für
Weine)

SPORTBOOTFÜHRERSCHEIN

Die folgenden Veranstaltungen sind
Kooperationsveranstaltungen der vhs
Dudweiler mit dem S.A.L.T. Yacht GmbH



Anmeldungen nur über S.A.L.T. Yacht GmbH
unter Fon 0681 9670769,
www.saltyacht.com.

Abendkurs

**Sportbootführerschein Binnen Motor
bzw. Binnen Motor + Segeln**

Beim Binnen-Motor- und Segelkurs kann
die weitere Segeltheorie und -praxis jedes
Wochenende am Bostalsee durchgeführt
werden.

● Kurs 8875

Thomas Scherer

Di. 18:30 – 21:30 Uhr
ab 10.03.2026, 3 Termine
Gemeinschaftsschule Dudweiler
12 UST, EUR 299,00 (+ Prüfungsgebühr +
zzgl. EUR 25,00 pro Segelstunde)

Abendkurs

Sportbootführerschein See

● Kurs 8876

Petra Loser

Do. 18:30 – 21:30 Uhr
ab 12.03.2026, 6 Termine
Gemeinschaftsschule Dudweiler
24 UST, EUR 399,00 (Prüfungsgebühr)

Abendkurs

**Kombination See/Binnen
oder Binnen/See**

Bei Belegung der Kurse Binnen und See –
oder umgekehrt – in Folge erlassen wir
EUR 199,00 für die praktische Ausbildung,
da ein Prüfungsteil entfällt. Informationen
bei S.A.L.T. Yacht GmbH unter Fon 0681
9670769 (www.saltyacht.com).

● Kurs 8877

S.A.L.T. Yacht GmbH

Termine s. oben
36 UST, EUR 499,00

Dozentinnen und Dozenten



FLORIAN HUBIG

**Nationaler Verkaufsleiter Weingut
Löwenthal**

» Schon zu Beginn meiner beruflichen
Laufbahn war das Interesse
an Wein geweckt. Heute liegt der
Schwerpunkt bei der Betreuung
des LEH, Getränkeabholmärkte,
-fachgroßhandel mit angeschl.
Gastronomie sowie Durchführung
von Kundenevents mit Weinreisen
für alle Sinne.

Was mir an meinen Seminaren
wichtig ist: Ich möchte euch
in die Welt des Weines miteintau-
chen lassen und dies auf einer
„einfachen und nahbaren Basis“. Unsere
Weinreise soll für euch alle
verständlich sein, mit entspre-
chenden Hintergrundinformationen
zur Weinproduktion und zur Frage
„Warum schmeckt der Wein so wie
er schmeckt“. <<

Örtliche Leiterin

**Judith Wiesen***Örtliche Leiterin*

Tannenstraße 2
66129 Saarbrücken
Fon 06805 942477
Mobil 0178 7417613
khj.wiesen@web.de

Anmeldung und Service

**Crocetta Sajja***Sachbearbeiterin*

Altes Rathaus, Zi. 18
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4381
Fax 0681 506-4393
crocetta.sajja@rvsbr.de

Unterrichtsorte

- **Gemeindezentrum Gündingen**
(ehemaliges Rathaus)
vhs-Raum, 1. Etage
Saargemünder Str. 161
66130 Saarbrücken
- **Kultur- und Lesetreff Brebach**
Saarbrücker Str. 62, 1. Etage
66130 Saarbrücken
- **Pavillonbau gegenüber der Festhalle**
66132 Bischmisheim
- **Bübinger Treff in der Holzäppelhalle**
Moselstraße/Ecke Rebenstraße
66129 Saarbrücken-Bübingen
- **Alte Grundschule Eschringen**
Andreas-Kremp-Str. 31
66130 Saarbrücken
- **Sportlerheim**
am Fußballplatz Fechingen
Am Südhang
66130 Saarbrücken

**Jennifer Rück***Koordination Örtl. vhs*

Altes Rathaus, Zi. 18
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4380
Fax 0681 506-4393
jennifer.rueck@rvsbr.de



v.l.n.r. Judith Wiesen, Örtliche Leiterin vhs Halberg, Hans-Werner Franzen, Örtlicher Leiter vhs-Großselseln, Nicole Boissier, vhs-Direktorin Regionalverband Saarbrücken, Romano Marceddu, Örtlicher Leiter vhs-Püttlingen und Stefan Kees, Örtlicher Leiter vhs-Quierschied

BISCHMISHEIM

Tanzen

Abendkurs

Line Dance (EinsteigerInnen)

Line Dance wird in Linien neben- und hintereinander getanzt und ist kein Paartanz. Ursprünglich war Line Dance ein Western- tanz, wird aber nicht nur zu Country Music getanzt.

● Kurs 8302

Renate Kunzler

Mi. 18:00 – 19:00 Uhr

ab 11.03.2026, 8 Termine

Pavillonbau gegenüber Festhalle, Bischmisheim

11 UST, EUR 39,00

Abendkurs

Line Dance (Fortgeschrittene)

● Kurs 8303

Renate Kunzler

Mi. 19:00 – 20:00 Uhr

ab 11.03.2026, 8 Termine

Pavillonbau gegenüber Festhalle, Bischmisheim

11 UST, EUR 39,00

BREBACH

Heimatgeschichte/Heimatkultur

Abendkurs

Geschichtswerkstatt Brebach

Die Arbeit der Geschichtswerkstatt umfasst Literatur- und Archivrecherchen, Ausstellungen und Veröffentlichungen. Die Geschichtswerkstatt verfügt über ein umfangreiches Fotoarchiv und gibt jährlich einen Kalender zur Ortsgeschichte heraus. Außerdem erscheint regelmäßig ein Beitrag zur Geschichte Brebachs in der Stadtteilzeitung „Schmelztiegel“. Die Geschichtswerkstatt trifft sich in der Regel am zweiten Dienstag jeden Monats.

Informationsabend: Di. 10.03.2026, 18:00 Uhr, Kultur- und Lesetreff Brebach

● Kurs 8307

Harald Glaser, Geschichtswerkstatt Brebach

Am 2. Dienstag im Monat um 18:00 Uhr Kultur- und Lesetreff Brebach 24 UST, gebührenfrei

Veranstaltungen in Kooperation mit dem Kultur- und Lesetreff Brebach

Länder und Kulturen

Vortrag

Wir Nachkriegs – Kinder

Erinnerungen an eine unbeschwerte Kindheit und Jugend

Facettenreich und unangestrengt berichtet Hans Bollinger in einem fast heiteren Erzählton die Erinnerungen an seine Kindheit in seinem Heimatdorf, dem saarländischen Wörschweiler, die er in seinem jüngst erschienenen Buch niedergeschrieben hat.

● Kurs 8311

Hans Bollinger

Mo. 27.04.2026, 10:30 – 12:00 Uhr Kultur- und Lesetreff Brebach gebührenfrei

Anmeldung erforderlich bei Dominik Wetzig unter Fon 0681 872641

Filmvortrag

Kanadische Rocky Mountains

Von Calgary über Banff und Jasper führt die Reise des Autors bis tief hinein in die verschiedenen Nationalparks der Rocky Mountains. Berge, Seen und Wasserfälle wechseln einander ab, aber auch wieder belebte Orte aus der Zeit des Goldrauschs werden besucht. Ein Videofilm in Großprojektion, bei dem die Liebhaber unverfälschter Natur voll auf ihre Kosten kommen!

● Kurs 8313

Holger Lohmann

Do. 07.05.2026, 19:00 – 21:15 Uhr

Kultur- und Lesetreff Brebach gebührenfrei

Anmeldung erforderlich bei Dominik Wetzig unter Fon 0681 872641

Vortrag

Die Erbsenprinzessin – Ein Märchen sehr frei nach Hans Christian Andersen

Wie erkennt man eine wahre Prinzessin? Denn nur eine solche will Prinz Ferdinand zur Frau nehmen. Seine Mutter, die Königin, hat da so ihre eigenen Vorstellungen. Eine kleine grüne Kugel spielt die entscheidende Rolle. Ein Koffertheater von und mit Charlotte Ebert und Astrid Lorig.

● Kurs 8317

Charlotte Ebert/Astrid Lorig

Mo. 18.05.2026, 10:30 – 12:00 Uhr

Kultur- und Lesetreff Brebach gebührenfrei

Anmeldung erforderlich bei Dominik Wetzig unter Fon 0681 872641

BÜBINGEN

Veranstaltungen in Kooperation mit dem Kulturverein Bübingen e.V. im Rahmen des Lesefrühstücks

Lesung

Ruth Rousselanges lyrische Leckerbissen und neue Erzählungen

Autorin und Rezensentin Ruth Roussellange stellt ihren neuen Gedichtband „Abgesang auf Paarhufer“ (edition raber 2025) vor und zelebriert in ihrer Lesung Gedichte und neue Erzählungen als frisch-freudiges Ereignis:

Fehlgeleitete Frösche, lebensmüde Rehe, vergessene Schreibmaschinen und rabiate Aschenputtel, hyperbolische Katzen und traurige Glühbirnen usw. Viel Kurioses, Komisches und Nachdenkliches. Titel haben ihre Gedichte keine, man stürzt sich wagemutig hinein und schaut was da kommen mag: Am Schluss garantiert ein Dreh, ein Kniff, eine Überraschung. Unverschämten Spaß machen Ruth Rousselanges Gedichte, denn sie spielen mit dem Unerwarteten.

Auf Vorbestellung kann um 9:00 Uhr ein Frühstück zum Preis von EUR 8,50 eingenommen werden.

● Kurs 8321

Ruth Roussellange

Di. 10.03.2026, 09:30 – 11:00 Uhr
Bübinger Treff in der Holzäppelhalle
EUR 5,00 (Barkasse vor Ort)

Für Mitglieder des Kulturvereins Bübingen kostenfrei.

Anmeldung sowohl für Teilnahme als auch für Frühstück erforderlich bis Do. 05.03.2026 bei Rita Becker unter Fon 0176 66669656

Vortrag

Inspiration Südsee

Die pazifischen Inseln übten schon immer einen Reiz auf Schriftsteller und Künstler aus. Die Aufenthalte, Eindrücke und Erfahrungen dort beeinflussten ihre Werke, seien es Romane oder Gemälde. Mit vielen Bildern wird dies an den Beispielen von Melville, Gauguin, Stevenson, London und Nolde belegt. Die Südseeaufenthalte dieser bekannten Maler und Schriftsteller bilden den Schwerpunkt der vorgestellten Lebensläufe, und der Einblicke in ihr Werk. Historische und politische Bezüge runden das Thema ab.

Auf Vorbestellung kann um 9:00 Uhr ein Frühstück zum Preis von EUR 8,50 eingenommen werden.

● Kurs 8323

Werner Michaltzik

Di. 14.04.2026, 09:30 – 11:00 Uhr
Bübinger Treff in der Holzäppelhalle
EUR 5,00 (Barkasse vor Ort)

Für Mitglieder des Kulturvereins Bübingen kostenfrei.

Anmeldung sowohl für Teilnahme als auch für Frühstück erforderlich bis Do. 09.04.2026 bei Rita Becker unter Fon 0176 66669656

Lesung

Kuchen, Chaos, Kommissare

Ein Fall für Jenny und Oma Käthe

Kriminell chaotisch, gnadenlos witzig – Jenny lässt nichts anbrennen. In 2013 und 2014 gewann Elke Schwab beide Male den Saarländischen Autorenpreis in der Kategorie „Krimi“ auf der Saarländischen Buchmesse „HomBuch“ und in 2016 den „HomBuch-Publikumspreis“ ebenfalls in der Sparte „Krimi“.

Auf Vorbestellung kann um 9:00 Uhr ein Frühstück zum Preis von EUR 8,50 eingenommen werden.

Dozentinnen und Dozenten



WERNER MICHALTZIK

» Jahrgang 1952, pensionierter Polizeibeamter, reist gerne und liest viel, mehrsprachig, sammelt unnützes, aber dennoch interessantes Wissen, das er gerne in Vorträgen weitergibt. «



● **Kurs 8324**

Elke Schwab, saarl. Buchautorin

Di. 12.05.2026, 09:30 – 11:00 Uhr

Bübinger Treff in der Holzäppelhalle

EUR 5,00 (Barkasse vor Ort)

Für Mitglieder des Kulturvereins Bübingen kostenfrei.

Anmeldung sowohl für Teilnahme als auch für Frühstück erforderlich bis

Do. 07.05.2026 bei Rita Becker unter

Fon 0176 66669656

Lesung

Herr von Ribbeck und die Birnen

Ein Tischtheater von und mit Charlotte Ebert und Astrid Lorig.

Auf Vorbestellung kann um 9:00 Uhr ein Frühstück zum Preis von EUR 8,50 eingenommen werden.

● **Kurs 8325**

Charlotte Ebert/Astrid Lorig

Di. 09.06.2026, 09:30 – 11:00 Uhr

Bübinger Treff in der Holzäppelhalle

EUR 5,00 (Barkasse vor Ort)

Für Mitglieder des Kulturvereins Bübingen kostenfrei.

Anmeldung sowohl für Teilnahme als auch für Frühstück erforderlich bis

Do. 04.06.2026 bei Rita Becker unter

Fon 0176 66669656

Vortrag

In Mundart – aber nicht nur!

Weitere, heitere Texte aus eigener und fremder Feder zum Schmunzeln, aber auch zum Nachdenken. Der Vortrag macht immer wieder Freude.

Auf Vorbestellung kann um 9:00 Uhr ein Frühstück zum Preis von EUR 8,50 eingenommen werden.

● **Kurs 8326**

Stefan Klopp, Studienrat

Di. 14.07.2026, 09:30 – 11:00 Uhr

Bübinger Treff in der Holzäppelhalle

EUR 5,00 (Barkasse vor Ort)

Für Mitglieder des Kulturvereins Bübingen kostenfrei.

Anmeldung sowohl für Teilnahme als auch für Frühstück erforderlich bis

Do. 09.07.2026 bei Rita Becker unter

Fon 0176 66669656

ESCHRINGEN

Heimatgeschichte

Abendkurs

Arbeitsgruppe Geschichtswerkstatt

Ziel ist die Aufarbeitung der Alltagsgeschichte Eschringens.

● **Kurs 8330**

Wolfgang Arnold

Infoabend s. Tagespresse

Alte Grundschule Eschringen

Andreas-Kremp-Str. 31, 66130 SB

gebührenfrei

Informationen unter

wolfgang.arnold@pixelmovie.de oder

www.eschringen.de

FECHINGEN

In Kooperation mit dem Netzwerk –

Gute – Nachbarschaft (NGN) Fechingen

Mitmachvortrag

Gemeinsames Singen erheitert das Gemüt

Mit Gitarrenbegleitung wird dem guten, alten Volkslied gedacht und dabei sicherlich manche Erinnerung wach. Zum Mitsingen werden Liedtexte verteilt.

● **Kurs 8341**

Hans Bollinger

Do. 28.05.2026, 15:15 – 16:45 Uhr

Wittehof, Fechingen,

Bliesransbacherstr. 43, 66130 Saarbrücken

EUR 5,00 (Barkasse vor Ort)

Für Mitglieder des NGN kostenfrei.

Anmeldung erforderlich bei Renate Theobald unter Fon 06893 1802

Lesung

**Kuchen, Chaos, Kommissare
Ein Fall für Jenny und Oma Käthe**

Kriminell chaotisch, gnadenlos witzig – Jenny lässt nichts anbrennen. In 2013 und 2014 gewann Elke Schwab beide Male den Saarländischen Autorenpreis in der Kategorie „Krimi“ auf der Saarländischen Buchmesse „HomBuch“ und in 2016 den „HomBuch-Publikumspreis“ ebenfalls in der Sparte „Krimi“.

● **Kurs 8342**

Elke Schwab, saarl. Buchautorin

Do. 26.03.2026, 15:30 – 16:45 Uhr

Sportlerheim am Fußballplatz Fechingen,

Am Südhang, 66130 Saarbrücken

EUR 5,00 (Barkasse vor Ort)

Für Mitglieder des NGN kostenfrei.

Anmeldung erforderlich bei Renate

Theobald unter Fon 06893 1802

Mitmachvortrag

In Mundart – aber nicht nur!

Weitere, heitere Texte aus eigener und fremder Feder zum Schmunzeln, aber auch zum Nachdenken. Der Vortrag macht immer wieder Freude.

● **Kurs 8343**

Stefan Klopp, Studienrat

Do. 30.07.2026, 15:30 – 16:45 Uhr

Wittehof, Fechingen,

Bliesransbacherstr. 43, 66130 Saarbrücken

EUR 5,00 (Barkasse vor Ort)

Für Mitglieder des NGN kostenfrei.

Anmeldung erforderlich bei Renate

Theobald unter Fon 06893 1802

Natur und Umwelt

In Kooperation mit dem NABU Fechingen

Exkursion

Steinkauzbalz

Wanderung um Auersmacher. Hierbei lernen wir den Lebensraum und die Lebensweise der drittkleinsten Eule Europas kennen.

● Kurs 8351

Axel Hagedorn

Fr. 06.03.2026, 18:00 Uhr

Treffpunkt: Auersmacher,

Parkplatz Seniorenheim Barbarahöhe
gebührenfrei

Informationen und Anmeldung bei

Axel Hagedorn unter Mobil 0174 9503 523
bzw. Fon 06893 3701 oder Mail
nabu_axel_hagedorn@yahoo.de

Exkursion

Obstbaumveredelung

Verschiedene Möglichkeiten der Obstbaumveredelung werden an praktischen Beispielen gezeigt. Nach der Einführung kann sich jeder unter Anleitung im Veredeln üben. Es besteht eventuell die Möglichkeit an kleinen Wildlingen die Veredelung durchzuführen und den Baum mitzunehmen.

Termin findet auch bei Regen statt.

● Kurs 8352

Axel Hagedorn

Sa. 07.03.2026, 09:30 Uhr

Treffpunkt: Fechingen,

Parkplatz Schwimmbad,
direkt hinter der Brücke rechts
gebührenfrei

Informationen und Anmeldung bei

Axel Hagedorn unter Mobil 0174 9503 523
bzw. Fon 06893 3701 oder Mail
nabu_axel_hagedorn@yahoo.de

Natur und Umwelt in Kooperation mit
dem NABU Fechingen

Wochenendkurs

Sensedengel- und Mähkurs

Dengeln, Wetzen und Einstellen der Sense. Anschließend Mähübungen.

Findet auch bei Regen statt.

Wenn möglich Sense mitbringen.

● Kurs 8353

Axel Hagedorn

Sa. 11.04.2026, 09:30 Uhr

Treffpunkt: Fechingen,

Parkplatz Schwimmbad,
direkt hinter der Brücke rechts
gebührenfrei

Informationen und erforderliche

Anmeldung bei Axel Hagedorn unter Mobil
0174 9503 523 bzw. Fon 06893 3701 oder
Mail nabu_axel_hagedorn@yahoo.de

Exkursion

Im Revier der Feldlerche

Die Feldlerche ist eine der ersten Frühlingsboten. Schon im zeitigen März macht sie durch ihren typischen Gesang, ein anhaltendes Trällern und Zwitschern, auf sich aufmerksam. Gute Bedingungen findet sie auf dem Auersmacher Feld.

● Kurs 8354

Axel Hagedorn

So. 12.04.2026, 14:30 Uhr

Treffpunkt: Auersmacher,

Parkplatz Seniorenheim Barbarahöhe
gebührenfrei

Informationen und Anmeldung bei

Axel Hagedorn unter Mobil 0174 9503 523
bzw. Fon 06893 3701 oder Mail
nabu_axel_hagedorn@yahoo.de

Dozentinnen und
Dozenten



AXEL HAGEDORN

NABU Gruppe

Fechingen-Kleinblittersdorf

» Mein Name ist Axel Hagedorn und bin 78 Jahre alt und wohne in Fechingen. Seit meiner Kindheit habe ich mich für die Natur interessiert. 1981 haben wir die NABU Gruppe Fechingen-Kleinblittersdorf gegründet und ich bin seit 1982 Erster Vorsitzender. Bis zu meiner Verabschiedung 2012 in den „Unruhestand“ war ich als Vermessungsamtsrat beim Vermessungsamt der Stadt beschäftigt. In meiner Freizeit arbeite ich ehrenamtlich für den Naturschutz. Mit einigen Helfern versuchen wir den Lebensraum für unsere heimische Fauna und Flora zu erhalten bzw. neue Lebensräume zu schaffen. <<

Exkursion**Imkerei**

Im Rahmen der Besichtigung eines NABU-Imkerstandes von Jean Mas werden Interessierte sachkundig über die Bienenhaltung und -zucht, sowie Honiggewinnung über insektenfreundliche Pflanzen im Garten und vieles andere informiert.

● **Kurs 8355****Axel Hagedorn**

Sa. 25.04.2026, 14:00 Uhr

Treffpunkt: Fechingen,
Parkplatz Schwimmbad,
direkt hinter der Brücke rechts
gebührenfrei

Informationen und erforderliche

*Anmeldung bei Axel Hagedorn unter Mobil
0174 9503 523 bzw. Fon 06893 3701 oder
Mail nabu_axel_hagedorn@yahoo.de*

Exkursion**Vogelstimmenwanderung**

Etwa 2 – 3 stündige Wanderung durch verschiedene Lebensräume.

*Bitte festes Schuhwerk anziehen. bzw.
Gummistiefel.*

● **Kurs 8356****Axel Hagedorn**

So. 03.05.2026, 08:00 Uhr

Treffpunkt: Fechingen,
Parkplatz Schwimmbad,
direkt hinter der Brücke rechts
gebührenfrei

Informationen und erforderliche

*Anmeldung bei Axel Hagedorn unter Mobil
0174 9503 523 bzw. Fon 06893 3701 oder
Mail nabu_axel_hagedorn@yahoo.de*

Exkursion**Naturkundliche Wanderung**

Wanderung durch verschiedene Lebensräume unserer Kulturlandschaft und Kennenlernen der hier vorkommenden Tier- und Pflanzenwelt (Orchideen u.a.). Dauer etwa 3 – 4 Stunden.

● **Kurs 8357****Axel Hagedorn**

So. 17.05.2026, 09:30 Uhr,

Dauer ca. 3 – 4 Stunden

Treffpunkt: Fechingen,
Parkplatz Schwimmbad,
direkt hinter der Brücke rechts
gebührenfrei

Informationen und erforderliche

*Anmeldung bei Axel Hagedorn unter Mobil
0174 9503 523 bzw. Fon 06893 3701 oder
Mail nabu_axel_hagedorn@yahoo.de*

Exkursion**Tagesfahrt Welterbe Grube Messel**

Grubenwanderung und Besichtigung im Besucherzentrum. Auf diesem Rundweg durch die Grube Messel wird veranschaulicht, wie der Ölschiefer und die darin eingeschlossenen Fossilien entstanden sind. Der Weg führt 60 Höhenmeter hinab bis zur tiefsten Grubensohle an den Ort, an dem 2001 eine Forschungsbohrung durchgeführt wurde. An einer Ausgrabungsstelle besteht die Möglichkeit Ölschieferstücke aus der Halde auf Fossilien zu untersuchen und Originalfossilien zu sehen. Außerdem wird anhand eines Abdrucks und Modells eines Urpferdes kurz die Evolution der Pferde erläutert.

● **Kurs 8358****Axel Hagedorn**

Sa. 13.06.2026, Abfahrt 09:30 Uhr

Treffpunkt: Fechingen, Parkplatz an der Römerapotheke in Fahrgemeinschaften
gebührenfrei

Informationen und erforderliche

*Anmeldung bei Axel Hagedorn unter Mobil
0174 9503 523 bzw. Fon 06893 3701 oder
Mail nabu_axel_hagedorn@yahoo.de
Marschverpflegung mitnehmen.
Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!*

Exkursion**Tagesfahrt Wildpark-Falknerei
Pötzberg**

Weitläufig kann durch den Wildpark gewandert werden. Vorführung der Greifvögel um 12:00 Uhr und 15:00 Uhr.

● **Kurs 8359****Axel Hagedorn**

So. 05.07.2026, Abfahrt 10:30 Uhr

Treffpunkt: Fechingen, Parkplatz an der Römerapotheke in Fahrgemeinschaften
gebührenfrei

Informationen und erforderliche

*Anmeldung bei Axel Hagedorn unter Mobil
0174 9503 523 bzw. Fon 06893 3701 oder
Mail nabu_axel_hagedorn@yahoo.de*

Exkursion**Heuschrecken**

Suche nach den Verwandten von Flip, dem Grashüpfer. Auf einer 1,5 bis 2-stündigen Begehung auf dem Gebberg bei Fechingen sollen Heuschrecken gehört, gefunden und genauer betrachtet werden. *Bitte an festes Schuhwerk und Getränke denken.*

● **Kurs 8360****Jean Mas/Axel Hagedorn**

So. 23.08.2026, 14:00 Uhr

Treffpunkt: Fechingen,
Parkplatz Schwimmbad,
direkt hinter der Brücke rechts
gebührenfrei

Informationen und erforderliche

*Anmeldung bei Axel Hagedorn unter Mobil
0174 9503 523 bzw. Fon 06893 3701 oder
Mail nabu_axel_hagedorn@yahoo.de*

Exkursion**Lebensraum Fließgewässer**

Wanderung entlang des Fechinger Baches. Kennenlernen der bachbegleitenden Bäume und Sträucher und deren ökologische Bedeutung. Biologische Gewässeruntersuchung.

Bitte Gummistiefel mitbringen. Für Kinder besonders geeignet.

Ersatzkleider für Kinder bitte mitbringen.

● **Kurs 8361**

Axel Hagedorn

So. 06.09.2026, 09:30 Uhr

Treffpunkt: Fechingen,

Parkplatz Schwimmbad,

direkt hinter der Brücke rechts

gebührenfrei

Informationen und erforderliche

Anmeldung bei Axel Hagedorn unter Mobil

0174 9503 523 bzw. Fon 06893 3701 oder

Mail nabu_axel_hagedorn@yahoo.de

GÜDINGEN**FREMDSPRACHEN****Französisch****Nachmittagskurs****Französisch Konversation**

„On discute des thèmes variés et actuels dans une ambiance décontractée.“

Angesprochen werden aktuelle Themen und Landeskunde in lockerer Atmosphäre. Kein Lehrbuch erforderlich.

● **Kurs 8371**

Chantal Nicolay

Di. 15:00 – 16:30 Uhr

ab 10.03.2026, 10 Termine

Gemeindezentrum Gündingen,

kl. vhs-Raum Nr. 12, 1. Etage

20 UST, EUR 57,00 (42,50)

Dozentinnen und Dozenten**CHANTAL NICOLAY**

Dozentin Französisch

» Nach dem Studium der Romanistik und Germanistik und einem Jahr als Assistentin in Zweibrücken habe ich in der Touristikbranche und parallel dazu an verschiedenen vhs angefangen zu unterrichten. Bis heute unterrichte ich an der vhs und arbeite auch als Prüferin für DELF (Diplôme d'Etudes en langue française).

Meine Muttersprache versuche ich in einer entspannten Atmosphäre, interaktiv und kurzweilig zu vermitteln. Dabei entsteht eine positive Gruppendynamik mit interessanten Debatten über das tägliche Leben und die aktuellen Ereignisse und einem Austausch von Reise- und Kulturtipps. Sprechen(lernen) steht bei mir an erster Stelle.

Mein Motto ist: *Mieux comprendre la France, les Français et LE français.* «



Lange Nacht der **DEMOKRATIE**

Mitmachen. Mitreden. Mitgestalten.

In Kooperation mit:



und vielen weiteren

Demokratie lebt vom Mitmachen – und genau darum geht es bei der **Langen Nacht der Demokratie am 2. Oktober 2026**. Einen Abend lang wird Demokratie kreativ, interaktiv und offen für alle erlebbar.

Geplant sind vielfältige Mitmachaktionen: Von Workshops über Spiele und Kunstaktionen bis hin zu Diskussionen und kreativen Experimenten.

Im Mittelpunkt stehen Engagement, Austausch und aktive Beteiligung.

Mitmachen ausdrücklich erwünscht.

Sie möchten eine Mitmachaktion anbieten?

Schreiben Sie uns: vhsinfo@rvsbr.de



Örtliche Leitung



Nicole Boissier
vhs-Direktorin
 Altes Rathaus, Zi. 39
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4300
 Fax 0681 506-4390
 nicole.boissier@rvsbr.de

Anmeldung und Service



Jennifer Rück
Koordination Örtl. vhs
 Altes Rathaus, Zi. 18
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4380
 Fax 0681 506-4393
 jennifer.rueck@rvsbr.de



Crocetta Sajia
Sachbearbeiterin
 Altes Rathaus, Zi. 18
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4381
 Fax 0681 506-4393
 crocetta.sajia@rvsbr.de

Unterrichtsorte

- Volkshaus Gersweiler
 Seniorenraum
 Kirchenstr. 1
 66128 Saarbrücken-Gersweiler
- Katharine-Weisgerber-Gemeinschafts-
 schule Gersweiler
 Krughütter Str. 94
 66128 Saarbrücken-Gersweiler
- Katharine-Weisgerber-Gemeinschafts-
 schule Klarenthal
 Hauptstr. 53
 66127 Saarbrücken-Klarenthal
- Förderschule Altenkessel
 In den Graspärten 14
 66126 Saarbrücken-Altenkessel
- Grundschule Klarenthal
 Hauptstr. 53
 66127 Saarbrücken

BEWEGUNG

Tanzen

Nachmittagskurs

Tanzen im Sitzen neu erleben

Wenn die Füße nicht mehr flitzen, tanzen wir im Sitzen. Unter diesem Motto richtet sich dieser Kurs an alle die gerne tanzen und sich nach Musik bewegen, gerne in Gesellschaft sind und Spaß an Rhythmus und Musik haben. Tanzen im Sitzen fördert die Erhaltung und Verbesserung körperlicher Leistungsfähigkeit, trainiert die Koordination und das Gedächtnis. Das Bewegungsangebot und die Musikauswahl ist vielfältig. Im Vordergrund steht die Freude am Tanzen. In kleinen Bewegungspausen wird das Gedächtnis gefördert. Der Kurs ist für Menschen jeden Alters und jeglicher Mobilität geeignet.

● Kurs 8601

Karin Haupt, Tanzleiterin

Mi. 11.03.2026, 14:45 – 16:15 Uhr
Volkshaus Gersweiler, Seniorenraum
Kirchenstr. 1, 66128 Saarbrücken
EUR 8,00

Führung

Klarenthal im Wandel der Zeiten

Im Jahre 1662 erlaubte Graf Gustav Adolph von Nassau-Saarbrücken einer Anzahl von Glasmachern in der Nähe von Gersweiler eine Glashütte zu gründen. Er nannte die Siedlung nach seiner Ehefrau Eleonore Clara von Hohenlohe, Clarenthal. Nach dem Untergang der Glashütte entwickelte sich der Ort zu einem Bauerndorf. Erst im 19. Jahrhundert kamen Industrieansiedlungen wie Ziegelhütten, Backsteinfabrik und Bergbau hinzu. Bei unserem Rundgang gehen wir auf Entdeckungsreise, was sich in über 350 Jahren im Ortsbild verändert hat.

● Kurs 8630

Karl-Ernst Kugler, zertifizierter Gästeführer

Sa. 16.05.2026, 14:30 – 16:30 Uhr
Treffpunkt: Rewe-Markt in Klarenthal
EUR 5,00

Führung

Gersweiler im Wandel der Zeiten

Das Dorf Aschbach wird zum ersten Mal im Jahre 1252 urkundlich erwähnt. Somit konnte der Stadtteil Gersweiler im Jahre 2002 sein 750jähriges Bestehen feiern. Gersweiler hat sich bereits seit dem Mittelalter bis in unsere heutige Zeit zu einem Industriebauerndorf entwickelt. Glas- und Steingutbetriebe, Ziegeleien, Krugbäcker, Handelsbetriebe, Handwerker wie z. B. Schumacher, Bäcker und viele andere haben sich in Gersweiler und in seinen Ortsteilen niedergelassen. Wie hat sich Gersweiler im Laufe der Jahrhunderte verändert. Wir gehen auf Spurensuche.

● Kurs 8631

Karl-Ernst Kugler, zertifizierter Gästeführer

Sa. 05.09.2026, 14:30 – 16:30 Uhr
Treffpunkt: Rathaus Gersweiler
EUR 5,00

LANDESKUNDE

Filmvortrag

Ecuador – Avenida de Vulcanos

Der Videofilm in Großprojektion zeigt sowohl die Hauptstadt Quito als auch die ländlichen Märkte sowie die grandiosen Landschaften der südamerikanischen Hoch-Anden, wobei der „Bilderbuchvulkan“ Cotopaxi und der ebenso berühmte Chimborazzo im Mittelpunkt stehen.

● Kurs 8640

Holger Lohmann

Mo. 16.03.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Katharine-Weißgerber-Schule Klarenthal,

Kursraum E.04

Hauptstr. 53,
66127 Saarbrücken-Klarenthal
EUR 5,00

TEXTILES GESTALTEN

Nähen

Abendkurs

Nähen macht Spaß – Nähkurs für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Nähen liegt wieder im Trend. Es ist nicht nur hilfreich, kleinere Reparaturen selbst anzugehen, es macht auch großen Spaß, kreativ zu sein, neue Teile zu nähen, wie z. B. Garderobekostüme, und darauf stolz zu sein. Außerdem kann man nach dem Kurs ganz bequem zuhause nähen und sich entfalten. Nähen lernen und Nähen selbst lohnt sich auf jeden Fall und es ist sehr lehrreich, von einem Profi so manchen Trick zu erfahren.

Mitzubringen sind: Nähmaschine (mit Zubehör, z.B. Spulen, Nähgarn), Verlängerungskabel, Stoff, Bandmaß und Schere.

● Kurs 8620

Othman Mohamad, Schneider

Di. 19:00 – 21:15 Uhr
ab 24.03.2026, 12 Termine
Förderschule Altenkessel
In den Grasgärten 14, 66126 Saarbrücken
36 UST, EUR 86,00

Abendkurs

Nähen macht Spaß – Nähkurs für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

● Kurs 8621

Othman Mohamad, Schneider

Mi. 19:00 – 21:15 Uhr
ab 25.03.2026, 12 Termine
Förderschule Altenkessel
In den Grasgärten 14, 66126 Saarbrücken
36 UST, EUR 86,00

Veranstaltungsreihe „Wurm & Garten“
Wurmfarmen leisten einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz: Der dort produzierte Humus bindet Kohlenstoff, erhöht die Wasserspeicherfähigkeit des Bodens und bildet eine zentrale Grundlage für gesundes Pflanzenwachstum. In drei Kursen vermittelt Conrad Schäfer praxisnah, wie man eine Wurmbox für den Hausgebrauch baut und betreibt, spricht über alte und neue, überraschende Erkenntnisse aus der Wurmforschung und erklärt die Grundlagen der Kompostierung, des Bodennahrungsnetzes sowie die Anwendung von Wurmhumus und verwandten Produkten in Topf, Beet und Garten. Eine Box mit Würmern in ihrem natürlichen Habitat ist immer dabei. Sie wirken!

Vortrag

Die DIY-Wurmbox da ist der Wurm drin

Küchenabfall wird zu Dünger, der Koch/ die Köchin zum Farmer/zur Farmerin. In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie mit einfachen und kostengünstigen Materialien eine effiziente Wurmbox für Küche, Keller oder Terrasse bauen können. Bei guter Haltung können die Würmer (*Eisenia fetida*) bis zu fünf Jahre alt werden – und danken es Ihnen mit dem besten Dünger, den es gibt: Wurmhumus, auch bekannt als „Schwarzes Gold“. Sie erhalten: Praktisches Wissen rund um Wurmhaltung und Kompostierung, Einrichtungsmaßnahmen vor dem Wurmeinzug (es kommen 1000), Tipps zur Pflege und Nutzung, Futter und was Sie besser lassen sollten. Sie werden sicher auch Fehler machen, eine Notfallnummer verhindert die häusliche Krise.

● Kurs 9231A

**Conrad Schäfer, Wurmfarmer,
Unternehmer**

Mi. 11.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
Am Kirchberg 1, 66352 Großselseln
EUR 6,00

Vortrag

Der Wurm ist immer der Gärtner – Praktischer Leitfaden zum chemiefreien Gärtnern

Wo Regenwürmer leben, ist der Boden gesund. Wimmelt es im Garten nur so von ihnen, dann haben Sie beim Gärtnern vieles richtig gemacht. Was leistet der Wurm im Garten? Ausflug in die Rhizosphäre. Ton-Humus-Komplexe, der „Goldene Gral“ der Gärtnerin Wie kriege ich Würmer? Kaffeesatz und Melone, Kompost statt Blaukorn Das große Fressen. Was sind eigentlich Mikro- und Makroorganismen? Ausflug ins Bodennahrungsnetz (Soil Food Web) Wurmhumus, Wurmtee und Co. – Selbstversorger gärtnern mit Mikroben.

● Kurs 9231B

**Conrad Schäfer, Wurmfarmer,
Unternehmer**

Di. 17.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
Am Kirchberg 1, 66352 Großselseln
EUR 6,00

Exkursion

Besichtigung einer Wurmfarm

Vermikultur Live – Besichtigung und Einführung in die Arbeitsweise einer Wurmfarm in Saarbrücken-Gersweiler als klimaschutzrelevante Zukunftstechnologie (Wurmtee inklusive).

● Kurs 9231C

**Conrad Schäfer, Wurmfarmer,
Unternehmer**

Sa. 21.03.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
Treffpunkt: Wurmhaus Gersweiler,
Krughütter Str. 14, 66128 Saarbrücken
gebührenfrei

Vortrag

Darwins Freunde in der Unterwelt – Der Haken ist wirklich der Falsche

„Man kann wohl bezweifeln, ob es noch viele andere Tiere gibt, welche eine so bedeutende Rolle in der Geschichte der Erde gespielt haben, wie diese niedrig organisierten Geschöpfe.“ (Charles Darwin: Die Bildung der Ackererde durch die Tätigkeit der Würmer (1881), S. 177). Ausgehend von Darwin machen wir eine Reise zurück nach Pangäa und bis in die Zukunft, wo Würmer Mond und Mars erobern sollen. Daten, Mythen & Legenden, Medizin- und Verhaltensforschung, alles dabei, auch Würmer zum Anfassen (vorher Hände waschen). Zum Schluss: Klima, Plastik, Schwermetalle und sonstige Gifte. Was der Wurm da leistet, und wo er auflebt!
Verbeugung angebracht!

● Kurs 9231D

**Conrad Schäfer, Wurmfarmer,
Unternehmer**

Do. 09.04.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
Am Kirchberg 1, 66352 Großselseln
EUR 6,00

KOCHEN

Abendkurs

Conversations en Cuisine

Conversations en cuisine verbindet französische Kochkunst mit lebendiger Sprachpraxis. In diesem Kochkurs für bis zu acht Teilnehmende lernen Sie, was ein typisch französisches Menü ausmacht, erhalten Einkaufstipps für die Auswahl hochwertiger Zutaten in französischen Geschäften und Supermärkten und plaudern je nach Laune auf Deutsch, Französisch oder Saarländisch, denn Genuss kennt keine (Sprach-)Grenzen.

Am Herd steht vhs-Direktorin und Hobbyköchin Nicole Boissier. Gemeinsam bereiten Sie nach französischen Originalrezepten ein anspruchsvolles, zugleich aber auch für KochanfängerInnen gut umsetzbares Menu zu: Tataki de Thon, Bœuf Chateaubriand, Plateau de fromage und ein Banoffee toulousain. Alles natürlich begleitet von einem zum jeweiligen Gericht passenden Wein. Bon appétit!

● Kurs 8671

Nicole Boissier, vhs-Direktorin

Mi. 22.04.2026, 18:00 – 22:00 Uhr

Förderschule Altenkessel, Küche

EUR 45,00 (inkl. EUR 25,00 für Lebensmittel)

Die Volkshochschule Regionalverband Saarbrücken sucht für ihre Außenstelle Klarenthal / Altenkessel / Gersweiler zum nächstmöglichen Zeitpunkt

eine ehrenamtliche Leiterin / einen ehrenamtlichen Leiter

DAS AUFGABENGEBIET UMFASST FOLGENDE BEREICHE:

- Inhaltliche Planung des Weiterbildungsangebotes in Klarenthal / Altenkessel / Gersweiler im Einvernehmen mit der Leitung der Volkshochschule des Regionalverbandes Saarbrücken sowie mit den Stadtteilen Klarenthal / Altenkessel / Gersweiler
- Organisatorische Umsetzung des Programmangebotes vor Ort
- Ablaufsicherung des Programmangebotes vor Ort
- Akquise der nebenberuflichen Dozentinnen und Dozenten nach den Vorgaben der Honorarordnung der Volkshochschule des Regionalverbandes Saarbrücken und im Einvernehmen mit der Leitung der Volkshochschule des Regionalverbandes Saarbrücken
- Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
- Kontaktpflege und Netzwerkbildung zu örtlichen Vereinen, Kooperationspartnerinnen und -partnern, Bildungseinrichtungen usw.

Gemäß § 8 der geltenden Satzung der vhs Regionalverband Saarbrücken erhalten die ehrenamtlichen Leiterinnen und Leiter der örtlichen Einrichtungen eine Aufwandsentschädigung.

Weitere Angaben zur Bewerbung unter:

www.vhs-saarbruecken.de



Örtlicher Leiter



Rainer Loos
Örtlicher Leiter
 Warken-Eckstein-Str. 7
 66299 Friedrichsthal
 Fon 0170 2919758
 vhs-friedrichsthal@gmx.net

Anmeldung und Service



Jennifer Rück
Koordination Örtl. vhs
 Altes Rathaus, Zi. 18
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4380
 Fax 0681 506-4393
 jennifer.rueck@rvsbr.de

Unterrichtsorte

- vhs-Zentrum für Weiterbildung
 (in der Montessori Gemeinschaftsschule
 Friedrichsthal)
 Im Grühlingswald 19
 66299 Friedrichsthal
- Rathaus Friedrichsthal
 Schmidtbornstraße 12a
 66299 Friedrichsthal
- Helenenhalle, Friedrichsthal
 Martin-Luther-Straße
 66299 Friedrichsthal



Crocetta Sajia
Sachbearbeiterin
 Altes Rathaus, Zi. 18
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4381
 Fax 0681 506-4393
 crocetta.sajia@rvsbr.de

HEIMATKULTUR

Abendkurs

Arbeitskreis Geschichtliche Entwicklung von Friedrichsthal

Über viele Jahre ist in Friedrichsthal eine geschichtlich interessierte Arbeitsgemeinschaft als laufendes Projekt im Rahmen der Kursangebote der VHS entstanden. Derzeit beschäftigt sie sich mit den Vereinen in Friedrichsthal. Neue TeilnehmerInnen an der Geschichtswerkstatt sind stets gern gesehen – eine wissenschaftliche Vorbildung ist nicht erforderlich.

● Kurs 9101

Werner Klär

Di. 18:30 – 20:45 Uhr
ab 10.03.2026, Termine nach Absprache
Rathaus Friedrichsthal
gebührenfrei

Vortrag

Saarländisch für AnfängerInnen – Humorvolle erste Bekanntschaft mit einer außergewöhnlichen Mundart

Beim Kurs „Saarländisch für AnfängerInnen“ erfahren Zugezogene auf heitere Art viel über den hiesigen Dialekt mit seinen Stolperfallen und lernen, dass es keinen einheitlichen saarländischen Dialekt gibt. Im Saarland werden nämlich mehrere Mundarten gesprochen. Am Ende sollten Sie Ausdrücke, wie der Schwenker schwenkt den Schwenker mühelos verstehen.

● Kurs 9102

Stefan Kees

Mi. 10.06.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
vhs-Zentrum für Weiterbildung in der Montessori Schule
EUR 5,00

RECHT- UND VERBRAUCHERSCHUTZ

Vortrag

Richtig vererben, verschenken – Steuern sparen

Der Vortrag beschäftigt sich mit zwei Dingen, denen der Mensch nicht entgehen kann: Tod und Steuern. Rechtsanwalt Daniel Jung – Fachanwalt für Erb- und Steuerrecht – stellt die gesetzliche Erbfolge dar, erläutert, welche Möglichkeiten man bei der Testamentserstellung hat und wie man das Testament wirksam und rechtssicher abfassen kann. Auch das Pflichtteilrecht wird erläutert. Außerdem erklärt RA Daniel Jung, wie Vermögen zu Lebzeiten übertragen werden kann und wie die Übertragenden sich absichern können. Er geht ferner auf Erbschafts- und Schenkungssteuer ein, bzw. darauf, wie man sie vermeiden oder gering halten kann.

● Kurs 9103

Daniel Jung, Rechtsanwalt

Di. 10.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
vhs-Zentrum für Weiterbildung in der Montessori Schule
EUR 5,00

Vortrag

Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung – Vorsorge für den Fall der Fälle

Es kann jeden treffen: Ein Unfall oder eine Krankheit (z. B. Demenz) können dazu führen, dass wir uns nicht mehr selbst um unsere Angelegenheiten kümmern und unseren behandelnden Ärzten keine Vorgaben mehr machen können. Wer kann sich dann kümmern? Der Unfall von Michael Schumacher zeigte, dass das Thema auch junge Menschen betrifft. Rechtsanwalt Daniel Jung, auch Fachan-

walt für Medizin- und Erbrecht, erklärt, wie man für diese Situationen durch eine Vorsorgevollmacht, eine Betreuungs- und eine Patientenverfügung Vorsorge treffen kann und wie man Fallstricke vermeidet. Muster für Formulare werden eingehend besprochen.

● Kurs 9104

Daniel Jung, Rechtsanwalt

Di. 17.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
vhs-Zentrum für Weiterbildung in der Montessori Schule
EUR 5,00

NATUR UND UMWELT

Vortrag

Naturnahes Gärtnern in Haus- und Kleingärten

Was gibt es schöneres als Blumen, Gemüse und Obst aus dem eigenen Garten? Doch oft trüben hartnäckige Beikräuter, Pflanzenkrankheiten oder gefräßige Schnecken, die die Ernte dezimieren, die Freude am Gärtnern. Im Kurs gibt es Tipps, wie häufige Gartenprobleme ohne den Einsatz von Chemie gelöst werden können.

● Kurs 9105

Stefan Kees

Di. 01.09.2026, 18:00 – 20:00 Uhr
vhs-Zentrum für Weiterbildung in der Montessori Schule
EUR 5,00

Wanderung

Fledermäuse live bei der Jagd verfolgen

Begeben Sie sich zur Dämmerung mit einem Ultraschall-Detektor auf Fledermauspirsch und lauschen den Jägern der Nacht. Dies sind Geräte, welche die hohen Rufe der Fledermäuse für uns Menschen hörbar machen können.

Während der Führung erfahren die Teilnehmenden Wissenswertes über die Rolle der Fledermäuse in unserem Ökosystem, ihr Sozialverhalten, ihren Jahresverlauf und, was wir alle zu ihrem Schutz unternehmen können.

Bei Regen muss die Fledermauswanderung leider ausfallen.

Die Veranstaltung eignet sich auch für junge Menschen ab dem Alter von 6 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen.

● **Kurs 9106**

Stefan Kees

Sa. 04.07.2026, 21:00 – 23:00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz Itzenplitzer Weiher

EUR 5,00

REISEN

Vortrag

Ostseerunde mit dem Schiff

Besuchen Sie mit einem Kreuzfahrtschiff die Häfen der Ostsee, genießen Sie Bilder aus Warnemünde, Danzig, Sopot, Tallinn, St. Petersburg, Helsinki, Stockholm und Kopenhagen und erfahren Sie dabei viel Wissenswertes über diese Städte und ihre Sehenswürdigkeiten.

● **Kurs 9108**

Werner Michaltzik

Di. 28.04.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

vhs-Zentrum für Weiterbildung in der Montessori Schule

EUR 5,00

Vortrag

Türme im Sand

Auf der arabischen Halbinsel (Abu Dhabi, Ajman, Bahrain, Dubai, Oman, Scharjah) treffen Tradition und Moderne in der Wüste aufeinander. Was bleibt aus den Zeiten von 1001 Nacht? Oder werden märchenhafte Bauten erst wahr, wenn die Milliarden aus Erdöl und Erdgas jede

denkbare Fantasie möglich machen? Bilder aus einer fernen und fast unwirklichen Welt, nur sechs Flugstunden entfernt – weltliche und sakrale Bauten in Übergröße zwischen Prunk, Pracht und Protz, aber immer sehenswert. Begleiten Sie den Referenten auf eine Reise durch Abu Dhabi, Ajman, Bahrain, Dubai, Oman und Sharjah mit Informationen zum Leben im Luxus bei 40 Grad im Schatten.

● **Kurs 9109**

Werner Michaltzik

Mo. 11.05.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

vhs-Zentrum für Weiterbildung in der Montessori Schule

EUR 5,00

BEWEGUNG

Kyudo

Tagesseminar

Einführungskurs in das traditionelle japanische Bogenschießen Kyudo

Das traditionelle japanische Bogenschießen hat sich aus den Waffentechniken der Samurai entwickelt und wird in Deutschland seit 1963 praktiziert. Der japanische Bogen ist asymmetrischen, 2,24 m lang und besitzt weder Pfeilauf- lage noch Visiereinrichtung. Um das Ziel zu treffen, wird nicht das Gerät perfektioniert, sondern der Schütze muss sich mit dessen Handhabung entwickeln. Somit schult und fördert Kyudo Körperhaltung, Bewegungskoordination, Balance, Körperwahrnehmung, Konzentration, Achtsamkeit und innere Ruhe. Ziel des Kurses ist es ihnen eine Einführung in Geschichte, Material und die Techniken des japanischen Bogenschießens zu vermitteln.

● **Kurs 9111**

Jürgen Linnenberger, Friedrichsthal und

Dozentinnen und Dozenten



DANIEL JUNG

**Rechtsanwalt, Fachanwalt
für Erb-, Steuer- und Medizinrecht**

» Daniel Jung, Jahrgang 1976, Rechtsanwalt seit 2002 in Neunkirchen (Rechtsanwälte Halm & Presser), Fachanwalt für Erb-, Steuer- und Medizinrecht, ist seit über 20 Jahren als Dozent für die Volkshochschule des Regionalverbands tätig. Er hält Vorträge zu rechtlichen Themen, z. B. zur Erstellung von Testamenten, Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen, Steuer- und Vereins- und Nachbarschaftsrecht. «

Kyūdō-Saarbrücken e.V.

Sa. 13.06.2026, 10:30 – 16:30 Uhr
 Helenenhalle, Friedrichsthal
 EUR 16,00 (12,00)

KOCHEN UND ERNÄHRUNG**Abendkurs****La dolce Vita auf den Teller – Kochen wie in Italien!**

Erinnern Sie sich an die leckeren Sommergerichte aus Ihrem Italienurlaub? In diesem Kurs werden wir einige schmackhafte Klassiker nachkochen! Bei einem gemütlichen Aperitif besprechen wir unseren Speiseplan und danach geht es schon los: Unter fachmännischer Anleitung und bespickt mit Tricks und Tipps aus einer langen und leidenschaftlichen Erfahrung in der Gastronomie leitet Sie der Küchenmeister Giovanni Romano durch die einzelnen Stationen bis hin zum perfekten Italo-Menu. Vier Gänge, einfach und schnell zubereitet, dazu jeweils einen passenden, leckeren Wein. Natürlich darf das *dulcis in fundo*, die Nachspeise, nicht fehlen.

● Kurs 9121A**Giovanni Romano, Gastronom**

Fr. 22.05.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
 vhs-Zentrum für Weiterbildung in der Montessori Schule
 EUR 36,00 (inkl. EUR 18,00 für Lebensmittel, Weine und Wasser)

Abendkurs**La dolce Vita auf den Teller – Kochen wie in Italien!****● Kurs 9121B****Giovanni Romano, Gastronom**

Fr. 28.08.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
 vhs-Zentrum für Weiterbildung in der

Montessori Schule

EUR 36,00 (inkl. EUR 18,00 für Lebensmittel, Weine und Wasser)

Abendkurs**VIVA LA PASTA!**

Escalazione gastronomica! Spaghetti, Tagliatelle, Gnocchi, Tortellini, Ravioli ... Heute begehen wir alle kulinarischen Sünden, als gäbe es keinen Morgen! Wer hat noch nie einen „Tris di Pasta“ im Ristorante bestellt, um möglichst viele leckeren Nudelgerichte kosten zu können? Wir zaubern drei verschiedene davon, begleitet mit passendem Wein, abgerundet mit einer süßen Nachspeise ... VIVA LA PASTA! Das Leben ist schön!

● Kurs 9122**Giovanni Romano, Gastronom**

Fr. 14.08.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
 vhs-Zentrum für Weiterbildung in der Montessori Schule
 EUR 37,00 (inkl. EUR 19,00 für Lebensmittel, Weine und Wasser)

Abendkurs**Low Carb – mehr als eine Mode! Kochen mit wenig Kohlehydraten**

Lecker und mit wenig Kalorien, vielen Vitaminen, Mineralien und Proteinen ... Vitalstoffe pur kombiniert mit Fisch, Fleisch, Gemüse und Obst, dazu die richtigen Gewürze zwischen mediterran und „Grand Asia“. Gekocht wird ein schmackhaftes 3-Gänge-Menü, begleitet von leckeren Tee-Sorten und wahlweise auch von einem passenden Tröpfchen Wein.

● Kurs 9123**Giovanni Romano, Gastronom**

Di. 05.05.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
 vhs-Zentrum für Weiterbildung in der Montessori Schule
 EUR 34,00 (inkl. EUR 16,00 für Lebensmittel, Weine und Wasser)

Abendkurs**Buona Pasqua – Das italienische Ostermenü**

Ein gelungenes Menü zum großen Fest, wie es die Großmütter in Italien zubereitete. Timballo al Ragu, Cannelloni alla Umbra, leckere Lammgerichte (*L'agnello del legionario*) und vieles mehr, wie natürlich auch der süße Abschluss (*dulcis in fundo*) erwarten euch bei diesem Kurs, das Ganze abgerundet mit dem passenden Wein und den Tipps und Anekdoten von Genussvermittler Giovanni Romano. Venite e godete!

● Kurs 9124**Giovanni Romano, Gastronom**

Fr. 20.03.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
 vhs-Zentrum für Weiterbildung in der Montessori Schule
 EUR 40,00 (inkl. EUR 22,00 für Lebensmittel)

Abendkurs**Männer, Töpfe, Heldentaten: Dein Einstieg ins kulinarische Abenteuer!**

Du kannst alles – aber kochen gehört (noch) nicht dazu? Dann wird's höchste Zeit, den Kochlöffel zu schwingen, bevor du wieder Pizza bestellst! In dem Männerkochkurs an der VHS wird gezeigt, dass ein ordentliches Steak mehr braucht als nur Mut und dass Gemüse nicht gefährlich ist, auch wenn es grün aussieht. Es wird geschnippelt, gebrutzelt, abgeschmeckt und – keine Sorge – auch ordentlich gelacht. Also Schürze umbinden, Humor einpacken und los geht's und viel Spass bei einem entspannten Abend mit Genussvermittler & Live-Coach Giovanni Romano.

● Kurs 9125**Giovanni Romano, Gastronom**

Fr. 12.06.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
 vhs-Zentrum für Weiterbildung in der

Montessori Schule
EUR 37,00 (inkl. EUR 19,00 für Lebensmittel,
Weine und Wasser)

Junge vhs

Kochen für Kids

✶ ab 7 Jahre

Gesunde Ernährung? Die Eltern mal bekochen? Leckeren Pausenschmaus zaubern? Oder gar der Oma einen Kuchen backen? Mit Küchenmeister Giovanni Romano als Dr. Pasta werden alle Grundlagen kennengelernt, um den Kochlöffel schwingen zu können. Leicht, schnell und ungezwungen geht es gemeinsam an den Herd und Ofen. Scharfe Messer werden geschwungen und lachend Gemüse zerteilt.

● Kurs 9128

Giovanni Romano, Gastronom

Di. 09.06.2026, 17:00 – 19:30 Uhr

vhs-Zentrum für Weiterbildung in der
Montessori Schule

EUR 25,00 (inkl. EUR 12,00 Lebensmittelkosten)

KREATIVES GESTALTEN

Häkeln

Abendkurs

Häkeln für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Vom Kuscheltier bis zur Tischdecke und sogar bis zur Deko, für die eigene Wohnung ist alles dabei. Schritt für Schritt häkelst du dir dein eigenes Werk. Wir fangen mit den Grundlagen an und wählen gemeinsam dein Projekt.

● Kurs 9160

Nicole Molter

Mi. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 22.04.2026, 6 Termine

vhs-Zentrum für Weiterbildung in der
Montessori Schule

12 UST, EUR 48,00

Bitte mitbringen: eine Häkelnadel,
Wolle und Schere

Abendkurs

Häkeln für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

● Kurs 9161

Nicole Molter

Mi. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 03.06.2026, 3 Termine

vhs-Zentrum für Weiterbildung in der
Montessori Schule

6 UST, EUR 72,00

Bitte mitbringen: eine Häkelnadel,
Wolle und Schere

Dozentinnen und Dozenten



NICOLE MOLTER

Häkel-Dozentin

» AN DIE NADEL – FERTIG – LOS!
Ich selbst bin immer bereit Neues zu lernen und freue mich riesig, meine Leidenschaft, (das Häkeln) anderen beizubringen. Denn Häkeln ist nicht nur was für Omas und Opas, sondern für jeden! Sei kreativ und Erschaffe deine eigenen Kreationen wie z.B. Dekoration, kuschelige Decke, Kuscheltiere oder auch Kleidung. In meinem Häkelkurs arbeiten wir zusammen an deinem Wunsch-Projekt. «

Nähen und Zuschneiden

Was brauche ich zum Nähen? Neben der Nähmaschine, die sie, wenn möglich bitte mitbringen, gibt es noch weitere Hilfsmittel die zum Nähen und Schneiden benötigt werden. Allgemein:

- Kunststoffmaßband
- Lineal
- Stecknadeln
- Nähnadeln
- Fingerhut
- Schneiderkreide
- Kopierset
- Scheren: Papier- bzw. Folienschere, Schneiderschere für Stoff
- Einkaufsliste
- Qualitätsnähgarn
- Volumeneinlage Thermolan, H640 oder H630 in Größe 40 x 120 cm
- Kopierset, Klarsichtfolie und wischfester Filzschreiber
- Baumwollstoff 40 x 120 cm
- Eventuell Stoffreste für die ersten Nähproben

Fortgeschrittene können gerne eigene Nähprojekte mitbringen.

Nachmittagskurs

Nähen und Zuschneiden für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

● Kurs 9170

Claudia Tschudy-Lonsdorfer,
Textil- und Bekleidungsingenieurin

Mi. 16:30 – 18:45 Uhr

ab 11.03.2026, 11 Termine

vhs-Zentrum für Weiterbildung in der
Montessori Schule

33 UST, EUR 79,00

Nachmittagskurs

Nähen und Zuschneiden für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

● Kurs 9171

Claudia Tschudy-Lonsdorfer,
Textil- und Bekleidungsingenieurin

Do. 16:30 – 18:45 Uhr

ab 12.03.2026, 11 Termine

vhs-Zentrum für Weiterbildung in der
Montessori Schule

33 UST, EUR 79,00

Abendkurs

Nähen und Zuschneiden für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

● Kurs 9172

Claudia Tschudy-Lonsdorfer,
Textil- und Bekleidungsingenieurin

Do. 19:00 – 21:15 Uhr

ab 12.03.2026, 11 Termine

vhs-Zentrum für Weiterbildung in der
Montessori Schule

33 UST, EUR 79,00

Dozentinnen und Dozenten



CLAUDIA TSCHUDY-LONSDORFER
Textil- und Bekleidungsingenieurin

» Nach meiner Schneiderlehre und dem Abschluss des Studiums der Bekleidungstechnik im Jahr 1988 hat mich die Faszination für den Umgang mit Stoffen und textilen Materialien bis heute nicht mehr verlassen. Es ist für mich immer wieder ein Erlebnis, wie aus der großen Auswahl an Stoffen, Accessoires und Materialien am Schluss ein fertiges individuelles Bekleidungsstück oder andere textile Teile entstehen, welche sich von der heutigen schnelllebigen textilen Massenware wohltuend abheben. Neben der Neuanfertigung von Bekleidung ist auch die Wiederverwertung (Upcycling) und Aufwertung älterer Teile eine interessante, nachhaltige und herausfordernde Arbeit. «

Örtlicher Leiter

**Hans-Werner Franzen***Örtlicher Leiter*

Am Hirtengraben 29

66352 Großrosseln

Fon 06809 7463

vhs-grossrosseln@hans-werner-franzen.de

Anmeldung und Service

**Jennifer Rück***Koordination Örtl. vhs*

Altes Rathaus, Zi. 18

Schlossplatz 1

66119 Saarbrücken

Fon 0681 506-4380

Fax 0681 506-4393

jennifer.rueck@rvsbr.de

Unterrichtsorte

- Alte Schule Naßweiler
Am Kirchberg 1, 66352 Großrosseln
- Dorfgemeinschaftshaus Naßweiler
Am Kirchberg 10, 66352 Großrosseln
- Jagdschloss Karlsbrunn
Schlossstraße 14, 66352 Großrosseln
- AWO Großrosseln
Klosterplatz 3, 66352 Großrosseln
- Feuerwache Ost der FFW Großrosseln LB Ost
Emmersweilerstr. 5a, 66352 Großrosseln
- Tanz- und Kreativzentrum
Im Jungholz 26, 66352 Großrosseln
- Rosseltalhalle
Emmersweilerstr. 7, 66352 Großrosseln

**Crocetta Sajia***Sachbearbeiterin*

Altes Rathaus, Zi. 18

Schlossplatz 1

66119 Saarbrücken

Fon 0681 506-4381

Fax 0681 506-4393

crocetta.sajia@rvsbr.de



v.l.n.r Judith Wiesen, Örtliche Leiterin vhs Halberg, Hans-Werner Franzen, Örtlicher Leiter vhs-Großrosseln, Nicole Boissier, vhs-Direktorin Regionalverband Saarbrücken, Romano Marceddu, Örtlicher Leiter vhs-Püttlingen und Stefan Kees, Örtlicher Leiter vhs-Quierschied

VERANSTALTUNGEN IM JAGDSCHLOSS KARLSBRUNN

In Kooperation mit der Gemeinde
Großrosseln

Lesung

Johann Wolfgang von Goethe – Ein lichter Punkt in einem so felsig waldigen Lande

Johann Wolfgang von Goethe brach Juni 1770 von seinem damaligen Studienort Straßburg zu einer Reise in die barocke Residenzstadt und deren Umgebung auf, von der er so angetan war, dass er ihr später in seinen Lebenserinnerungen „Dichtung und Wahrheit“ ein immer wieder gerne zitiertes literarisches Denkmal setzte. Vor diesem Hintergrund bietet seinen Spuren ins heutige Saarland zu folgen und sie in Verbindung mit einer Auswahl seiner Texte auf poetische Art und Weise seine unerschöpflichen Werke und seine Gedankenwelt neu zu entdecken. Das ehemalige Jagdschloss Karlsbrunn bietet dazu eine ausgezeichnete Kulisse. Im Rahmen einer Lesestunde mit Führung wird am Jagdschlusses Karlsbrunn den großen Dichter und Lebenskünstler und seine Reise ins Saarland erinnert.

● Kurs 9201A

**Peter Michael Lupp, ehem. Kulturreferent
Regionalverband Saarbrücken**

Di. 21.04.2026, 17:00 – 19:00 Uhr
Hochzeitszimmer des Jagdschlusses
Karlsbrunn
EUR 5,00

Barocke Lebenswelten

Die Silhouette – Von der Kunst der Schattenrisse zur Zeit von Fürst Ludwig

Das in den Jahren 1783–1786 von Fürst

Ludwig von Nassau-Saarbrücken im Warndt-Wald in Karlsbrunn erbaute Jagdschlösschen hat bis heute den besonderen Geist seiner Zeit nicht ganz verloren. Viele Details erinnern an die Lebenswelten des barocken Zeitalters. Vor diesem Hintergrund wird vor Ort auch an die Kunst der Schattenrisse, die in Zeit des Fürsten Ludwig (1745–1794) weitverbreitet waren, erinnert. Die Schattenrisse „à la Silhouette“ erfreuten sich im 18. Jahrhundert einer großen Beliebtheit quer durch die Gesellschaft. Auch Johann Wolfgang Goethe machte von dieser Kunst regen Gebrauch. Im Rahmen eines Bildvortrages wird die Geschichte des Jagdschlusses (incl. Infos zum aktuellem Sanierungsprozess) erläutert und ein Einblick in die kunst- und die kulturgeschichtliche Bedeutung der Tradition der Schattenrisse bzw. Silhouetten im 18. Jh. vermittelt.

● Kurs 9201B

**Peter Michael Lupp, ehem. Kulturreferent
Regionalverband Saarbrücken**

Di. 09.06.2026, 17:00 – 19:00 Uhr
Hochzeitszimmer des Jagdschlusses
Karlsbrunn
EUR 5,00

Führung

Vergessen – Wo der Wert der Dinge wartet – Führung durch die Ausstellung zur regionalen Baukultur

Einst waren die ländlichen Hauslandschaften in der Großregion ein sicheres Indiz dafür, zu erkennen in welcher Gegend man sich gerade aufhielt. Diese Zeiten sind vorbei. Die alten saarländischen Dorfbilder mit ihren typischen Merkmalen verblasen. Abgestempelt als Schandflecke verlassen die wenigen authentisch erhaltenen Zeugnisse einer Baukultur, die vom Überleben durch ein maßvolles Wirtschaften mit Land und einer landschafts-

gebundenen Bauweise so beispielgebend erzählen könnten, die Bühne – spurlos. Kaum einer erkennt ihren inneren und äußeren Wert als Schlüssel für eine zukunftsfähige, regionale Baukultur der Gegenwart. Im Rahmen einer Führung durch die Ausstellung „VERGESSEN – Wo der Wert der Dinge wartet“ die in den Torzimmern und der alten Scheune des Jagdschlusses gezeigt wird, wird das ureigene Wesen der regionalen Baukultur in ländlichen Räumen und seine Wurzeln zum Thema. Im Anschluss Diskussion.

● Kurs 9201C

**Peter Michael Lupp, ehem. Kulturreferent
Regionalverband Saarbrücken**

Di. 04.08.2026, 17:00 – 19:00 Uhr
Treffpunkt: Torhaus des Jagdschlusses
Karlsbrunn, Großrosseln
EUR 5,00

EINZELVERANSTALTUNGEN

Infoveranstaltung

Arbeit und Unterstützungsformen des Ambulanten Hospizes St. Michael

Die Teilnehmenden werden über folgende Themen informiert: Dienstvorstellung des multiprofessionellen Teams (Zusammensetzung, Unterstützungsformen, Einzugsgebiet), Zugang zu den Leistungen (wer kann uns anfragen und ab welchem Zeitpunkt), Weitere Versorgungsstrukturen in der Hospizarbeit, in Abgrenzung zu anderen Leistungserbringern wie SAPV oder stationäre Versorgungsformen, Ehrenamt in der Hospizarbeit.

● Kurs 9203

**Marie-Katrin Schroden, Sozialarbeiterin
(BA) und Sozialpädagogin (BA)**

Do. 12.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
gebührenfrei

Vortrag**Baurecht: Die Landesbauordnung des Saarlandes, Verfahren und Nachbarrecht**

Die Bauordnung für das Saarland unterliegt ständigen Veränderungen. So gibt es beispielsweise eine flexible Möglichkeit für Bauherrinnen und Bauherren, Einfluss auf die Art des Baugenehmigungsverfahrens für ihr Bauvorhaben zu nehmen. Daneben wird auch den Gemeinden das Recht eingeräumt, bei Bauvorhaben die Durchführung eines vereinfachten Baugenehmigungsverfahrens zu verlangen, auch wenn diese eigentlich genehmigungsfrei gestellt sind. Im vereinfachten Baugenehmigungsverfahren werden auch wieder einzelne bauordnungsrechtliche Anforderungen abgeprüft, so zum Beispiel die Einhaltung der Regelungen über die Abstandsflächen (Grenzabstände) und die Vorgaben des barrierefreien Bauens. Im Rahmen der Veranstaltung werden einige wesentliche, ausgewählte Regelungen der aktuellen Landesbauordnung aus dem Blickwinkel der Praxis erläutert. Dabei werden neben Verfahrensfragen auch Regelungen im Bereich des Nachbarrechtes erläutert, wie zum Beispiel das Recht auf einen Überbau mit Maßnahmen der Wärmedämmung. Hierzu werden auch Regelungen des privaten Baurechtes besprochen.

● Kurs 9204

Peter Schwarz, ehem. Leiter einer Unteren Bauaufsicht, Dozent für Öffentliches Baurecht an Fachhochschulen, der HTW und der Europäischen Immobilienakademie

Mo. 16.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
EUR 5,00

Vortrag**Pflanzen der Bibel**

In der Bibel spielen Pflanzen eine wichtige Rolle. Wie ein roter Faden ziehen sich durch die Heilige Schrift Geschichten über die verschiedensten Pflanzenarten. Der Vortrag stellt die in der Bibel erwähnten Pflanzen in Auswahl vor, ordnet sie kulturhistorisch ein und geht kurz auf die biblischen Hintergründe ein. Ferner zeigt er auf, wie Sie die Pflanzenwelt der Heiligen Schrift auch im eigenen Garten, auf dem Balkon oder im Haus halten und so die Geschichten der Bibel ein wenig zum Leben erwecken können.

● Kurs 9205

Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter

Do. 19.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
EUR 5,00

Vortrag**Sicher wohnen – Schutz vor Einbruchsdiebstahl**

Der Kriminalhauptkommissar informiert über „Sicher wohnen – Schutz vor Einbruchsdiebstahl“, wie Haus oder Wohnung mit technischen Maßnahmen einbruchhemmend nachgerüstet werden können. Er gibt auch wichtige Verhaltenshinweise, um Einbrüche zu verhindern. Des Weiteren erfahren die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, wie eine funktionierende Nachbarschaft dazu beitragen kann, schon im Versuchsstadium Wohnungseinbrüche zu erkennen, und wie man reagieren sollte, wenn Täter auf frischer Tat ertappt werden.

● Kurs 9206

Reiner Both, Kriminalhauptkommissar/Referent d. Landespolizeipräsidiums

Mo. 23.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
gebührenfrei

Dozentinnen und Dozenten

PETER MICHAEL LUPP
ehemaliger Kulturreferent
Regionalverband Saarbrücken

Auf der Suche nach dem guten Leben ...

» Mein Unterwegssein in unserer facettenreichen Kulturlandschaft ist von einer beständigen Leidenschaft für das Entdecken und „Sehenlernen“ der kulturellen, naturräumlichen und poetischen Ressourcen dieses Lebensraumes geprägt. An einer der Nahtstellen Europas, an denen sich die deutsche und französische Kultur begegnen, sind sie ein Spiegel unserer kulturellen Identität und können vieles von dem vermitteln, was wesentlich ist, um ein gutes Leben zu führen und Neues zu schaffen. Darüber möchte ich mich bei meinen Erkundungen zur Nachhaltigkeit mit Ihnen austauschen ... <<

In Kooperation mit der Ehrenamtsbörse im Regionalverband Saarbrücken, der Gemeinde Großrosseln, der Stadt Völklingen und der vhs Völklingen

Wochenend-Workshop

Feste sicher feiern – Praxisworkshop für Vereinsveranstaltungen

Bei Planung von Veranstaltungen und Vereinsfesten sind vielen Vereinen mögliche Risiken oftmals nicht bewusst. In dem Workshop werden die wichtigsten Bausteine zur Veranstaltungssicherheit praxisorientiert dargestellt und aufgezeigt, wie sie in die Planung von Veranstaltungen integriert werden können. Unter anderem werden folgende Themen angesprochen: Wie kann man frühzeitig Risiken abschätzen, Verantwortlichkeiten klären und beteiligte Behörden informieren? Wann ist ein Sicherheitskonzept notwendig? Es wird ein vom Dozenten erstelltes Muster-Sicherheitskonzept für kleinere Veranstaltungen besprochen und den Teilnehmenden kostenlos überlassen. Mit Checklisten, Beispielen, Fallstudien und Gruppenarbeit erarbeiten die Teilnehmenden konkrete Maßnahmen für Ihr nächstes Event – von den wichtigsten Fragen in der Vorplanung bis zu den Notfällen und der Krisenkommunikation.

● Kurs 9207

Konstantin Rohr, Safety Group S.a.r.l.

Sa. 28.03.2026, 09:30 – 13:30 Uhr
Einlass ab 08:30 Uhr
Rosseltalhalle, Emmersweilerstr. 7,
66352 Großrosseln
gebührenfrei

Vortrag

Sicherheit auf Reisen

Wer reist nicht gern; fährt nicht gern in Urlaub? Entspannen, ausschlafen, schönes Wetter, angenehme Begleitung ...

Aber auch die Vorbereitung auf die Reise ist wichtig! Reisepass/Ausweis alles in Ordnung? Sind Sie auch geistig eingestellt auf Notausgänge auf Schiffen, Bussen, auf Autobahnen? Was werden Sie unternehmen bei Alarm im Hotel? Wo bringen Sie bei Ausflügen ihre Wertsachen unter? Dies und noch viel mehr erfahren die Teilnehmenden in dem Kurs.

● Kurs 9208

Rolf Weber, Dipl.-Ing. Arbeitsschutz- und Arbeitssicherheitsexperte

Mo. 30.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
gebührenfrei

Vortrag

Steuern sparen – richtig vererben und verschenken

Der Vortrag beschäftigt sich mit zwei Dingen, denen der Mensch nicht entgehen kann: Tod und Steuern. Rechtsanwalt Daniel Jung – Fachanwalt für Erb- und Steuerrecht – stellt die gesetzliche Erbfolge dar, erläutert, welche Möglichkeiten man bei der Testamentserstellung hat und wie man das Testament wirksam und rechtssicher abfassen kann. Auch das Pflichtteilsrecht wird erläutert. Außerdem erklärt RA Daniel Jung, wie Vermögen zu Lebzeiten übertragen werden kann und wie die Übertragenden sich absichern können. Er geht ferner auf Erbschafts- und Schenkungssteuer ein, bzw. darauf, wie man sie vermeiden oder gering halten kann.

● Kurs 9209

Daniel Jung, Rechtsanwalt

Di. 21.04.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
EUR 5,00

In Kooperation mit der DGHS e.V.

Vortrag

Sterbehilfe in Deutschland – Sie müssen nicht mehr in die Schweiz

Die Deutsche Gesellschaft für humanes Sterben (DGHS e.V.) informiert über ihre Organisation, die rechtliche Situation in Deutschland seit dem Urteil des BVerfG aus 2020 und den Ablauf eines ärztlich begleiteten Freitods.

● Kurs 9210

Ortrud Römer-Horn, DGHS

Mi. 22.04.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
gebührenfrei

Vortrag

Was ist unser Geld noch wert?

Jahr für Jahr steigen die Preise und unsere Kaufkraft sinkt. Durch die anhaltende Niedrigzinspolitik wird vielen Sparernden ihr Sparplan zunichtegemacht. Lebensversicherungen verlieren drastisch an Wert und die klassischen Spargbücher und Tagesgeldkonten werfen kaum mehr Zinsen ab. Die Aktienmärkte geraten manchmal außer Kontrolle. Nun wird mit Immobilien geworben. Wie behalten wir den Durchblick? Was sind die Ursachen? Wie sieht die Zukunft aus? Welche Geldanlagen sind noch rentabel? Mit welchen Renditen? Wie können wir Verbraucher- Innen uns gegen den Wertverlust des Ersparten schützen?

● Kurs 9211

Karsten Deetz

Mo. 27.04.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
gebührenfrei

Bildvortrag**Von der Tontafel zum E-Book**

Im Vergleich zu früheren Zeiten, als ein Buch als wertvoller Besitz angesehen wurde und entsprechend teuer in der Anschaffung war, ist es in unseren Tagen in seinen zahlreichen Erscheinungsformen als Taschenbuch, gebundenes Buch oder seit einigen Jahren auch als E-Book oder alternativ als Hörbuch ein millionenfach konsumiertes, jederzeit verfügbares Alltagsobjekt geworden. Obwohl zigtausendfach täglich zur Hand genommen, haben sich wohl die wenigsten Nutzer je Gedanken darüber gemacht, was für eine Entwicklungsgeschichte sich hinter diesem Alltagsgegenstand verbirgt. Dieser Vortrag mit vielen Bildern hinterlegt, lädt zu einer kleinen Zeitreise zur Geschichte des Buches von seinen Ursprüngen bis heute ein.

● **Kurs 9212****Manfred Bender, Antiquariat Bender**

Mo. 04.05.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

Vortrag**Aktuelles Vereinsrecht – sicher unterwegs im Ehrenamt**

Rechtsanwalt Daniel Jung, informiert u. a. über steuerliche Gegebenheiten beim Verein, Voraussetzungen, Chancen und Gefahren einer „Gemeinnützigkeit“, Themen wie „Ehrenamtpauschale“, „Übungsleiterpauschale“, „zeitnahe Mittelverwendung“ usw.. Außerdem informiert er u. a., wie eine Mitgliederversammlung rechtlich korrekt einberufen wird und was bei Satzungsänderungen zu beachten ist, um Anfechtungen zu vermeiden. Er informiert auch, unter welchen Voraussetzungen Mitglieder bei Pflichtverstößen oder Nichtzahlung

von Beiträgen ausgeschlossen werden können. Ferner geht er auf vereinsrelevante Probleme mit Rechten am eigenen Bild und Urheberrechten ein und zeigt Möglichkeiten auf, Regelungen zum Datenschutz und zum Persönlichkeitsrecht in die Satzung aufzunehmen. Zu guter Letzt geht er auf steuerrechtliche sowie zivilrechtliche Haftungsrisiken und strafrechtliche Gefahren für den Vorstand ein und zeigt, wie man Haftung oder Strafverfolgung vermeiden kann und welche Möglichkeiten der Haftungsbeschränkung bzw. Versicherbarkeit bestehen.

● **Kurs 9213****Daniel Jung, Rechtsanwalt**

Di. 05.05.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

Workshop**Wut und Bedürfnisse – Kinder und ihre starken Gefühle**

Kinder erleben in jeder Entwicklungsphase neue Möglichkeiten, sowie Hürden, die zu Freude, Stolz, Angst, Wut und Frustration führen. Um kindgerecht auf diese Gefühle und die dahintersteckenden Bedürfnisse eingehen zu können, muss man verstehen was ein Kind in welchem Alter kognitiv leisten und umsetzen kann. Wie schaffen Sie es als Eltern ihr Kind mit seinen starken Gefühlen zu verstehen, welche positiven Seiten haben diese Gefühle und wie können Sie konstruktiv damit umgehen.

● **Kurs 9214****Jessica Fiedler**

Mi. 06.05.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 10,00

Dozentinnen und Dozenten**DANIEL JUNG****Rechtsanwalt, Fachanwalt für Erb-, Steuer- und Medizinrecht**

» Daniel Jung, Jahrgang 1976, Rechtsanwalt seit 2002 in Neunkirchen (Rechtsanwälte Halm & Presser), Fachanwalt für Erb-, Steuer- und Medizinrecht, ist seit über 20 Jahren als Dozent für die Volkshochschule des Regionalverbands tätig. Er hält Vorträge zu rechtlichen Themen, z. B. zur Erstellung von Testamenten, Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen, Steuer- und Vereins- und Nachbarschaftsrecht. «

Wochenendseminar

Brandschutz im Alltag

In dem Seminar werden die TeilnehmerInnen darüber aufgeklärt, was unter „Brandschutz“ zu verstehen ist. Welche Gesetze und Vorschriften sind zu beachten? Worauf ist beim Kauf von Rauchmeldern zu achten? Was bedeuten die Prüfzeichen? Wer ist für die Installation verantwortlich? Wo muss die Installation erfolgen? Wie erfolgt die richtige Montage? Welche Arten von Feuerlöschern gibt es? Welche Vor- und Nachteile haben die einzelnen Löscher? Wie funktioniert ein Feuerlöscher? Welche Prüfintervalle sind vorgesehen? Zudem können die TeilnehmerInnen selbst die Handhabung eines Feuerlöschers in der Praxis üben.

● Kurs 9215

Wendelin Reichert, Hauptbrandmeister

Sa. 09.05.2026, 15:00 – 17:00 Uhr
Feuerwache Ost der FFW Großrosseln, LB Ost, Emmersweilerstr. 5a
gebührenfrei

Anmeldung bis Do. 30.04.2026 erforderlich

Vortrag

Betreuung – ein Thema, das immer mehr Menschen betrifft

Fast jeder Mensch hat Angst davor, dass er seine Selbstständigkeit verliert und sein Leben von anderen Menschen bestimmt und geregelt wird. Jährlich kommt eine wachsende Zahl von Menschen meist durch Krankheit oder Alter in die Situation, dass sie der Hilfe oder Unterstützung im Alltag durch Dritte bedürfen. In diesem Zusammenhang spielt auch das Thema der Betreuung eine immer bedeutendere Rolle. Andererseits wächst auch die Zahl der Menschen, für die sich die Frage stellt, ob sie für einen anderen – meist einen Angehörigen – die verantwortungsvolle Rolle des

Betreuers übernehmen können und wie diese Rolle auszufüllen ist. Dieser Vortrag führt in das Thema Betreuung ein, zeigt wie es zur Betreuung kommt, gibt einen Überblick über die Rechte und Pflichten von Betreuten und Betreuer/in und gibt Hinweise zu Alternativen und Ergänzungen zur Betreuung. Im Anschluss steht der Referent gerne noch für Fragen zur Verfügung.

● Kurs 9216

Manfred Bender,

Mo. 01.06.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Alte Schule Naßweiler
EUR 5,00

Workshop

Der Geist in der Flasche – Ansetzen von Kräutern und Unkräutern

Ich nehme Sie mit auf eine Reise in die Welt des Hochprozentigen. Am Anfang war die Tinktur, die Gesundheit stand im Vordergrund. Heute überwiegen mehr der Geschmack und das Besondere. Von Gesund bis Genuss gibt's viel zu erfahren und probieren.

● Kurs 9217

Tanja Both, Natur-, Kräuter- und Umweltpädagogin

Di. 02.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Alte Schule Naßweiler
EUR 22,00 (inkl. EUR 8,00 Materialkosten)

Vortrag

Vorsorge bei Krisen und Katastrophen

Was sind Katastrophen? Nicht nur Wassermassen wie an der Ahr, die alles in den Fluten versinken lassen; nicht nur Erdbeben wie in der Türkei, nicht nur Vulkanausbrüche wie in/auf Sizilien. Auch die kleineren unliebsamen Ereignisse bedeuten für uns schon eine Katastrophe. Dagegen kann man sich weitgehend

schützen. Der kurzweilige Vortrag richtet sich an Menschen, die sich Gedanken um eine sinnvolle Vorsorge bei unerwarteten Schadenereignisse machen. In dem Vortrag wird erläutert wie!

● Kurs 9219

Rolf Weber, Dipl.-Ing. Arbeitsschutz- und Arbeitssicherheitsexperte

Mo. 22.06.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
gebührenfrei

PowerPoint-Präsentation

Erfolgreich Präsentieren

In 90 Minuten lernen Teilnehmende, Präsentationen lebendig und wirkungsvoll zu gestalten: Einstieg mit Wirkung, Medienvielfalt nutzen, Zuhörer aktiv einbinden, Schlagfertigkeit bei schwierigen Fragen. Alte Routinen („seit 10 Jahren gleiche Folien“) hinterfragen. Statt PowerPoint – Erlebnis schaffen. Inkl. Praxisübungen zu Blickkontakt, Auftritt („Jeans oder Krawatte?“), spontanen Reaktionen.

● Kurs 9218

Franz-Josef Major

Do. 20.08.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Alte Schule Naßweiler
EUR 5,00

Vortrag

Alltags- und altersgerechtes Wohnen

Im Themenfeld AAL (Alltagsunterstützende Assistenz Lösungen) stehen der Mensch und seine konkreten Bedürfnisse im Mittelpunkt. Die Lösungen bestehen aus Maßnahmen, die den Alltag in den eigenen vier Wänden einfacher und sicherer machen, gerade auch für Menschen mit Einschränkungen. Ziel ist es, dass Menschen möglichst lange selbstbestimmt in der eigenen Wohnung leben können. Karl-Reiner Lassek vom AAL Netzwerk

Saar e.V. wird in seinem Vortrag die AAL-Musterwohnung vorstellen, in der einige Beispiele für solche Assistenz-Lösungen installiert sind. Als Anlaufstelle für Lösungen rund um den Themenkomplex AAL befasst sich das AAL Netzwerk Saar grundlegend mit der Erhaltung der Autonomie im Alltag. Bei einer (späteren/individuellen) kostenfreien Führung durch die AAL Musterwohnung in Saarbrücken könnten Sie sich herstellerunabhängig und neutral beraten lassen, wie und wo AAL Ihnen helfen kann. Ermöglicht wird dieses Angebot auch durch eine enge Kooperation mit der htw Saar.

● **Kurs 9221**

Karl-Reiner Lassek, AAL Netzwerk Saar

Mi. 12.08.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

gebührenfrei

PowerPoint-Präsentation

Straftaten zum Nachteil von Senioren

Der Vortrag der kriminalpolizeilichen Beratungsstelle zum Thema „Straftaten zum Nachteil älterer Menschen“ beantwortet die Frage „wie kann ich mich im Alltag schützen“. Einzeltrick, falsche Polizeibeamte, Gewinnversprechen, Trickdiebstahl an der Haustür, Geldwechseltrick... die Fantasie der Straftäter scheint nahezu unerschöpflich zu sein. Bei dem Vortrag werden diese und auch andere Methoden veranschaulicht. Ebenso geht es um die Minimierung des Risikos, selbst zum Opfer zu werden.

● **Kurs 9222**

Patrick Rubeck, Dezernat Polizeiliche Kriminalprävention/LPP 20 Polizeiliche Kriminalprävention

Do. 13.08.2026, 16:00 – 17:15 Uhr

Dorfgemeinschaftshaus Naßweiler (ASN-Raum)

gebührenfrei

Vortrag

Haushaltsauflösung – mehr Geld verdienen mit richtiger Organisation und Planung

Tipps, wie Sie mit Dingen, die von Ihnen nicht gebraucht werden, Geld machen können. Eine Haushaltsauflösung kann weit mehr sein als nur die Kosten produzierende Beauftragung einer Entrümpelungsfirma oder ein improvisierter Wohnungsflohmarkt. Der Vortrag zeigt Möglichkeiten und Strategien bei der Verwertung von Haushaltsauflösungen oder Nachlässen Kosten deutlich zu reduzieren und sogar Geld verdienen zu können.

● **Kurs 9223**

Manfred Bender,

Mo. 17.08.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

Workshop

Kinder, Kommunikation und Konfliktlösungen

Den ganzen Tag sind wir im Austausch. Aber wie viel Zeit nehmen wir uns tatsächlich, um die Bedürfnisse von Kindern zu sehen und zu hören? Wie genau hören wir ihnen zu und wie konstruktiv erarbeiten wir schon mit den Kleinsten an Konfliktlösung und Kompromissen? In diesem Kurs schauen wir uns zwei Modelle von Kommunikation an, besprechen was Kinder in welchen Altersgruppen können und brauchen, wie Eltern es schaffen mit ihren Kindern in Beziehung zu bleiben, an Lösungen zu arbeiten und welches Handwerkszeug es dazu gibt.

● **Kurs 9224**

Jessica Fiedler

Mi. 19.08.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 10,00

Dozentinnen und Dozenten



ROLF WEBER

Dipl.-Ing. Arbeitsschutz- und Arbeitssicherheitsexperte

» Rolf Weber, gelernter und studierter Nachrichtentechniker, ehem. Führungskraft der Feuerwehr, Sicherheitsbeauftragter, Bürgerberater der Feuerwehr Riegelsberg. Ich freue mich auf lebendige Wissensvermittlung. «

PowerPoint-Präsentation**Führerschein-Auffrischung**

Die Wissensauffrischung für den Führerschein umfasst eine gründliche Auffrischung der Verkehrsregeln, -zeichen und grundlegenden Fahrfertigkeiten. Der Kurs behandelt aktuelle Gesetzesänderungen, sowie den Umgang mit Fahrerassistenzsystemen und relevante Verkehrssituationen. Ziel ist es, Ihre Kenntnisse zu aktualisieren und das Verständnis für sicheres Fahren zu vertiefen.

● **Kurs 9225****Tim Parlow**

Sa. 22.08.2026, 10:15 – 12:15 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 6,00

Vortrag**Ratgeber Rentensteuer**

Sie haben bei den Steuerregeln den Überblick verloren? Viele neue Steuervorteile, auch für Ruheständler und aktive Arbeitnehmer bergen eine Menge Steuersparpotential. Immer häufiger wird im Ruhestand die Steuererklärung Pflicht. Doch Freibeträge und Pauschalen helfen die Steuerlast zu begrenzen oder zu vermeiden. Bei diesem Vortrag erhalten Sie durch nachvollziehbare Praxisbeispiele einen Überblick über alle Rentenarten und deren unterschiedliche Besteuerung (Änderung Besteuerungsanteil Neurentner ab 2023: 82,5 % und 2024: 83 % – lt. Wachstumschancengesetz). Sie erfahren mehr über alle Steuererleichterungen wie Werbungskosten, Sonderausgaben, Altersentlastungsbetrag, Vorsorgeaufwendungen, Handwerkerleistungen, ... etc. Auch die wichtigen Fristen werden erläutert. Sie bekommen fachliche Unterstützung zum Ausfüllen der komplexen Formulare. Aktuelle gesetzliche Neuerungen (z. B.:

energetische Gebäudesanierung, Entlastungspakete der Regierung, Energiepreisspauschale, Doppelbesteuerung, Vermeidung von Verspätungszuschlägen, ...) sind lohnendes Wissen. Der Kurs endet mit nützlichen Steuertipps und der Erörterung von persönlichen Fragen von Ruheständler und Arbeitnehmer zum Thema.

● **Kurs 9226****Klaus-Peter Schäfer, Beratungsstellenleiter Lohnsteuerhilfe HILO e. V.**

Mo. 24.08.2026, 18:00 – 20:15 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 8,00

Vortrag**Sicherheit im Haus**

In dem Vortrag werden unter anderem folgende Aspekte betrachtet: Vermindern von Einbruchgefährden, sichere Treppen und Handläufe, sinnvolle Beleuchtung (auch nachts – ändern ohne großen Aufwand), Vorsorge zu drohendem Stromausfall, eigener E-Check, Brandgefahren, Schlösser für 2. Schlüssell. Die Teilnehmenden erhalten wertvolle Tipps und Anregungen, wie man sich bereits im Vorfeld schützen kann.

● **Kurs 9227****Rolf Weber, Dipl.-Ing. Arbeitsschutz- und Arbeitssicherheitsexperte**

Mo. 31.08.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

gebührenfrei

Bildvortrag**Minderjährige in unserem Rechtssystem**

Der Referent erklärt in verständlicher Sprache kurz die Grundlagen unseres Strafrechtes, beschreibt die Begehungswesen häufiger Straftaten auf, zeigt den Ablauf von Ermittlungsverfahren und nennt die möglichen Bestrafungen. Auch

der Missbrauch „sozialer Medien“ (Mobbing, Cyber-Mobbing, Recht am eigenen Bild) mit seiner komplizierten Rechtslage wird erklärt. Der Vortrag ist insbesondere geeignet für Eltern, Lehrpersonen und Jugendliche ab 14.

● **Kurs 9228****Werner Michaltzik**

Di. 01.09.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

Vortrag**Rechtzeitig alles regeln – Bestattungsvorsorge**

In unserem Leben planen wir viele Dinge und versuchen für vieles eine Regelung oder Vorsorge zu treffen. Aber was kommt nach dem Leben? Was kommt bei Verlust eines Angehörigen neben der Trauer auf einen zu, was ist zu tun und was für Möglichkeiten gibt es? Wir informieren Sie darüber, was für Bestattungsformen und was für Vorsorgemöglichkeiten es heute gibt, um sich und die Hinterbliebenen sowohl finanziell als auch organisatorisch zu entlasten.

● **Kurs 9229****Thomas Tomczyk**

Mi. 02.09.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

gebührenfrei

Vortrag**Saarländisch für AnfängerInnen**

Beim Kurs „Saarländisch für AnfängerInnen“ erfahren Zugezogene auf heitere Art viel über den hiesigen Dialekt mit seinen Stolperfallen und lernen, dass es keinen einheitlichen saarländischen Dialekt gibt. Im Saarland werden nämlich mehrere Mundarten gesprochen. Am Ende sollten Sie Ausdrücke, wie der Schwenker schwenkt den Schwenker mühelos

verstehen.

● **Kurs 9230**

Stefan Kees

Fr. 04.09.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

VERANSTALTUNGSREIHEN

Veranstaltungsreihe „Wurm & Garten“
Wurmfarmer leisten einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz: Der dort produzierte Humus bindet Kohlenstoff, erhöht die Wasserspeicherfähigkeit des Bodens und bildet eine zentrale Grundlage für gesundes Pflanzenwachstum. In drei Kursen vermittelt Conrad Schäfer praxisnah, wie man eine Wurmbox für den Hausgebrauch baut und betreibt, spricht über alte und neue, überraschende Erkenntnisse aus der Wurmforschung und erklärt die Grundlagen der Kompostierung, des Bodennahrungsnetzes sowie die Anwendung von Wurmhumus und verwandten Produkten in Topf, Beet und Garten. Eine Box mit Würmern in ihrem natürlichen Habitat ist immer dabei. Sie wirken!

Vortrag

Die DIY-Wurmbox – da ist der Wurm drin

Küchenabfall wird zu Dünger, der Koch/ die Köchin zum Farmer/zur Farmerin. In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie mit einfachen und kostengünstigen Materialien eine effiziente Wurmbox für Küche, Keller oder Terrasse bauen können. Bei guter Haltung können die Würmer (Eisenia fetida) bis zu fünf Jahre alt werden – und danken es Ihnen mit dem besten Dünger, den es gibt: Wurmhumus, auch bekannt als „Schwarzes Gold“. Sie erhalten: Prakti-

sches Wissen rund um Wurmhaltung und Kompostierung, Einrichtungsmaßnahmen vor dem Wurmeinzug (es kommen 1000), Tipps zur Pflege und Nutzung, Futter und was Sie besser lassen sollten. Sie werden sicher auch Fehler machen, eine Notfallnummer verhindert die häusliche Krise.

● **Kurs 9231A**

Conrad Schäfer, Wurmfarmer, Unternehmer

Mi. 11.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 6,00

Vortrag

Der Wurm ist immer der Gärtner – Praktischer Leitfaden zum chemiefreien Gärtnern

Wo Regenwürmer leben, ist der Boden gesund. Wimmelt es im Garten nur so von ihnen, dann haben Sie beim Gärtnern vieles richtig gemacht. Was leistet der Wurm im Garten? Ausflug in die Rhizosphäre. Ton-Humus-Komplexe, der „Goldene Gral“ der Gärtnerin Wie kriege ich Würmer? Kaffeesatz und Melone, Kompost statt Blaukorn – Das große Fressen. Was sind eigentlich Mikro- und Makroorganismen? Ausflug ins Bodennahrungsnetz (Soil Food Web) Wurmhumus, Wurmtee und Co. – Selbstversorger gärtnern mit Mikroben.

● **Kurs 9231B**

Conrad Schäfer, Wurmfarmer, Unternehmer

Di. 17.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 6,00

Exkursion

Besichtigung einer Wurmfarm

Vermikultur Live – Besichtigung und Einführung in die Arbeitsweise einer Wurmfarm in Saarbrücken-Gersweiler als klimaschutzrelevante Zukunftstechnologie

Dozentinnen und Dozenten



WERNER MICHALTZIK

» Jahrgang 1952, pensionierter Polizeibeamter, reist gerne und liest viel, mehrsprachig, sammelt unnützes, aber dennoch interessantes Wissen, das er gerne in Vorträgen weitergibt. «



(Wurmtee inklusive).

● **Kurs 9231C**

Conrad Schäfer, Wurmfarmer, Unternehmer

Sa. 21.03.2026, 10:00 – 12:00 Uhr

Treffpunkt: Wurmhaus Gersweiler,
Krughütter Str. 14, 66128 Saarbrücken
gebührenfrei

Vortrag

Darwins Freunde in der Unterwelt – Der Haken ist wirklich der Falsche

„Man kann wohl bezweifeln, ob es noch viele andere Tiere gibt, welche eine so bedeutende Rolle in der Geschichte der Erde gespielt haben, wie diese niedrig organisierten Geschöpfe.“ (Charles Darwin: Die Bildung der Ackererde durch die Tätigkeit der Würmer (1881), S. 177). Ausgehend von Darwin machen wir eine Reise zurück nach Pangäa und bis in die Zukunft, wo Würmer Mond und Mars erobern sollen. Daten, Mythen & Legenden, Medizin- und Verhaltensforschung, alles dabei, auch Würmer zum Anfassen (vorer Hände waschen). Zum Schluss: Klima, Plastik, Schwermetalle und sonstige Gifte. Was der Wurm da leistet, und wo er aufgibt! Verbeugung angebracht!

● **Kurs 9231D**

Conrad Schäfer, Wurmfarmer, Unternehmer

Do. 09.04.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 6,00

Schätze der Industriekultur und Denkmäler der Technikgeschichte im Regionalverband Saarbrücken
Die Industrien haben im Saarland eindrucksvolle Industrielandschaften entstehen lassen. Heute ist das Saarland ein Schwerpunkttraum der Industriekultur in Europa. Es verfügt über ein etabliertes Image und einen hohen Bekanntheitsgrad als Industrieregion. Darüber hinaus zeichnet sich vor allem der Regionalverband Saarbrücken durch eine Vielzahl produktbezogener, technologischer, architektonischer, infrastruktureller und geographischer Charakteristika aus. Ihre Wirkung verstärkt sich durch die Dichte und Kombination industriekulturell bedeutender Orte – ein herausragendes Alleinstellungsmerkmal. Im Rahmen unserer vier Exkursionen besuchen wir wichtige und qualitätsvolle Orte der hiesigen Industriekultur. Dabei werden auch die Chancen, die das Thema Industriekultur dem Saarland eröffnet bzw. eröffnen kann, diskutiert und hinterfragt. Sie werden überrascht werden. Hinweis: Zu allen Rundgängen wird festes Schuhwerk empfohlen. Im Rahmen einer vierteiligen Veranstaltungsreihe lädt die vhs Regionalverband Saarbrücken zum Besuch wichtiger und qualitätvoller Orte der hiesigen Industriekultur ein.

Exkursion

Die Tagesanlagen der Grube Warndt bei Karlsbrunn – Bestand und Folgenutzungen

● **Kurs 9232**

Delf Slotta, Dipl.-Geogr.

So. 15.03.2026, 10:00 – 12:00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz vor Gelände der früheren Grube Warndt (Zufahrt über L 276 zwischen Dorf im Warndt und Karlsbrunn) gebührenfrei, Hutsammlung

Vorträge Christlicher Glaube

Christinnen und Christen glauben an Gott, Vater, Sohn und Heiligen Geist. Sie glauben, dass sie zum Leben befreit sind durch den Gott, der Himmel und Erde geschaffen hat, durch den Sohn, der die Versöhnung mit Gott erwirkt und die Hoffnung auf ein ewiges Leben schenkt und durch den Heiligen Geist, der sie teilhaben lässt am Leben in und mit Gott. In dem Vortrag wird der christliche Glaube evangelischer Prägung in kurzer und gebündelter Form vorgestellt.

Vortrag

Christlicher Glaube katholischer Prägung

Herzliche Einladung zu einer Rundreise über die wichtigsten christlichen Glaubensinhalte aus katholischer Sicht.

● **Kurs 9234A**

Patrik Altmeyer, kath. Pfarrer

Mo. 11.05.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

gebührenfrei

Vortrag

Christlicher Glaube evangelischer Prägung

Herzliche Einladung zu einer Rundreise über die wichtigsten christlichen Glaubensinhalte aus protestantischer Sicht.

● **Kurs 9234B**

Horst Gaever, ev. Pfarrer

Mi. 20.05.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

gebührenfrei

Energieberatung

In Kooperation mit der Verbraucherzentrale Saarland e.V. und dem Klimaschutzmanagement des Regionalverbandes Saarbrücken Informationen rund um das Thema Klimaschutz im Regionalverband finden Sie jederzeit digital unter www.regionalverband-saarbruecken.de/klimaschutz.

Vortrag

Maßnahmen zur Schimmelvermeidung

Schimmel in der Wohnung kann eine ernsthafte gesundheitliche Gefährdung für den Menschen darstellen. Wie entsteht Schimmel? Wie kann man Schimmelbildung vermeiden? Was kann man tun, wenn Schimmel bereits da ist? Auf all diese und noch weitere Fragen gibt Reinhard Schneeweiß, Energieberater der Verbraucherzentrale Saarland und Architekt, Antworten in seinem Vortrag.

● Kurs 9235A

Reinhard Schneeweiß, Energieberater der Verbraucherzentrale Saarland e.V.

Di. 12.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Alte Schule Naßweiler
gebührenfrei

Anmeldung erbeten bei der Verbraucherzentrale Saarland unter Fon 0681 50089-15 oder E-Mail an energieberatung@vz-saar.de

Vortrag

Energetische Gebäudesanierung auch für die „jungen Alten“

Energetisch gilt ein Haus als „alt“, wenn es vor 1995 gebaut wurde. Im Zuge der üblichen Sanierungszyklen bieten diese Häuser damit die Chance, den Energiebedarf bei einer Sanierung zu senken.

Je nach Umfang der Maßnahmen kann die Einsparungen bis 80% des bisherigen Energieverbrauchs zur Folge haben. Ein 150 qm-Haus könnte dementsprechend mit ca. 600 l Heizöl im Jahr beheizt werden bzw. mit 2000 kWh Strom über eine Wärmepumpe. Reinhard Schneeweiß, Energieberater der Verbraucherzentrale Saarland, erläutert, welche Maßnahmen im Einzelnen durchgeführt werden können, angefangen mit der Wärmedämmung, neuen Fenstern, effizienter Heizungstechnik bis zur Nutzung der Sonnenenergie. Darüber hinaus werden auch kritische Bereiche dargestellt, welchen man bei der Sanierung besondere Aufmerksamkeit widmen sollte. Neben energetischen Gesichtspunkten werden auch Förderprogramme vorgestellt.

● Kurs 9235B

Reinhard Schneeweiß, Energieberater der Verbraucherzentrale Saarland e.V.

Di. 09.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Alte Schule Naßweiler
gebührenfrei

Anmeldung erbeten bei der Verbraucherzentrale Saarland unter Fon 0681 50089-15 oder E-Mail an energieberatung@vz-saar.de

Vortrag

Welche Heizung für mein Haus?

Ein Heizungstausch sollte frühzeitig geplant werden, möglichst bevor die Heizung nicht mehr funktioniert. Mit einem ausreichenden zeitlichen Vorlauf ist ein durchdachter Wechsel der Heiztechnik möglich, zum Beispiel von fossiler zu erneuerbarer Energie. Viele Fragen sind dabei aber offen: Was ist vom Gesetzgeber vorgegeben? Welche Möglichkeiten des Einsatzes moderner Technologien, erneuerbarer Energien und effizienter Heiztechnik gibt es? Wie finde ich das

geeignete Heizsystem für mein Haus? Welche finanzielle Unterstützung durch Förderprogramme bietet der Staat?

● Kurs 9235C

Christine Mörgen, Energieberaterin der Verbraucherzentrale Saarland e.V.

Mi. 24.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Alte Schule Naßweiler
gebührenfrei

Anmeldung erbeten bei der Verbraucherzentrale Saarland unter Fon 0681 50089-15 oder E-Mail an energieberatung@vz-saar.de

Frankreich

Unseren direkten Nachbarn – besser kennen zu lernen – das ist Ziel einer Veranstaltungsreihe, die sich in drei Terminen mit Frankreich beschäftigt. Die Termine können unabhängig voneinander besucht werden.

Vortrag

Ideen mit französischen Partnern umsetzen – Tipps und Tricks, wie das leichter gelingt

Der schnellste und einfachste Weg zum Ziel ist: Französisch sprechen. Leider gibt es trotzdem eine Reihe von Hürden, mit denen ein Saarländer nicht rechnet. Mitarbeiter deutscher Behörden antworten meist innerhalb von 14 Tagen auf das Anliegen von Bürgern. Was auch immer Sie tun, sofern Sie die französischen Menschen nicht persönlich kennen, müssen Sie damit rechnen, dass Sie Ihr Anliegen wiederholen müssen. Menschen in Frankreich stellen sich am Telefon meistens nicht vor. Das macht Deutsche wahnsinnig. Denn wer mehrfach weiter verbunden wurde, wird garantiert nicht bei der Person landen, mit der er bereits gesprochen hat. Aber auch Verabredungen im nicht

privaten Bereich werden ganz anders getroffen als in Deutschland. Essen gehört dazu, wenn Sie mit den Menschen öfters zu tun haben wollen. Auf keinen Fall ein schneller Snack in einer 20-Minuten-Mittagspause. Aber auch die Platzierung ist wichtig, die Themen oder die umgekehrte Reihenfolge bei Reden.

● **Kurs 9236A**

Lisa Huth

Mi. 13.05.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

Vortrag

Frankreich – Geschichte und Land und Leute

In dem Vortrag wird den Teilnehmern die Geschichte von Frankreich erklärt und sie erfahren etwas über das Land und die Bevölkerung im Allgemeinen.

● **Kurs 9236B**

Karsten Deetz

Mo. 08.06.2026, 18:00 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

Lesungen aus den Büchern:

„... nur mit dem Herzen sieht man gut“ und „... in einer einzigen Rose finden – weitere Einblicke in eine große Nation“

Karsten Deetz liest aus seinen beiden Büchern: ... nur mit dem Herzen sieht man gut“ und „... in einer einzigen Rose finden – weitere Einblicke in eine große Nation“ über kleine und große Geschichten aus unserem Nachbarland Frankreich. Im Anschluss an die Lesungen besteht bei gekühlten Getränken Gelegenheit, über die Lesungen zu diskutieren.

● **Kurs 9236C**

Karsten Deetz

So. 30.08.2026, 10:00 – 12:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

gebührenfrei

Lebensmittel Wasser – ein Warndtprodukt

Wasser ist das wichtigste Lebensmittel. Erfahren Sie in der Seminarreihe „Lebensmittel Wasser – ein Warndtprodukt“ die Grundlagen der Wassergewinnung und -aufbereitung. Lernen Sie alles über den Wasserkreislauf, die Eigenschaften von Trinkwasser und die regelmäßigen Wasserproben. Sie erfahren mehr über das wasserreiche Gebiet Warndt, die Historie der Wassergewinnung sowie aktuelle Herausforderungen wie den Klimawandel. Zudem werden moderne Technologien zur Wasserförderung und -verteilung vorgestellt, einschließlich Methoden zur Lecksuche im Leitungsnetz. Am letzten Tag haben Sie die Möglichkeit, unser Wasserwerk und Brunnenanlage zu besichtigen. Die Termine können unabhängig voneinander besucht werden. Treffpunkt bei allen Terminen: Betriebsgebäude des Wasserzweckverbandes Warndt, Am Bürgermeisteramt 1, 66333 Völklingen-Ludweiler

Lebensmittel Wasser – ein Warndtprodukt (Teil 1/Einführung)

Einführung in die Thematik /Was macht Wasser zum Trinkwasser. Ressource Wasser, müssen wir Wasser sparen? – virtuelles Wasser; der Warndt und seine Bedeutung für die Wassergewinnung; sichere Wasserversorgung seit 1909, Historie der Wasserversorgung im Warndt und heutige Struktur.

● **Kurs 9237A**

Thomas Feltes, Technischer Mitarbeiter

des WZVW

Mo. 03.08.2026, 18:00 – 20:00 Uhr

Treffpunkt: Betriebsgebäude des

Wasserzweckverbandes Warndt

Am Bürgermeisteramt 1

66333 Völklingen-Ludweiler

gebührenfrei

Lebensmittel Wasser – ein Warndtprodukt (Teil 2/Die Wassergewinnung)

Technik der modernen Wasserversorgung vom Brunnen über die Aufbereitung bis zur Verteilung zum Endkunden. Wozu benötigt man Hochbehälter? Aufgaben der Leitwarte und Überwachung des Leitungsnetzes; Klimawandel und Wassergewinnung im Warndt und weitere aktuelle Herausforderungen.

● **Kurs 9237B**

Thomas Feltes, Technischer Mitarbeiter des WZVW

Mi. 05.08.2026, 18:00 – 20:00 Uhr

Treffpunkt: Betriebsgebäude des

Wasserzweckverbandes Warndt

Am Bürgermeisteramt 1

66333 Völklingen-Ludweiler

gebührenfrei

Lebensmittel Wasser – ein Warndtprodukt (Teil 3/Besichtigung der Anlagen)

Aufgaben, die Bohrungen, Wasseraufbereitung, das Wasserwerk, der Aufbereitungsprozess, die Wasserspeicherung, die Hochbehälter, die Wasserverteilung

● **Kurs 9237C**

Thomas Feltes, Technischer Mitarbeiter des WZVW

Sa. 08.08.2026, 10:00 – 12:00 Uhr

Treffpunkt: Betriebsgebäude des

Wasserzweckverbandes Warndt

Am Bürgermeisteramt 1
66333 Völklingen-Ludweiler
gebührenfrei

POLITISCHE BILDUNG

Vortrag

80 Jahre UNO

Von 51 Staaten gegründet im Jahre 1945 als Nachfolger des gescheiterten Völkerbundes stellt die UNO seit 18 Jahren die maßgebliche Grundlage der regelbasierten Weltordnung. Wie sieht die heute aus?

● Kurs 9239

Edgar Werner Müller,
Geograph und Politikwissenschaftler

Do. 26.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
gebührenfrei

Vortrag

Der Drache und der Elefant: Das Ende der Illusion vom Indo-Pazifik-Bündnis

Landläufig gelten Indien und China als Konkurrenten in der Wirtschaftsentwicklung und als Gegner im geopolitischen Machtanspruch. Indien und der Indopazifik werden daher gerne bündnispolitisch gegen China ausgespielt. Kann diese Rechnung noch aufgehen angesichts der amerikanischen Disruptionspolitik, die eine Zerschlagung der politischen Ordnung mit dem Bestreben eine ungehinderte Machtausübung einer kleinen oligarchen Gruppe.

● Kurs 9240

Edgar Werner Müller,
Geograph und Politikwissenschaftler

Do. 30.04.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
gebührenfrei

Bildvortrag

Deutschlands koloniale Vergangenheit in Asien und der Südsee

Die Geschichte der Deutschen Kolonien in der Zeit des Wilhelminischen Kaiserreichs zwischen 1871 und 1918 ist ein Thema, das durch schicksalhafte Ereignisse in der deutschen Geschichte des 20. Jahrhunderts völlig überlagert wird. Während in diesem Zusammenhang – auch bedingt durch die aktuelle Debatte um die Rückgabe von kolonialem Raubgut – vielleicht noch erinnert wird, dass es in Afrika deutsche Kolonialgebiete gab, ist das Wissen um die deutschen Schutzgebiete in Asien und im Südpazifik in weiten Kreisen nicht oder nur bruchstückhaft vorhanden. Dieser Vortrag mit vielen, illustrierten Farbfotografien aus der Zeit vor dem 1. Weltkrieg, möchte dazu beitragen hier eine Lücke schließen.

● Kurs 9241

Manfred Bender, Antiquariat Bender

Mo. 13.04.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Alte Schule Naßweiler
EUR 5,00

Veranstaltungsreihe: Politische Theorie

Vortrag

Politische Theorie – Teil I: Politische Arbeitsbegriffe

Mit einer Reihe von problembezogenen Betrachtungen analysiert der Dozent gängige politische Begriffe, beginnend mit der Unterscheidung der Begriffe: progressiv-konservativ-traditionalistisch, die wesentlich die Auseinandersetzung der letzten hundert Jahre geprägt haben, und die noch heute die Sitzordnung in den Parlamenten bestimmen. Welche Haltungen und Konzepte stehen dahinter?

Ist der Neopopulismus die reaktionäre Antwort darauf?

● Kurs 9242A

Edgar Werner Müller,
Geograph und Politikwissenschaftler

Mi. 03.06.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
gebührenfrei

Vortrag

Politische Theorie – Teil II: Weltordnungskonzepte und die Wahrung des Friedens

Bis zum 400sten Jahrestag des Westfälischen Friedens vom 14. Oktober 1648 sind es noch 30 Jahre hin, aber vor vier Jahrhunderten begann am 23. Mai mit dem Prager Fenstersturz der Zusammenbruch der bekannten Weltordnung. Welche Weltordnungskonzepte konnten oder sollten den Frieden vorher oder seitdem sichern? Mit welchem Erfolg? War das religiöse Denken als Ursache aller Feindschaft überwunden? Traten andere Ideologien an ihre Stelle? Wie lassen sich heutige Umbrüche einordnen, und gerät die Welt aus den Fugen? Mit einer groben Übersicht über die bisher bedeutsamen Weltordnungskonzepte stellt sich der Dozent diesen Betrachtungen.

● Kurs 9242B

Edgar Werner Müller,
Geograph und Politikwissenschaftler

Mi. 10.06.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
gebührenfrei

Vortrag

Politische Theorie – Teil III: Entwicklungstheorien

Deutschland geht es gut. Als Nachfolger der britischen Industrialisierung und auferstanden aus Ruinen zweier Weltkriege hat es sich entwickelt. Nach 1945 und mit

der Gründung der UNO hatte man sich vorgenommen, auch die damalige „Dritte Welt“ zu entwickeln. Was ist daraus geworden? Welche Konzepte haben sich wo und unter welchen Umständen bewährt? Mit einem Überblick über die einschlägigen Entwicklungstheorien und ihrer Umsetzung erörtert der ehemalige Gastprofessor für Politikwissenschaft der Zhongnan-Universität Edgar Werner Müller die Ergebnisse der Bemühungen von 70 Jahren.

● **Kurs 9242C**

Edgar Werner Müller,
Geograph und Politikwissenschaftler

Mi. 17.06.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
gebührenfrei

**Filmvorführung mit anschließender
Diskussion**

**Dokumentarfilmtrilogie
„Mein Leben – Mein Film:
Gestern. Heute. Morgen“**

Kurzfilme über ukrainische Flüchtlinge im Saarland. Ukrainischen Flüchtlingen begegnet man täglich in den öffentlichen Verkehrsmitteln, in den Lebensmittelgeschäften, in den Kitas und Schulen, allmählich auch am Arbeitsplatz. Aber wie geht es diesen Menschen? Was bewegt sie? Was macht der Flüchtlingsstatus mit ihnen und wie sehen sie ihre und evtl. auch unsere gemeinsame Zukunft? Neun Protagonistinnen und Protagonisten, die im Saarland leben, erzählen ihre Lebensgeschichte und zeigen ganz persönliche Bilder und Videos, die sie mit ihren Smartphones in der Ukraine und in Deutschland aufgenommen haben. FSK 18 Jahre.

● **Kurs 9243**

Kateryna Haidarzhyi,
Ukrainefreunde Saar e.V.

Do. 03.09.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
gebührenfrei

NATUR & KLIMA

Exkursion

Ameisen-Safari

Ameisen sind die Superhelden des Waldes: Sie lockern den Boden auf, zerkleinern totes Holz, fressen tote und kranke Tiere. Ameisen sorgen dafür, dass sich andere Insekten nicht massenhaft vermehren und verbreiten Pflanzensamen, die viel größer und schwerer als sie selbst sind. Bei dem Abenteuer in der Natur erfahren wir, warum Ameisen manchmal umziehen müssen, wie es in einem Ameisenbau aussieht und warum man sich lieber nicht mit einer Ameise anlegen sollte. Die Veranstaltung eignet sich für Familien mit Kindern ab ca. 6 Jahren.

Bitte individuell Picknick und Getränke für Groß und Klein mitbringen und festes Schuhwerk anziehen!

● **Kurs 9244**

Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter

Sa. 25.04.2026, 15:00 – 18:00 Uhr
Treffpunkt: St. Nikolauser Str. 75,
66352 Naßweiler (Birkenhof)
EUR 5,00

Workshop

**Waldkunst – Wir erschaffen
Kunstwerke aus Naturmaterialien**

Die Veranstaltung eignet sich nicht nur, aber insbesondere für Familien mit Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter. Die Teilnehmer begeben sich auf eine spannende Entdeckungsreise in die Natur und beschäftigen sich intensiv mit ihr. Dabei kommen Spiel, Spaß und Spannung garantiert nicht zu kurz. Sie sammeln gemeinsam Baumaterialien, um daraus

nach Herzenslust kreative Kunstwerke aus Naturmaterialien, wie eine Eule, zu schaffen. Bewegung, Sinneseindrücke und Naturerleben machen den Waldspaziergang zu einem unvergesslichen Abenteuer. Wir veranstalten ein kleines Picknick. Bitte individuell Picknick und Getränke für Groß und Klein mitbringen! Die Teilnahme von Kindern ist nur in Begleitung von einem Erwachsenen möglich.
Es empfiehlt sich das Tragen von Arbeitshandschuhen, dem Wetter angepasster Kleidung sowie geschlossener, stabiler Schuhe.

● **Kurs 9245**

Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter

Sa. 23.05.2026, 15:00 – 17:30 Uhr
Treffpunkt: Schutzhütte „Zu den Eichen“,
St. Nikolaus
EUR 5,00

Diavortrag

**Schmetterlinge:
das sollten alle wissen**

Dass Schmetterlinge von Blume zu Blume flattern, um Nahrung zu suchen, wissen die meisten Menschen. Auch dass sie zu den Insekten zählen, meistens einen kleinen, dünnen Körper mit vier großen, oft farbigen oder bunten Flügeln haben. In dem Diavortrag wird auf viele Einzelheiten um die Schmetterlinge eingegangen, unter anderem: Welche Arten von Schmetterlingen gibt es? Wo leben Schmetterlinge? Wie vermehren sich Schmetterlinge? Wie wird aus der Raupe ein Schmetterling? Was bedeuten die Flügelmuster? Was fressen Schmetterlinge? Wie lange leben sie und was machen sie im Winter? Was sind die Feinde der Schmetterlinge? Welche Phasen durchläuft der Schmetterling während seines Lebens? Wo gibt es keine Schmetterlinge?

● **Kurs 9246****Roland Summkeller**

Fr. 05.06.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

Vortrag**Die Klimaänderung und ihre regionalen Auswirkungen am Beispiel des Warndts**

Die Folgen der globalen Klimaänderung zeigen bereits deutliche Auswirkungen auf lokaler Ebene, wie sich am Beispiel des Warndts zeigen lässt. Im Vortrag werden neben den Ursachen des Klimawandels Faktoren des lokalen Wettergeschehens und mikroklimatische Effekte betrachtet.

● **Kurs 9247****Jürgen Krisam,****M.Sc. Umweltwissenschaften**

Fr. 12.06.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

Exkursion**Wasserforscher**

Bei der Exkursion zum „Lebensraum Bach“ rund um die Sproßmannsquelle lernen die Teilnehmer, welche Tiere in unseren Fließgewässern leben und welche ökologischen Aufgaben sie dabei einnehmen. Die interessantesten Kleinstlebewesen, wie der Bachflohkrebs oder die Köcherfliegenlarve, werden gesammelt und unter die Lupe genommen. Vielleicht entdecken die Teilnehmer im Umfeld des Baches auch einen Frosch oder sogar einen Feuersalamander. Am Lebensraum Bach ist alles möglich. Bitte mitbringen: Gummistiefel, Handtuch, bei Bedarf Wechselkleidung. Die Exkursion ist besonders geeignet für Kinder von 6 bis 15 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen.

● **Kurs 9248****Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Sa. 13.06.2026, 15:00 – 17:00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz Schloßstr. – L 276 – vor Friedhof Karlsbrunn

EUR 5,00

PowerPoint-Präsentation**Bienen: das sollte jeder wissen**

Dass Bienen Insekten sind, den Menschen Honig liefern und dafür sorgen, dass wir reichlich Früchte ernten können, weil sie die Blüten der Pflanzen bestäuben, wissen die meisten Menschen. Einzelheiten zu ihrem Körper, zu ihrem Lebensraum, ihrem Alltag, ihrer Ernährung und zu den verschiedenen Arten kennen dagegen viele Menschen nicht. In der Power-Point-Präsentation erhalten die Teilnehmenden Antworten auf diese Fragen und sonstiges Wissenswertes über die Bienen.

● **Kurs 9249****Josef Ruschel**

Fr. 07.08.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

Vortrag**Die Abwasserbeseitigung im Warndt**

Der Vortrag bietet einen Einblick in die Abwasserbeseitigung im Warndt. Neben der Organisation und Technik der Abwasserbehandlung werden auch ökologische Aspekte dargestellt. Inhalte: Kernaufgaben der Siedlungswasserwirtschaft; Herkunft und Zusammensetzung des Abwassers; Mikroschadstoffe im Abwasser; Die Kläranlagen im Warndt; Grenzüberschreitende Abwasserreinigung; Technik der Abwasserbehandlung; Gewässerschutz im Warndt – Die Rossel und ihr ökologischer Zustand; Gewässerschutz beginnt im Haushalt; Einfluss des Klimawandels.

● **Kurs 9250****Jürgen Krisam,****M.Sc. Umweltwissenschaften**

Fr. 21.08.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

Vortrag**Trüffel im Saarland – Schätze der Natur**

In dem Vortrag wird aufgezeigt, welche der 500 Trüffelarten bei uns vorkommen und wie die Entwicklung der Trüffel vonstatten ging. Es werden Trüffelfamilien mit verschiedenen Arten und Sporen vorgestellt. Sie erfahren, wo es in Deutschland und im Saarland Trüffel gibt. Auch auf die Trüffelsuche mit Hund wird eingegangen. Gabi Wenk arbeitet mit der Mykologischen Gesellschaft zusammen, hält Vorträge über Trüffel und Trüffelanbau und bildet Hunde zu Trüffelhunden aus. Sie ist selbst mit ihrem Hund in Deutschland aber auch in ganz Europa unterwegs, um Trüffelvorkommen aufzuspüren und die Standorte zu dokumentieren. Sie beschäftigt sich intensiv mit der Anlage von Trüffelplantagen. Aus eigenen Erfahrungen und mit eigenen Kenntnissen beantwortet sie im Vortrag aufkommende Fragen professionell.

● **Kurs 9251****Gabi Wenk, Forschungsgruppe Hypogäen**

Mi. 26.08.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

EXKURSIONEN/LÄNDER/ REISEBERICHTE/WANDERUNGEN/ BETRIEBSBESICHTIGUNGEN

Videofilm

Jordanien

Jordanien ist nicht nur das Heilige Land der Bibel, sondern auch Römer und Nabatäer haben hier großartige Zeugnisse ihrer früheren Präsenz hinterlassen. Der Videofilm des Autors in Großprojektion zeigt neben den heiligen Orten der Christenheit imposante Ruinenstädte aus der Römerzeit sowie Petra, die Felsenstadt der Nabatäer. Ein eindrucksvoller Aufenthalt in der Felsenwüste Wadi Rum sowie in der Hafenstadt Aquaba am Roten Meer runden den Film ab.

● Kurs 9253

Holger Lohmann

Di. 24.03.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Alte Schule Naßweiler
EUR 5,00

Betriebsbesichtigung

Besuch im Biomasse-Heizkraftwerk Warndt

Die Teilnehmer schauen sich das erste Biomasseheizkraftwerk im Saarland, das Ende 2009 in den regulären Anlagenbetrieb ging, näher an. Die Biomasseanlage wird mit waldfischem Holz „gefüttert“. Von einem Holzbunker wandert das Holz über Schubboden und Kettenförderer in den Biomassekessel, wo es bei Temperaturen von bis zu 1.000 Grad verbrannt wird. Die Anlage erzeugt pro Jahr rund 13.400 Megawattstunden Wärme. Damit können 3350 Einfamilienhaushalte mit Strom und 2833 Haushalte mit Wärme versorgt werden. Die Wärme dient u. a. auch der Fernwärmeversorgung von Haushalten in der Gemeinde Großrosseln. *Die TeilnehmerInnen müssen mindestens*

14 Jahre alt sein und vor Betreten des Werksgeländes eine „Einweisung“ für Besucher unterschreiben und die darin beschriebenen Verhaltensmaßregeln beachten. Sie müssen festes Schuhwerk tragen.

● Kurs 9255

Markus Schuler, Betriebsstättenleiter

Mi. 25.03.2026, 14:00 – 15:30 Uhr
Treffpunkt: Biomasse-Heizkraftwerk Warndt, Zum alten Bergwerk, 66352 Großrosseln
gebührenfrei

PowerPoint-Präsentation

Mit dem Fahrrad unterwegs im Ruhrgebiet

Ruhrpott: Hütten, Bergbau, Dreck, Menschen, Verkehr!
Kann man da Rad fahren? O ja, man kann, und zwar sehr angenehm meist auf verkehrsarmen grünen Wegen durch Wälder und Parks, auf die der Referent genauer eingeht. Zu sehen gibt es natürlich auch viel Industriekultur wie bei uns, nur größer und mit mehr Geld vorzeigbar ausgestattet. Darüber hinaus lohnen die Städte Essen, Mülheim, Duisburg, Oberhausen, Bochum und Hattingen ein genaueres Hinschauen, wie die mit Power-Point gezeigten Bilder beweisen.

● Kurs 9254

Werner Michaltzik

Di. 31.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
EUR 5,00

Bildvortrag

Unbekannter Bodensee – Geheimtipps für den Urlaub

Mainau, Reichenau, Birnau, Lindau – Pfahlbauten, Konzil und Zeppelin kennt jeder. Aber was sagen Ihnen Fridingen, Liggeringen, Büsingen, Schienen oder

Baitenhausen? Der Bildvortrag zeigt Ihnen pittoreske Dörfchen, versteckte Ecken und ungewöhnliche Attraktionen rund um den Bodensee als sehens- und erlebenswerte Ziele für kleine Ausflüge, wenn man dort Urlaub macht.

● Kurs 9256

Werner Michaltzik

Fr. 24.04.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
EUR 5,00

In Kooperation mit der Gemeinde Großrosseln

Wanderungen

Yoga-Wanderung mit Iris Bäuml

Entschleunigung, eine echte Pause für deine Seele, Ruhe erfahren in der Natur ... darum geht es bei der Yoga-Wanderung. Bei einem achtsamen Spaziergang, kombiniert mit harmonisierenden Yoga Asanas und Meditation bringst du dich ins Hier und Jetzt und zurück zu dir Selbst! *Mitzubringen ist ein Sitzkissen für draußen, wetterangepasste Kleidung, gerne etwas zu trinken.*

● Kurs 9257A

Iris-Marie Bäuml

Sa. 25.04.2026, 11:00 – 14:00 Uhr
Treffpunkt: Jagdschloss und Forstgarten Karlsbrunn, Parkplatz gegen
EUR 25,00
Anmeldung erforderlich bei Iris-Marie Bäuml unter Fon 0151 5472885 oder Mail an iris@yoga-natur-seele.de

Yoga-Wanderung mit Iris Bäuml

● Kurs 9257B

Iris-Marie Bäuml

Sa. 11.07.2026, 11:00 – 14:00 Uhr
Treffpunkt: Jagdschloss und Forstgarten Karlsbrunn, Parkplatz gegen
EUR 25,00

Anmeldung erforderlich bei Iris-Marie
Bäumler unter Fon 0151 54728885 oder
Mail an iris@yoga-natur-seele.de

Exkursion

Kräuterwanderung – Fitmacher im Frühling

Der Frühling ist da, und mit ihm die ganze Vielfalt der Kräuterwelt. Überall grünt es, überall wächst ein kleines Kraut. Gemeinsam machen wir uns auf, die kleinen und großen Kräuter zu finden. Lecker und gesund und ganz frisch. Was vorher noch ein Unkraut war, wird zur kleinen Leckerei.

● Kurs 9258

Tanja Both, Natur-,

Kräuter- und Umweltpädagogin

So. 26.04.2026, 10:00 – 11:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 18,00 (inkl. EUR 4,00 für Materialkosten)

In Kooperation mit der Gemeinde
Großrosseln

Wanderung

Zu Heidschnuckenlämmern und Büffelhälbern – Familienwanderung um Karlsbrunn und St. Nikolaus

Die Familienwanderung bringt uns zu den Kinderstuben von schwarzgelockten, quirligen Heidschnuckenlämmern, hellbraunen Limousin-Kuhkälbern und ungewöhnlichen schwarzen Wasserbüffelhälbern. Den Lämmern ganz nah, gewährt uns zum Abschluss der Landschaftspflegeverein Karlsbrunn Einblick in den Alltag und die Arbeit mit diesen Tierkindern. *Hunde sind bei dieser Familienwanderung nicht erlaubt.*

● Kurs 1309

Ellen Litzenburger, Dipl.-Geogr.

Sa. 18.04.2026, 09:30 – 13:30 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz am Friedhof
Ortseingang Karlsbrunn, Strecke: ca. 4 km
EUR 8,00 Erwachsene/5,00 (Kinder

Exkursion

Trüffelsuche mit Hund Candy

Bei uns im Saarland gibt es ca. 500 verschiedene Trüffelarten: Beobachten Sie den ausgebildeten Trüffelhund Candy mit der Trüfflexpertin Gabi Wenk bei der Suche nach weiteren Arten in unserem Wald; 175 verschiedene Arten wurden von ihr bereits entdeckt.

Andere Hunde dürfen nicht mitgebracht werden.

● Kurs 9259

Gabi Wenk, Forschungsgruppe Hypogäen

Do. 14.05.2026, 14:00 – 16:00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz vor dem

Karlsbrunner-Wildpark Snack

(Zufahrt über die L276)

EUR 14,00

Bildvortrag

Sylt und Helgoland

Deutschlands nördlichste Insel, 40 km Sandstrand, 280 km Radwege, 33% Naturschutzgebiete, wenige Einheimische und bis zu 1 Million Gäste – warum ist Sylt als Urlaubsziel so beliebt? Was Sylt seinen BesucherInnen bietet, zeigt dieser Bildvortrag: ein lebendig-urbanes Westerland, typisch friesische Dörfer, viel Landschaft und ein weiter Himmel – all das und noch viel mehr Bekanntes und Unbekanntes, verbunden mit vielen Informationen zu Land und Leuten und ergänzt mit einem Ausflug nach Helgoland, Deutschlands einziger Hochseeinsel, die man auch einmal gesehen haben sollte.

● Kurs 9260

Werner Michaltzik

Di. 19.05.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
EUR 5,00

PowerPoint-Präsentation

Schlösser der Loire

In seinem Vortrag geht der Referent auf die historischen und geographischen Besonderheiten der Loire ein und stellt dann einige der bekannten und weniger bekannten Loireschlösser vor, darunter Amboise, Chambord, Chenonceau, Ussé und Villandry, mit Daten zu Bauzeiten und Besitzern sowie Bildern zu Architektur und Gartenkunst. Wichtige Persönlichkeiten mit Bezug zur Touraine werden erwähnt, aber auch landschaftliche Eindrücke und Kirchen kommen nicht zu kurz.

● Kurs 9261

Werner Michaltzik

Di. 23.06.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

GESUNDHEITSBILDUNG & GESUNDHEITSPRÄVENTION

Veranstaltungsreihe – Ernährung mit Umdenken zu Ziel

Workshop

Teil 1:

Workshop zu ernährungspsychologischen Grundlagen

Du versuchst deine Ernährung umzustellen, abzunehmen oder dich gesünder zu ernähren? Und nach kurzer Zeit, wenn der Alltag dominiert oder du in Stress gerätst, kommen die alten Gewohnheiten zum Vorschein – und zudem der Frust „es wieder nicht geschafft zu haben“. Das liegt daran, dass Nahrung für uns nicht nur die Deckung des Energie- und Nähr-

stoffbedarfs ist, sondern auch individuelle psychische Bedürfnisse damit gedeckt werden. In diesem Workshop lernst du, was ernährungspsychologischen Faktoren sind und wie sie wirken. Du erarbeitest dir, wie sich diese Faktoren bei dir ausprägen und wie du mit diesem Setup arbeiten kannst, um dein Ernährungsziel zu erreichen.

● **Kurs 9262A**

Dr. Natalie Fuß, Ökotrophologin sowie Systemischer Personal & Business Coach

Sa. 21.03.2026, 10:15 – 13:15 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 20,00

Workshop

Teil 2:

**Erweiterungs- und Vertiefungs-
Workshop zur Ernährungspsychologie**

Zu diesem Workshop ist der Workshop Teil 1: „Ernährung – Mit Umdenken zum Ziel – Ernährungspsychologische Grundlagen“ Voraussetzung oder es bedarf vorab einer individuellen Absprache mit der Dozentin. Ernährung ist mehr als nur die Deckung des Energie- und Nährstoffbedarfs. Du hast in Teil 1 deine persönlichen Einflussfaktoren herausgearbeitet und Erfahrung damit gesammelt, diese in deinen Alltag zu integrieren? In diesem Aufbauworkshop wirst du diese Erfahrungen mit geeigneten Coaching-Interventionen reflektieren und so anpassen, dass sie dich in Richtung deines persönlichen Ernährungsziels bringen.

● **Kurs 9262B**

Dr. Natalie Fuß, Ökotrophologin sowie Systemischer Personal & Business Coach

Sa. 11.04.2026, 10:15 – 13:15 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 20,00

Workshop

Teil 3:

**Erweiterungs- und Vertiefungs-
Workshop zur Ernährungspsychologie**

Zu diesem Workshop ist der Workshop Teil 1: „Ernährung – Mit Umdenken zum Ziel – Ernährungspsychologische Grundlagen“ Voraussetzung und idealerweise auch die Teilnahme an Teil 2. In Teil 1 und 2 hast du gelernt, welches die psychologischen Einflussfaktoren auf deine Ernährung sind und schon Strategien erarbeitet, wie du mit diesen Faktoren im Alltag arbeiten kannst, damit sie dich deinem Ernährungsziel näher bringen. Du möchtest jedoch noch tiefer in die Welt der Glaubenssätze, Gewohnheiten, sozialen Faktoren einsteigen, die dich und deine Ernährung beeinflussen? Deine Ziele weiter festigen und in den Alltag integrieren? In diesem dritten Workshop-Teil wirst du deine individuelle „Ernährungspsychologische Landkarte“ fertigstellen und mit fortgeschrittenen Interventionen auch hartnäckige Hindernisse bearbeiten können.

● **Kurs 9262C**

Dr. Natalie Fuß, Ökotrophologin sowie Systemischer Personal & Business Coach

Sa. 25.04.2026, 10:15 – 13:15 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 20,00

Wochenend-Workshop

Atem – Ruhe und Bewegung

Nach der Methode von Prof. Ilse Middendorf® den eigenen Atem erkunden. Achtsame Hinwendung, sanfte Dehnungen und leichte, spielerische Bewegungen vertiefen den natürlichen Atemfluss. Wo er ins Stocken geraten ist, kann er freier werden, das Zwerchfell wieder leichter schwingen. So können Gelassenheit, Freude und neue Kraft entstehen. Die

Übungen werden meist im Sitzen oder Stehen ausgeführt.

Bitte bequeme Kleidung und warme Strümpfe mitbringen.

● **Kurs 9263**

Ute Mühlbauer, Atempädagogin nach Middendorf

Sa. 21.03.2026, 15:00 – 18:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 27,00

Vortrag

Demenz – Was dann?

Pflegende Angehörige sind mit der Betreuung von Menschen mit Demenz vor besondere Aufgaben gestellt. Angehörige von Menschen mit Demenz (z. B. Alzheimer-Krankheit) sind nicht nur den Belastungen ausgesetzt, wie man sie auch bei Angehörigen von Patienten mit schweren chronischen, körperlichen Erkrankungen findet. Hinzu kommen vielmehr noch spezielle Probleme durch Desorientiertheit, Umkehr des Tag-Nacht-Rhythmus, Vergesslichkeit, Aggressivität und Wesensveränderung, die die Beziehung zwischen Betreuer und Betreutem zunehmend belasten und verändern, häufig die Zuneigung auslaugen. Saarlandweit sind derzeit ca. 25.000 Menschen von Demenz betroffen. 80% der Betroffenen werden im Saarland von ihren Angehörigen, in der Häuslichkeit versorgt, mehr als im Bundesdurchschnitt. Die Veranstaltung bietet die Möglichkeit zur Information, zur Diskussion und zum Erfahrungsaustausch über demenzielle Erkrankungen.

● **Kurs 9264**

Andreas Sauder, Landesfachstelle Demenz Saarland

Mo. 18.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

gebührenfrei

ERSTEHILFE

Wochenendkurs

Erste Hilfe in allen Lebenslagen

Den Teilnehmenden werden Grundbegriffe der Ersten Hilfe erklärt. Sie lernen sie im Alltag und allen Lebenslagen bei Erwachsenen und Kindern anzuwenden. Dazu gehört auch der Umgang mit einem Defibrillator. Es werden keine Vorkenntnisse erwartet. Kenntnisse aus früheren Erste-Hilfe-Kursen werden aufgefrischt und auf Fragen wird individuell eingegangen.

● Kurs 9265

Hans-Peter Zimmer, Rettungssanitäter

Sa. 06.06.2026, 09:00 – 12:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 8,00

Tagesseminar

Rotkreuzkurs Erste Hilfe (Ausbildung)

Ob Verkehrsunfall, Schnittwunde oder Herzinfarkt – die hohe Anzahl von Notfällen in den verschiedensten Bereichen macht es dringend notwendig, möglichst viele Personen auszubilden, die im Ernstfall adäquate Erste Hilfe (EH) leisten können. Der Rotkreuzkurs EH wendet sich dabei grundsätzlich an alle Interessierten, da keinerlei Vorkenntnisse erforderlich sind. Neben den lebensrettenden Sofortmaßnahmen werden gezielt weiterführende Inhalte vermittelt, um ein breites Spektrum möglicher Notfälle fachgerecht abzudecken. Themen und Anwendungen: Eigenschutz und Absichern von Unfällen, Helfen bei Unfällen, Wundversorgung, Umgang mit Gelenkverletzungen und Knochenbrüchen, Verbrennungen, Hitze-/Kälteschäden, Verätzungen, Vergiftungen, lebensrettende Sofortmaßnahmen wie stabile Seitenlage und Wiederbelebung

sowie zahlreiche praktische Übungsmöglichkeiten. Dieser Lehrgang liefert Ihnen die Handlungssicherheit in EH bei nahezu jedem Notfall in Freizeit und Beruf. Der Kurs findet in Kooperation mit dem DRK KV Saarbrücken e.V. statt. Das DRK ist durch Berufsgenossenschaften (BG) und Unfallversicherungsträger (UVT) ermächtigt, die Ausbildung für (betriebliche) Ersthelfer durchzuführen. In vielen Fällen werden die Kosten durch die für die Teilnehmer zuständige BG bzw. UVT übernommen. Teilnehmer, die zu dieser Personengruppe zählen, werden gebeten, Einzelheiten mit dem DRK abzuklären. Der Kurs ist für betriebliche Ersthelfer, Führerscheinbewerber und Übungsleiterinnen geeignet.

● Kurs 9266A

Hans-Peter Zimmer, Rettungssanitäter

Mo. 10.08.2026, 08:00 – 15:45 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 65,00 (bei privater Zahlung ist die Gebühr am Schulungstag bar zu entrichten)

Anmeldungen bei DRK Kreisverband Saarbrücken e.V., Ursulinenstr. 22,

66111 Saarbrücken, Fon 0681 375910,

E-Mail: info@kv-saarbruecken.drk.de

Tagesseminar

Rotkreuzkurs Erste Hilfe (Fortbildung)

Ein Notfall kann jederzeit und überall passieren – ob im Straßenverkehr, am Arbeitsplatz oder im privaten Umfeld. In solchen Momenten zählt jede Sekunde. Nur wer regelmäßig seine Kenntnisse in Erster Hilfe auffrischt, kann in kritischen Situationen sicher, schnell und richtig handeln. Erste-Hilfe-Fähigkeiten verblasen mit der Zeit. Studien zeigen, dass viele Menschen bereits ein Jahr nach ihrer Ausbildung nicht mehr sicher wissen, was im Ernstfall zu tun ist. Eine regelmäßige

Dozentinnen und Dozenten



DR. NATALIE FUSS

» Die Leidenschaft für Themen der persönlichen Weiterentwicklung hat sie zur Ausbildung zur systemischen Personal & Business Coaching geführt. Diese Themen möchte sie damit nicht nur für sich anwenden und nutzen können, sondern auch den Zugang dazu weitervermitteln. «

ge Fortbildung stellt sicher, dass Sie im Notfall nicht zögern – sondern handeln. Ob für die Sicherheit Ihrer Mitmenschen, die eigene Handlungssicherheit oder als gesetzliche Pflicht in bestimmten Berufsgruppen: Erste Hilfe geht uns alle an. Die Erste Hilfe Fortbildung ist ein Auffrischungs- und Vertiefungslehrgang für Ersthelfer, deren Erste-Hilfe-Ausbildung nicht länger als zwei Jahre zurückliegt. Im Kurs werden in Theorie und Praxis die wichtigsten lebensrettenden Maßnahmen wiederholt und vertieft. Zudem ist es möglich, auf bestimmte Erfahrungen der Ersthelfer und betriebsspezifische Themen einzugehen. Der Kurs findet in Kooperation mit dem DRK KV Saarbrücken e.V. statt. Das DRK ist durch Berufsgenossenschaften (BG) und Unfallversicherungsträger (UVT) ermächtigt, die Ausbildung für betriebliche Ersthelfer durchzuführen. In vielen Fällen werden die Kosten durch die für die Teilnehmer zuständige BG bzw. UVT übernommen. Teilnehmer, die zu dieser Personengruppe zählen, werden gebeten, Einzelheiten mit dem DRK abzuklären.

● **Kurs 9266B**

Hans-Peter Zimmer, Rettungssanitäter

Mo. 24.08.2026, 08:00 – 15:45 Uhr
Alte Schule Naßweiler
EUR 65,00 (bei privater Zahlung ist die Gebühr am Schulungstag bar zu entrichten)
Anmeldungen bei DRK Kreisverband Saarbrücken e.V., Ursulinenstr. 22,
66111 Saarbrücken, Fon 0681 375910,
E-Mail: info@kv-saarbruecken.drk.de

**ENTSPANNUNG,
STRESSBEWÄLTIGUNG,
GESUNDHEITSMETHODEN,
PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG &
ALTERNATIVE THERAPIEANSÄTZE**

Vortrag

Frühlings-Wildkräuter für die Gesundheit – einfach zu findende Kräuter, wie sie wirken und wie man sie nutzen kann

Wildpflanzen sind kostbare Schätze der Natur, die uns mit einer Reihe von gesunden Vitaminen, Mineralstoffen und Ballaststoffen versorgen. Mit ihren sekundären Pflanzeninhaltsstoffen haben die Kräuter darüber hinaus auch noch unterschiedliche positive Effekte auf unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit. Sie begegnen uns oft direkt vor der eigenen Haustür und bleiben dennoch meist unbeachtet. Zudem stehen sie jedem kostenlos zur Verfügung und kommen ganz ohne Verpackungsmüll und lange Transportwege aus. Wildpflanzen sind deshalb eine wahre Bereicherung für uns, sowohl für die Gesundheit als auch als Küchenzutat. Welche Speisen und Getränke sich aus diesen Pflanzen zaubern lassen und wie sie auf unterschiedliche Weise für die Gesundheit nützlich sind, werden sie an diesem Abend erfahren.

● **Kurs 9268**

Annette Georg, Heilpraktikerin

Mi. 18.03.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Alte Schule Naßweiler
EUR 5,00

Vortrag

**Das Immunsystem –
Unsere körpereigene Passkontrolle**

Eine starke körpereigene Abwehr ist die beste Vorsorge für unsere Gesundheit. In Zeiten mit einer erhöhten Ansteckungs-

gefahr durch Viren und Bakterien kommt unserem Immunsystem eine große Bedeutung zu. Jeder von uns kommt täglich mit Erregern in Kontakt. Doch wie kann es sein, dass die rüstige Nachbarin gesund bleibt und andere nicht? Unser Immunsystem hat seinen Anteil daran. Als „Superorgan“ schützt es uns vor Eindringlingen von außen. Das intakte Immunsystem vollbringt tagtäglich Höchstleistungen, um uns zu schützen und gesund zu erhalten. Sie erfahren, wie das Immunsystem funktioniert, was es schwächt und wie sie ihre Abwehrkräfte mit einfachen Mitteln stärken und somit die Infektanfälligkeit verringern können. Hierbei spielen u.a. der gesunde Darm und die Darmbakterien eine große Rolle. Zur Stärkung der körpereigenen Abwehrkräfte können sie selbst viel beitragen, hierzu bekommen Sie im Vortrag grundlegende Informationen und viele praktische Tipps.

● **Kurs 9269**

Annette Georg, Heilpraktikerin

Mi. 08.04.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Alte Schule Naßweiler
EUR 5,00

BEWEGUNG/FITNESS

Abendkurs

**Tai Ji für AnfängerInnen
und Fortgeschrittene**

In China ist Tai Ji ein Volkssport, und auch in Deutschland wird die Methode immer beliebter – als Bewegungsform und Gymnastik, die Geist und Körper fördert. In den letzten Jahrhunderten bildete sich der eigentümliche Stil des Tai Jis mit seinen fließenden, harmonischen Bewegungen heraus. Die heute bekannte Form des Tai Jis wurde erst in den letzten beiden Jahrhunderten entwickelt. Nach

chinesischer Vorstellung kräftigt der Sport die Lebensenergie des Menschen – das Ji. Tai Ji kennt viele verschiedene Stile und Übungen. Diese Grundtechniken werden von der erfahrenen Übungsleiterin eingeübt. Außerdem lernen Fortgeschrittene neue Techniken.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.

● **Kurs 9271**

Evelyn Oehrlein

Do. 18:00 – 19:00 Uhr

ab 12.03.2026, 12 Termine

Alte Schule Naßweiler

16 UST, EUR 51,00

Vormittagskurs

Yoga für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Körper, Geist und Seele des Menschen brauchen ausgewogene Zuwendung, um gut zu funktionieren – Yoga ist also ein ganzheitliches System: Die Übungspositionen (Asanas) machen den Körper gelenkig und führen zu einem angenehmen Wohlgefühl. Die Entspannungsübungen lassen uns in den Zustand des seelisch-körperlichen Gleichgewichtes zurückkehren. Verschiedene Atemtechniken erneuern unsere Energie und die Meditation versetzt uns in den Zustand innerer Harmonie und Ruhe.

Bitte bequeme Kleidung, Decke, Kissen und rutschfeste Gymnastikmatte mitbringen.

● **Kurs 9272**

Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY, zert. Fünf-Tibeter-Trainer, zert. Tangolehrer

Fr. 09:00 – 10:30 Uhr

ab 13.03.2026, 10 Termine

Alte Schule Naßweiler

20 UST, EUR 70,00

FOTOGRAFIE

**Vormittags- und Abendkurs
Grundlagen der Fotografie**

Wer mit der eigenen Kamera qualitativ hochwertige Fotos für unterschiedliche Anlässe und Verwendungen produzieren möchte, sollte das nötige technische und gestalterische Fachwissen mitbringen. Dies ist ein Kurs für AnfängerInnen und Fotografinnen, die bisher mit ihrer Kamera immer im Automatikmodus fotografiert haben. Inhalte: Fachbegriffe verstehen und wie sie interagieren (Blende, Weißabgleich, Belichtungszeit, Brennweite und vieles mehr); Regeln der Fotografie; Kennenlernen der Kamera. Voraussetzung: Digitalkamera oder Kompakt-Bridgekamera oder Spiegelreflex oder Spiegellose Kameras. Handbuch der Kamera. Dieser Kurs ist nicht für Smartphones geeignet! Der Treffpunkt des 5. Termins wird den Teilnehmern rechtzeitig mitgeteilt.

● **Kurs 9274**

Klaus Hinz

Do. + Fr. 18:00 – 20:15 Uhr

07.05., 15.05., 28.05., 05.06.2026

Sa. 13.06.2026, 10:00 – 12:15 Uhr

Alte Schule Naßweiler

15 UST, EUR 62,00

Wochenend-Workshop

Fotokurs mit dem Smartphone

In diesem praxisorientierten Kurs lernst du, wie du das volle Potenzial deiner Smartphone-Kamera ausschöpfst – von den technischen Grundlagen über Kompositionsregeln bis hin zur kreativen Bildbearbeitung. An zwei aufeinanderfolgenden Tagen wechseln sich Theorieeinheiten mit spannenden Exkursionen ab, bei denen du dein Wissen direkt anwenden kannst. Ideal für alle, die ihre fotografischen Fähigkeiten verbessern und ihre Umgebung

Dozentinnen und Dozenten



GUILLERMO BÖTTCHER

Yogalehrer BDY

» Bereits in meiner Jugend kam ich mit der Yogapraxis und der Meditation in Kontakt. Ich habe an der Universität Buenos Aires und des Saarlandes Psychologie studiert. Im Anschluss daran arbeitete ich in Institutionen mit Menschen mit geistigen und körperlichen Einschränkungen. Aufgrund chronischer Rückenbeschwerden kam ich als Teilnehmer zum Yoga-Kurs bei der vhs Regionalverband Saarbrücken. Nach meiner dreijährigen Ausbildung zum Yogalehrer habe ich den Yoga-Kurs, an dem ich bis dahin teilgenommen hatte, als Dozent übernommen. Yoga kann lebenslang gelernt und praktiziert werden. Dementsprechend bilde ich mich stetig weiter. Meine gewonnenen Erfahrungen möchte ich in meinen Kursen weitergeben. «

mit neuen Augen sehen wollen – ganz ohne Profi-Kamera! Bitte mitbringen: dein Smartphone (Akku bitte vollgeladen, falls vorhanden Powerbank und Kabel), Notizblock, Tablet oder Notebook für Notizen, bequeme Schuhe und wetterangepasste Kleidung für die Exkursionen. Idealerweise für die Bildbearbeitung die App „Lightroom Mobile“ vorinstalliert aus dem Google Playstore bzw. Apple Store. *Bitte mitbringen: dein Smartphone (Akku bitte vollgeladen, falls vorhanden Powerbank und Kabel), Notizblock, Tablet oder Notebook für Notizen, bequeme Schuhe und wetterangepasste Kleidung für die Exkursionen. Idealerweise für die Bildbearbeitung die App „Lightroom Mobile“ vorinstalliert aus dem Google Playstore bzw. Apple Store.*

● **Kurs 9275**
Shoran Soltani, Fotograf

Sa. 29.08. + So. 30.08.2026
15:00 – 18:00 Uhr, 2 Termine
Alte Schule Naßweiler
8 UST, EUR 38,00

MALEN

Nachmittagskurs

Mandala malen – leicht gemacht!

Die Kunst des Mandala Malens und der kreative Umgang mit Farben, ist das Ziel dieses Kurses. Schnell werden Sie erleben, wie mit dem Mandala der Umgang mit Stift und Farbe erreicht wird und sich wohltuende Momente der Ruhe und Gelassenheit, einstellen. Mandala Malen macht Spaß und sorgt somit für Ausgleichlichkeit. Wichtig: Es gibt kein Richtig und kein Falsch. Es ist das schweigsame Malen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Vorlagen sind vorhanden. *Sie sollten Buntstifte und einen Spitzer mitbringen.*

● **Kurs 9277**

Ilse Loth

Di. 15:00 – 16:30 Uhr
ab 24.03.2026, 10 Termine
Dorfgemeinschaftshaus Naßweiler (ASN-Raum)
20 UST, gebührenfrei

MUSIK

Abendkurs

Gitarrenkurs – AnfängerInnen

Erlernen verschiedener Songs, Anschlagstechniken und Rhythmen. Keine Vorkenntnisse nötig. Erlernen des Gitarrenspiels von Null an. Keine Notenkenntnisse erforderlich. Nur zwei Bedingungen: Freude an Musik und Gitarre mitbringen. *Die erste Stunde am Sa. 25. April 2026 dient zur Information und zur Beratung für die Wahl des richtigen Instruments.*

● **Kurs 9279**

Harald Stein

Sa. 11:30 – 13:00 Uhr
ab 25.04.2026, 12 Termine
Alte Schule Naßweiler
24 UST, EUR 94,00

NÄHEN

Nachmittagskurs

Nähkurs für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Der Nähkurs beinhaltet die Vermittlung von Kenntnissen im Nähen und Zuschneiden sowie den Umgang mit der Nähmaschine und die Anfertigung von Kleidungsstücken. In dem Kurs wird auf den Kenntnisstand der Teilnehmerinnen und Teilnehmer Rücksicht genommen. Grundkenntnisse im Umgang mit einer Nähmaschine werden erwartet. Eine eigene Nähmaschine muss mitgebracht werden.

An welchen Terminen und zu welchen Uhrzeiten der Kurs angeboten wird, wird beim 1. Termin am Fr. 24.04.2026 mit den Teilnehmenden abgesprochen und können danach beim örtlichen Leiter abgefragt werden.

● **Kurs 9281**

N.N.

Fr. 14:45 – 17:45 Uhr
ab 24.04.2026, 8 Termine
Alte Schule Naßweiler
32 UST, EUR 77,00

FREMDSPRACHEN

Französisch

Nachmittagskurs

Französisch

(Auffrischungs- Vertiefungs- und Konversationskenntnisse)

Dieser Kurs ist speziell für Teilnehmenden gedacht, die bereits an den Kursen A1 bis B1 Stufe 2 teilgenommen haben und neben der Auffrischung und Vertiefung ihrer grammatikalischen Kenntnisse ihre sprachlichen Möglichkeiten verbessern wollen. Der Lernfortschritt der Teilnehmenden wird beachtet. Kenntnisse, die im Groben dem Kurs B1 Stufe 2 entsprechen, sind Voraussetzung. Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass aufgrund der beschriebenen Besonderheiten eine Einordnung des Kurses in eine Kompetenzstufe des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens nicht möglich ist. Wegen der besonderen Ausrichtung des Kurses wird gebeten, vor Anmeldung Rücksprache mit dem Örtlichen Leiter zu nehmen. Die angemeldeten Teilnehmenden wird rechtzeitig mitgeteilt, welches Lehrbuch verwandt wird.

An welchen Terminen und zu welchen Uhrzeiten der Kurs angeboten wird, wird

beim 1. Termin am Mi. 22.04.2026 mit den Teilnehmenden abgesprochen und können danach beim örtlichen Leiter abgefragt werden.

● **Kurs 9283**

N.N.

Mi. 17:00 – 18:30 Uhr
ab 22.04.2026, 15 Termine
Alte Schule Naßweiler
30 UST, EUR 85,00 (64,00)

Deutsch

Vormittagskurs

Mama lernt Deutsch

Bei diesem Kurs handelt es sich um ein niederschwelliges Kursformat, das als Vorstufe zu den Integrationskursen des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge gedacht ist. Es soll Spaß am Deutschlernen vermitteln und als sozialer Treffpunkt und als Ort der Begegnung dienen. Der Kurs dient allen Interessentinnen und Interessenten mit keinen oder wenigen Deutschkenntnissen.

● **Kurs 9284**

Stefan Kees

Mo., Mi., Fr. 09:30 – 12:00 Uhr
ab 11.05.2026, 18 Termine
Alte Schule Naßweiler
60 UST, gebührenfrei

TANZEN

Junge vhs

Kindertanz

✚ Kindergartenalter

Von altersgerechten Choreografien über kreativen Tanz bis zum Tanz mit Requisiten bewegen sich Kindergartenkinder unter fachkundiger Anleitung durch verschiedene Musikarten. Dazu gehören auch Bewegungsspiele.

● **Kurs 9286A**

Larissa Quinten, zert. Tanz- und Ballettpädagogin

Mi. 01.04.2026, 16:00 – 17:00 Uhr
Tanz- und Kreativzentrum
gebührenfrei

Junge vhs

Kindertanz

✚ Kindergartenalter

● **Kurs 9286B**

Larissa Quinten, zert. Tanz- und Ballettpädagogin

Mi. 22.04.2026, 16:00 – 17:00 Uhr
Tanz- und Kreativzentrum
gebührenfrei

Junge vhs

Kindertanz

✚ Grundschüler

Nicht nur das Erlernen altersgerechter Choreografien auf aktuelle Musik und Partytänze stehen hier bei den Kindern im Grundschulalter im Vordergrund, sondern auch das gemeinsame Choreografieren eigener Tänze in der Gruppe. Dazu gehören auch Bewegungsspiele.

● **Kurs 9286C**

Larissa Quinten, zert. Tanz- und Ballettpädagogin

Mi. 01.04.2026, 17:00 – 18:00 Uhr
Tanz- und Kreativzentrum
gebührenfrei

Junge vhs

Kindertanz

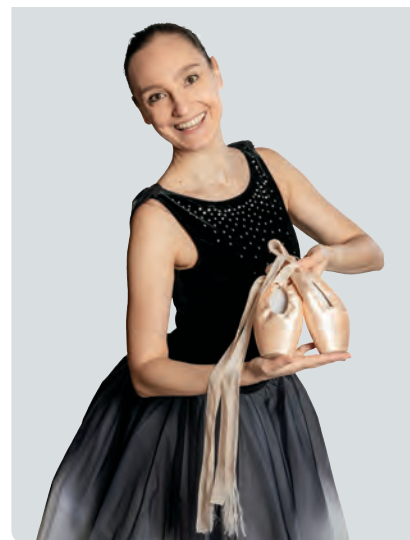
✚ Grundschüler

● **Kurs 9286D**

Larissa Quinten, zert. Tanz- und Ballettpädagogin

Mi. 22.04.2026, 17:00 – 18:00 Uhr
Tanz- und Kreativzentrum
gebührenfrei

Dozentinnen und Dozenten



LARISSA QUINTEN
Tanz- und Ballettpädagogin

» Tanz ist ein wichtiges Kulturgut und ermöglicht es Menschen jeden Alters, sich in dieser Kunstform auszudrücken und weiterzuentwickeln. All meine Unterrichtsformen haben zum Ziel, den künstlerischen Tanz zu erlernen und eine Grundlagenausbildung im klassischen, künstlerischen Tanz zu erwerben. Die Freunde am Tanzen und die Techniken der jeweiligen Tanzart vermittele ich meinen Schülerinnen und Schülern dabei in altersgerechten Unterrichtsformen. Ich bin Mitglied im Deutschen Berufsverband für Tanzpädagogik e. V. und besuche regelmäßige Fort- und Weiterbildungen des Verbandes. «



Angebote im Kunst- und Kreativbereich

- Vorträge, Ausstellungsführungen und Exkursionen
- Mal- und Zeichenkurse (z. B. Aquarell, Acryl, Tusche, Bleistift)
- Kunsthandwerk (z. B. Goldschmieden, Floristik)
- Textiles Gestalten (z. B. Nähen)

www.vhs-saarbruecken.de

Klassisches Ballett

Zunächst beginnen wir mit einem Stangentraining, darauf folgt ein Bodentraining und Tanzelemente in der Mitte. Dieser Unterricht baut auf die russische Ballett Methode von A. Waganowa auf und wird auf das jeweilige Alter und Können arrangiert. Darauf folgt der tänzerische Teil mit altersgerechten Choreografien, Tanzen mit Requisiten und einem künstlerischen-kreativen Ausklang.

Junge vhs

Klassisches Ballett

👤 Kindergartenalter

● Kurs 9287A

Larissa Quinten, zert. Tanz- und Ballettpädagogin

Mo. 20.04.2026, 16:00 – 17:00 Uhr
Tanz- und Kreativzentrum
gebührenfrei

Junge vhs

Klassisches Ballett

👤 Kindergartenalter

● Kurs 9287B

Larissa Quinten, zert. Tanz- und Ballettpädagogin

Mo. 27.04.2026, 16:00 – 17:00 Uhr
Tanz- und Kreativzentrum
gebührenfrei

Junge vhs

Klassisches Ballett

👤 Grundschüler

● Kurs 9287C

Larissa Quinten, zert. Tanz- und Ballettpädagogin

Di. 21.04.2026, 17:00 – 18:00 Uhr
Tanz- und Kreativzentrum
gebührenfrei

Junge vhs

Klassisches Ballett

👤 Grundschüler

● Kurs 9287D

Larissa Quinten, zert. Tanz- und Ballettpädagogin

Di. 28.04.2026, 17:00 – 18:00 Uhr
Tanz- und Kreativzentrum
gebührenfrei

Junge vhs

Klassisches Ballett

👤 Jugendliche

● Kurs 9287E

Larissa Quinten, zert. Tanz- und Ballettpädagogin

Di. 21.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Tanz- und Kreativzentrum
gebührenfrei

Junge vhs

Klassisches Ballett

👤 Jugendliche

● Kurs 9287F

Larissa Quinten, zert. Tanz- und Ballettpädagogin

Di. 28.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Tanz- und Kreativzentrum
gebührenfrei

Abendkurs

Ballettfitness für Erwachsene

Zunächst beginnen wir mit einem Stangentraining, darauf folgt ein Bodentraining und Tanzelemente in der Mitte. Dieser Unterricht baut auf die russische Ballett Methode von A. Waganowa auf und wird auf das jeweilige Alter und Können arrangiert. Darauf folgt der tänzerische Teil mit altersgerechten Choreografien, Tanzen mit Requisiten und einem künstlerischen-kreativen Ausklang.

● Kurs 9288A

Larissa Quinten, zert. Tanz-

und Ballettpädagogin

Di. 21.04.2026, 20:00 – 21:00 Uhr
Tanz- und Kreativzentrum
gebührenfrei

Abendkurs**Ballettfitness für Erwachsene**● **Kurs 9288B**

Larissa Quinten, zert. Tanz- und Ballettpädagogin

Di. 28.04.2026, 20:00 – 21:00 Uhr
Tanz- und Kreativzentrum
gebührenfrei

Abendkurs**Meditativer Tanz und Tanz-Fitness für Jugendliche und Erwachsene**

Getanzt wird auf die unterschiedlichste Musik- meditativer Tanz ist vielseitig. Das Alter spielt keine Rolle. Mittanzen kann jeder, auch Menschen mit Handicap. Die harmonischen Bewegungen in der Gruppe sprechen Körper, Geist & Seele gleichermaßen an und bringen die Gedanken vom Alltagsstress ab. Koordination und Konzentration werden gefördert und so mancher Tanz entpuppt sich als Gehirnjogging! Darauf folgen ruhigere Tänze um die Stunde gemütlich, ohne nachzudenken ausschwingen zu lassen.

Benötigt werden nur bequeme Kleider und Schuhe und eine Wasserflasche.

● **Kurs 9289A**

Larissa Quinten, zert. Tanz- und Ballettpädagogin

Mo. 20.04.2026, 20:00 – 21:00 Uhr
Tanz- und Kreativzentrum
gebührenfrei

Abendkurs**Meditativer Tanz und Tanz-Fitness für Jugendliche und Erwachsene**

Benötigt werden nur bequeme Kleider und Schuhe und eine Wasserflasche.

● **Kurs 9289B**

Larissa Quinten, zert. Tanz- und Ballettpädagogin

Mo. 27.04.2026, 20:00 – 21:00 Uhr
Tanz- und Kreativzentrum
gebührenfrei

Nachmittagskurs**Tanzen im Sitzen neu erleben**

Wenn die Füße nicht mehr flitzen, tanzen wir im Sitzen. Unter diesem Motto richtet sich die Veranstaltung an alle die gerne tanzen und sich gerne nach Musik bewegen. Tanzen im Sitzen fördert die Erhaltung und Verbesserung körperlicher Leistungsfähigkeit, trainiert die Koordination der Bewegung und das Gedächtnis. Das Bewegungsangebot und die Musikauswahl ist vielfältig. Im Vordergrund steht die Freude am Tanzen. In kleinen Bewegungspausen wird das Gedächtnis gefördert. Der Kurs ist für Menschen jeden Alters und jeglicher Mobilität geeignet.

● **Kurs 9290A**

Karin Haupt, Tanzleiterin

Mo. 27.04.2026, 14:30 – 16:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
EUR 8,00

Nachmittagskurs**Tanzen im Sitzen neu erleben**● **Kurs 9290B**

Karin Haupt, Tanzleiterin

Mo. 20.07.2026, 14:30 – 16:00 Uhr
Alte Schule Naßweiler
EUR 8,00

ZAUBERN

Hokus Pokus Fidibus – mein Zauberkurs feiert Jubiläum! Zum besonderen Anlass öffnen wir die Zauberschule für alle kleinen Magier – mit vielen Überraschungen, neuen Tricks und einem ganz besonderen Extra! In unserem beliebten Jubiläums-Zauberkurs lernen Kinder mit viel Spaß und Begeisterung einfache, verblüffende Zaubertricks, die sie schon bald selbst vorführen können – ob zuhause, in der Schule oder auf der nächsten Geburtstagsfeier vor Freunden. Das erwartet die Kinder: Coole Tricks mit Alltagsgegenständen, Magisches Auftreten und großer Bühnenzauber, Eigene Zauberutensilien, Exklusives Seminarheft mit allen Tricks – zum Nachlesen & Üben inklusive – teilweise mit Videoanleitungen für zu Hause. Abschluss mit kleiner Zaubershow. Unser erfahrener Zaubertainer weiß genau, wie man Kinder begeistert – mit Witz, Geduld und jeder Menge Magie! Jedes Kind erhält sein eigenes „Zauberbuch“ samt einigen zugehörigen Utensilien. Daher wird eine Materialkostenpauschale in Höhe von EUR 10,00 fällig. Keine Vorkenntnisse nötig.

Junge vhs**Vorhang auf für kleine Zauberer!**👤 **5 bis 10 Jahre**

Der neue Zauberkurs für Kinder im Alter von 5 bis 10 Jahren.

Bitte geben Sie Ihren Kindern für die Mittagspause etwas zu Essen sowie ausreichend zu Trinken mit.

● **Kurs 9292A**

Marco Lauer Magic, Zauberkünstler & Illusionist

So. 19.04.2026, 10:00 – 15:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler
EUR 30,00 (inkl. Materialgebühr EUR 10,00)

Junge vhs

Vorhang auf für große Zauberer!

★ 10 bis 16 Jahre

Der neue Zauberkurs für Kinder und Jugendliche im Alter von 10 bis 16 Jahren. *Bitte geben Sie Ihren Kindern für die Mittagspause etwas zu Essen sowie ausreichend zu Trinken mit.*

● **Kurs 9292B**

**Marco Lauer Magic,
Zauberkünstler & Illusionist**

So. 09.08.2026, 10:00 – 15:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 30,00 (inkl. Materialgebühr EUR 10,00)

EDV, OFFICE-ANWENDUNGEN, SMARTPHONE, KI

Kompaktkurs

EDV-Grundlagen am Wochenende

Sie möchten in die IT-Welt einsteigen, haben aber bisher Fenster nur zum Lüften geöffnet und kennen Menüs nur aus dem Restaurant? In diesem Grundlagenkurs erfahren Sie, wie Computer funktionieren und welche Bauteile für den Umgang damit besondere Bedeutung haben, damit Sie beim Kauf nicht nur „Bahnhof“ verstehen. Sie erlernen die Verwendung von Tastatur und Maus unter Windows, und vollziehen den Einstieg in die Verwendung von Menüs, Fenstern, Laufwerken, Ordern und Dokumenten. Wir stellen Apples MacOS X und Linux als alternative Betriebssysteme vor und geben Ihnen Gelegenheit, das „look & feel“ zu vergleichen. Sie erhalten einen Überblick über die verschiedenen Anwendungsbereiche von Software (z. B. Text- oder Bildbear-

beitung, Tabellenkalkulation, E-Mail) und können mit diesem Wissen Ihre individuelle IT-Weiterbildung bedarfsorientiert planen.

Keine Vorkenntnisse erforderlich. Ein eigener Laptop muss mitgebracht werden.

● **Kurs 9293A**

Bernhard Dick

Fr. 27.03.2026, 17:00 – 21:00 Uhr

Sa. 28.03.2026, 09:00 – 14:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

11 UST, EUR 77,00 (57,50)

Kompaktkurs

Grundlagen Windows und Internet

Der Kurs vermittelt Grundlagen zum Betriebssystem Microsoft Windows (Umgang mit der Maus, mit Programmen, Einstellungen), Arbeiten mit Dateien und Ordern, Erste Schritte im Internet (Surfen, Suchen, E-Mail ...). Erstellung von einfachen Texten mit MS-Word.

Keine Vorkenntnisse erforderlich. Ein eigener Laptop muss mitgebracht werden.

● **Kurs 9293B**

Bernhard Dick

Do. 16.04.2026, 17:00 – 21:00 Uhr

Fr. 17.04.2026, 17:00 – 21:00 Uhr

Sa. 18.04.2026, 09:00 – 12:45 Uhr

Alte Schule Naßweiler

16 UST, EUR 99,00 (74,00)

Kompaktkurs

Erste Schritte mit dem Android-Smartphone

In dem Kurs entdecken Sie die Grundlagen und Funktionen Ihres Android-Smartphones. Lernen Sie, wie Sie Ihr Gerät einrichten, Apps installieren und nutzen sowie grundlegende Sicherheitsmaßnahmen.

Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Android-Smartphone mit und achten Sie darauf,

dass der Akku geladen ist.

● **Kurs 9293C**

Bernhard Dick

Do. 21.05.2026, 18:00 – 21:00 Uhr

Fr. 22.05.2026, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa. 23.05.2026, 10:00 – 13:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

12 UST, EUR 77,00 (57,50)

Kompaktkurs

MS-Word für AnfängerInnen

Streifzug durch die Funktionalitäten von Microsoft Word: Onlinevorlagen verwenden, Gestaltungsmöglichkeiten, Kopf- und Fußzeile, Logo und Seitenzahl einfügen, Briefkopf erstellen, Zeilenabstand, mehrspaltiges Design, Lineal, Tabulatoren und Einzüge, Aufzählungen verschachteln, SmartArt für Organigramme oder Prozessabläufe entwickeln, Einfügen von Tabellen, Formen, Wasserzeichen und Umbrüchen, Layout: Bilder verankern und von Text umfließen lassen, einfacher Serienbrief, Druckoptionen, Seitenränder, Maus-Handling und nützliche Tastaturabkürzungen.

Voraussetzungen:

Windows-Grundkenntnisse

Ein windowstauglicher Laptop muss mitgebracht werden.

● **Kurs 9294A**

Bernhard Dick

Fr. 29.05.2026, 17:00 – 21:00 Uhr

Sa. 30.05.2026, 09:00 – 13:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

11 UST, EUR 72,00 (54,00)

Kompaktkurs

MS-Word für Fortgeschrittene

Der Kurs baut auf die in Kurs 9294A vermittelten Kenntnisse auf und vertieft diese. Welche Themen Bestandteil des Kurses sind, können Interessenten bei dem örtlichen Leiter abgefragt werden.

Darüber hinaus geht der Dozent auf konkrete Fragen der Teilnehmenden zu MS-Word im Einzelnen ein.

Ein windowstauglicher Laptop muss mitgebracht werden.

● **Kurs 9294B**

Bernhard Dick

Do. 18.06.2026, 17:00 – 21:00 Uhr

Fr. 19.06.2026, 17:00 – 21:00 Uhr

Sa. 20.06.2026, 09:00 – 12:15 Uhr

Alte Schule Naßweiler

15 UST, EUR 95,00 (71,00)

Kompaktkurs

Windows 11 – Einführung

Mit Windows 10 und aktuell Windows 11 hat Microsoft erneut die Oberfläche und die Bedienung seines Betriebssystems stark verändert. Die Versionen sollen insbesondere auf Tablet-PCs besser nutzbar sein, der Umstieg mit einem Standard-PC will hingegen wohl überlegt sein. Ist mein PC für Windows 10 bzw. 11 überhaupt geeignet? Laufen meine vorhandenen Programme und Geräte weiter? Was sind denn diese Apps? Lässt sich meine Arbeitsumgebung problemlos übertragen? Was muss ich, was kann ich in der Bedienung anders machen? Diese (und andere) Fragen werden in dem Kurs angesprochen. Zudem erhalten Sie einen Überblick über die Eigenschaften der beiden Desktops Metro und Aero, Touchscreen-Steuerung, das verbesserte Dateimanagement, über Neuerungen bei Internet- und Multimedia Programmen, Benutzerverwaltung, Systemverwaltung und Sicherheitseinstellungen. Ebenfalls behandelt werden die Möglichkeiten, wie altbekannte Funktionalitäten (z. B. Taskleiste) auch unter Windows 10 bzw. 11 genutzt werden können.

Voraussetzungen: EDV-Grundlagen.

Ein windowstauglicher Laptop muss

mitgebracht werden.

● **Kurs 9295**

Bernhard Dick

Do. 25.06.2026, 18:00 – 21:00 Uhr

Fr. 26.06.2026, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa. 27.06.2026, 10:00 – 12:15 Uhr

Alte Schule Naßweiler

11 UST, EUR 70,00 (52,50)

Kompaktkurs

Microsoft Outlook für EinsteigerInnen

Grundlegendes zu MS-Outlook als

E-Mail-Client:

- E-Mails verfassen, gestalten und senden, E-Mails empfangen, beantworten und weiterleiten
- Umgang mit Anlagen beim Senden und Empfangen, Arbeiten mit Ordnern
- Verwalten, suchen und archivieren von E-Mails
- Kontakte verwalten und das Adressbuch nutzen, Einrichten neuer E-Mail-Konten (POP3, SMTP, IMAP)
- E-Mail-Sicherheit
- Überblick über Planung und Verwaltung von Terminen und Aufgaben.

Voraussetzungen:

Windows-Grundkenntnisse.

Ein windowstauglicher Laptop muss mitgebracht werden.

● **Kurs 9296**

Bernhard Dick

Fr. 24.07.2026, 17:30 – 20:30 Uhr

Sa. 25.07.2026, 09:30 – 12:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

8 UST, EUR 52,00 (39,00)

PowerPoint-Präsentation

ChatGPT & Co. für EinsteigerInnen – KI verstehen und nutzen

Künstliche Intelligenz ist in aller Munde – doch wie funktioniert sie wirklich, und wie kann ich sie sinnvoll im Alltag nutzen? In diesem kompakten Kurs

Dozentinnen und Dozenten



MARCO LAUER

Zauberkünstler & Illusionist

» Komm, lass uns zaubern!
Seit meinem sechsten Lebensjahr fasziniert und fesselt mich die Zauber Kunst im wahrsten Sinne des Wortes. Angefangen hat alles ganz klassisch mit dem ersten Zauberkasten. Zauber Kunst ist mehr als Täuschung und Illusion. Zauber Kunst ist eine internationale Sprache, die jeder versteht: die Sprache des Staunens. Ob Groß oder Klein, Jung oder Alt und egal welcher Herkunft – Zauber Kunst verbindet! Genau dieses Gefühl möchte ich durch meine Kurse transportieren und hinaus in die Welt tragen. Und wer weiß, vielleicht hat Dich ja auch schon bald das Zauberfieber gepackt! «

erhalten Sie einen praxisnahen Überblick über ChatGPT und weitere kostenlose KI-Tools. Themen: Warum lohnt sich eine Anmeldung? Was ist ein „Prompt“ und wie formuliere ich mein Anliegen richtig? Chancen, Risiken und der Umgang mit vertrauenswürdiger KI. Eigene Übungen am Laptop helfen, das Gelernte direkt umzusetzen – praxisnah, verständlich und mit dem Motto: Die Intelligenz sitzt immer noch vor der Tastatur.

● **Kurs 9297A**

Franz-Josef Major

Do. 28.05.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

PowerPoint-Präsentation

ChatGPT & Co. – The Next Level

Sie haben bereits erste Schritte mit KI-Programmen gemacht und möchten nun entdecken, was noch alles möglich ist? In zwei Unterrichtsstunden schauen wir gemeinsam darauf, wie verschiedene KI-Werkzeuge sinnvoll zusammenspielen können. Sie erfahren, wie Sie ChatGPT & Co. nutzen können, um Texte, Präsentationen oder Tabellen noch leichter zu erstellen – zum Beispiel in Verbindung mit Word, Excel oder PowerPoint. Ob formulierte Briefe, kleine Abrechnungen oder anschauliche Vortragsfolien: Wir probieren gemeinsam aus, wie KI Sie im Alltag unterstützen kann. Nehmen Sie sich die Zeit, Neues auszuprobieren und mit Freude die „nächste Stufe“ zu erreichen.

● **Kurs 9297B**

Franz-Josef Major

Mo. 29.06.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

Kompaktkurs

Excel für AnfängerInnen

Dieser Kurs führt in das Programm Excel™ ein. Funktionen werden erlernt, eingeübt und vertieft. Excel™ ist die branchenführende Tabellenkalkulationssoftware von Microsoft. Excel ermöglicht umfangreiche Berechnungen mit Formeln und Funktionen. Excel besitzt auch zahlreiche mathematische Funktionen. Es können Texte verkettet oder logische Berechnungen durchgeführt werden. Abhängig von Inhalten und Werten in der Tabelle kann auf Inhalte an anderer Stelle der Tabellen zugegriffen werden. Die Ergebnisse können mit Hilfe von Sortier-, Gruppier- und Filterfunktionen ausgewertet und in Diagrammen grafisch dargestellt werden. *EDV-Grundlagenkenntnisse sind notwendig. Ein windowstauglicher Laptop muss mitgebracht werden.*

● **Kurs 9298A**

Bernhard Dick

Do. 27.08.2026, 17:00 – 21:00 Uhr

Fr. 28.08.2026, 17:00 – 21:00 Uhr

Sa. 29.08.2026, 09:00 – 15:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

19 UST, EUR 119,00 (89,00)

Kompaktkurs

Excel für Fortgeschrittene

Praktischer Einsatz fortgeschrittener Funktionen: Vertiefung der Anwendung von Formeln mit relativen und absoluten Zellbezügen, Tabellenblatt- und Arbeitsmappen übergreifende Adressierung, Formeln und Werte einfügen, Tabellen transponieren, Verwendung der Funktionsbibliothek, Logische Funktionen (WENN, SVERWEIS, XVERWEIS), Datums- und Zeitfunktionen, Fehleranalyse, Pulldown-Menüs mit Datenlisten, Filtern großer Datenbestände und Tabellen, Visualisierung mit bedingter Formatierung, Erstellung einfacher

Diagramme, Aufbau einer Stammdatenverwaltung für den Seriendruck. Voraussetzungen: Grundkenntnisse von Excel, wie sie z.B. durch den Kurs 9298A Excel für Anfänger vermittelt wurden.

EDV-Grundlagenkenntnisse sind notwendig. Ein windowstauglicher Laptop muss mitgebracht werden.

● **Kurs 9298B**

Bernhard Dick

Do. 03.09.2026, 18:00 – 21:00 Uhr

Fr. 04.09.2026, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa. 05.09.2026, 09:00 – 12:45 Uhr

Alte Schule Naßweiler

13 UST, EUR 83,00 (62,00)

Örtliche Leiterin



Anne Schäfer
Örtliche Leiterin
 Bergstraße 29
 66265 Heusweiler
 Fon 06806 6893
 as-heu@online.de

Anmeldung und Service



Jennifer Rück
Koordination Örtl. vhs
 Altes Rathaus, Zi. 18
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4380
 Fax 0681 506-4393
 jennifer.rueck@rvsbr.de



Crocetta Sajia
Sachbearbeiterin
 Altes Rathaus, Zi. 18
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4381
 Fax 0681 506-4393
 crocetta.sajia@rvsbr.de

Unterrichtsorte

- Friedrich-Schiller-Schule
 Schillerstraße 65
 66265 Heusweiler
- Turnhalle Richard-Wagner-Str.
 Johann-Wolfgang-von-Goethe-Schule
 Goethestr. 8
 66265 Heusweiler
- Schulturnhalle Holz
 Glück-Auf-Weg 1
 66265 Heusweiler
- Glück Auf Halle Holz
 Glück-Auf-Weg 5
 66265 Heusweiler
- Gnadenhof Eiweiler
 Zum Vogelsborn 48
 66265 Heusweiler-Eiweiler
- Naturfreundehaus Kallenborn
 Heusweiler-Obersalbach
- Fröhnwald, Ortsteil Holz

INZELVERANSTALTUNGEN

Gesundheit

Vortrag

Warum willst du auf den Frieden warten?

„Ein Kurs in Wundern“ ist ein spirituelles Werk, das seit den 1970er-Jahren weltweit Menschen inspiriert. Die im Kurs angebotenen Ideen sind sehr praktisch und bieten Perspektiven an bei der Suche nach innerem Frieden und geistiger Heilung. Das „Wunder“ liegt in einem Wechsel der Wahrnehmung hin zur Liebe. Der Vortrag gibt einen verständlichen Überblick über die beiden Teile des Werkes – Textbuch, Übungsbuch – und zeigt ihre Bedeutung für den Alltag. Die Teilnehmenden erwartet eine inspirierende Einführung in einen Weg, der zu mehr Gelassenheit, Klarheit und innerem Frieden führen kann.

● Kurs 9301

Frank Drouin

Mi. 11.03.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Friedrich-Schiller-Schule
EG, Raum 013, Ostflügel
EUR 5,00

Natur und Umwelt

Vortrag

Was ist Permakultur?

Dieser Vortrag bietet einen ersten kurzen Einblick in das komplexe Themengebiet der Permakultur. Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter im Gemeindebezirk Quierschied, erklärt, was Permakultur ist, und stellt die wichtigsten Planungswerkzeuge sowie einige zentrale Gestaltungselemente für den Permakultur-Garten vor. Mit dem Wissen aus diesem Vortrag wird es Ihnen möglich sein, die ersten Experimente auf der eigenen auch noch so

kleinen Anbaufläche (Gärtnern auf 5 m²) zu wagen, um diese in ein artenreiches Gartenbiotop umzugestalten.

● Kurs 9302

Stefan Kees

Do. 26.03.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Friedrich-Schiller-Schule
1. OG/Südflügel, Medienraum
EUR 5,00

Exkursion

Baustelle Wald

Wir legen einen Barfußweg mit Naturmaterialien an. Die Veranstaltung eignet sich nicht nur, aber insbesondere für Familien mit Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter. Sie zielt darauf ab, sich jeweils samstags in der Natur zu treffen und sich intensiv mit unterschiedlichen Naturthemen zu befassen. Wir erkunden spielerisch die einheimische Tier- und Pflanzenwelt und veranstalten ein kleines Picknick. Gestärkt legen wir gemeinsam mit dem Naturschutzbeauftragten im Gemeindebezirk Quierschied, Stefan Kees, einen Barfußweg mit Naturmaterialien an. Die Teilnahme von Kindern ist nur in Begleitung eines ebenfalls teilnehmenden Erwachsenen möglich.

Es empfiehlt sich das Tragen von Arbeitshandschuhen, dem Wetter angepasster Kleidung sowie geschlossener, stabiler Schuhe.

Bitte individuell Picknick und Getränke für Groß und Klein mitbringen!

● Kurs 9303

Stefan Kees

Sa. 16.05.2026, 15:00 – 17:00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Frohn-Wald-Weg, Holz
EUR 5,00

Dozentinnen und Dozenten



STEFAN KEES

Dozent und örtlicher Leiter

» Die Natur und ihre Schönheit stets neu entdecken!

„Bevor ich Leiter der vhs-Außenstelle Quierschied wurde, war ich bereits mehrere Jahre als Dozent im Bereich Ökologie, Umwelt- und Naturschutz tätig. Meine Kurse sind geeignet für Menschen jeden Alters, angefangen bei Kindern und Jugendlichen bis hin zu Erwachsenen. Ich liebe es, Menschen für die Natur und ihre Schönheit zu begeistern und entdecke dabei stets selbst Neues.“

Exkursion**Fledermäuse live bei der Jagd verfolgen**

Begeben Sie sich zur Dämmerung zusammen mit Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter im Gemeindebezirk Quierschied, mit einem Ultraschall-Detektor auf Fledermauspirsch und lauschen den Jägern der Nacht. Dies sind Geräte, welche die hohen Rufe der Fledermäuse für uns Menschen hörbar machen können.

Während der Führung erfahren die Teilnehmenden Wissenswertes über die Rolle der Fledermäuse in unserem Ökosystem, ihr Sozialverhalten, ihren Jahresverlauf und, was wir alle zu ihrem Schutz unternehmen können. Die Veranstaltung eignet sich auch für junge Menschen ab dem Alter von 6 Jahren in Begleitung eines ebenfalls teilnehmenden Erwachsenen. Bei Regen muss die Fledermauswanderung leider ausfallen.

● Kurs 9304**Stefan Kees**

Fr. 17.07.2026, 21:00 – 23:00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz Frohn-Wald-Weg, Holz

EUR 5,00

Workshop**Naturkosmetik selbst gemacht**

Weichmacher, Erdöl, Zusatzstoffe, die der Haut mehr schaden als sie sie pflegen. Die Liste der schädlichen Inhaltstoffe der Kosmetik- und Pflegeprodukte ist endlos lang. Das muss nicht sein. Mit wenigen Zutaten machen wir eine Schüttlemulsion, ein Duschshampoo und ein Deo.

● Kurs 9306**Tanja Both, Natur-, Kräuter- und Umweltpädagogin**

Di. 09.06.2026, 18:00 – 21:00 Uhr

Friedrich-Schiller-Schule

Erdgeschoss, Lehrküche, barrierefrei

EUR 22,00 (zzgl. EUR 8,00 Materialkosten)

Exkursion**Kräuterwanderung mit Kräuterwisch**

Treffpunkt ist das Naturfreundehaus Kallenborn. Heute an Maria Himmelfahrt werden Kräutersträucher gesegnet. Und vor vielen tausend Jahren war schon an diesem Tag ein Naturfeiertag. Man sagte, dass die Kräuter, die man vom 15.08 bis 14.09 pflückt, eine 30-fache Heilwirkung haben. Gemeinsam finden wir Kräuter und binden diese zu einem Kräuterwisch.

● Kurs 9307**Tanja Both, Natur-, Kräuter- und Umweltpädagogin**

Sa. 15.08.2026, 10:00 – 11:30 Uhr

Treffpunkt: Naturfreundehaus Kallenborn (Parkplatz)

EUR 16,00 (2,00, für Erwachsene, Kinder bis 14 Jahre gebührenfrei, zzgl. EUR 2,00 Materialkosten)

Recht und Verbraucherfragen

In Kooperation mit der Betreuungsbehörde
Regionalverband Saarbrücken

Vortrag**Rechtliche Betreuung und Möglichkeiten der Vorsorge**

Es kann jeden treffen! Durch einen Unfall oder eine schwere Krankheit kann jeder Mensch von heute auf morgen in die Situation kommen, dass er nicht mehr eigenständig entscheiden kann. Nicht automatisch dürfen Angehörige stellvertretend handeln. Durch die Bevollmächtigung einer oder mehrerer Vertrauenspersonen oder durch die Errichtung einer Betreuungsverfügung oder Patientenverfügung stellen Sie sicher, dass Ihre Wünsche und

Dozentinnen und Dozenten**DANIEL JUNG**

**Rechtsanwalt, Fachanwalt
für Erb-, Steuer- und Medizinrecht**

» Daniel Jung, Jahrgang 1976, Rechtsanwalt seit 2002 in Neunkirchen (Rechtsanwälte Halm & Presser), Fachanwalt für Erb-, Steuer- und Medizinrecht, ist seit über 20 Jahren als Dozent für die Volkshochschule des Regionalverbands tätig. Er hält Vorträge zu rechtlichen Themen, z. B. zur Erstellung von Testamenten, Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen, Steuer- und Vereins- und Nachbarschaftsrecht. «

Vorstellungen in einer solchen Situation beachtet werden. MitarbeiterInnen der Betreuungsbehörde des Regionalverbandes Saarbrücken informieren über die rechtliche Betreuung und die verschiedenen Vorsorgemöglichkeiten.

● **Kurs 9308**

Ursula Holz, Leiterin der Betreuungsbehörde des Regionalverbandes Saarbrücken

Do. 12.03.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Friedrich-Schiller-Schule
1. OG/Südflügel, Medienraum
gebührenfrei

Vortrag

Vortrag Nachbarschaftsrecht

Streitigkeiten zwischen Nachbarn beschäftigen – Jahr ein, Jahr aus – die Gerichte und Schiedsleute. Themen u.a.: Grillen, Lärmbelästigungen und Bauarbeiten auf dem Nachbargrundstück, Zustimmung des Nachbarn zu einem Bauvorhaben. Was ist bei einem Überbau zu beachten? Abstände von Bäumen, Pflanzen und Sträuchern zum Nachbargrundstück, überhängende Äste und Laubfall vom Nachbargrundstück, Kosten für die Festlegung der Grundstücksgrenze, Beleidigungen, Provokationen von Nachbarn und Gegenmaßnahmen, Installation einer Überwachungskamera – was ist zu beachten? Diese und andere Fragen aus dem Nachbarschaftsrecht klärt Rechtsanwalt Daniel Jung im Rahmen seines Vortrags. Die TeilnehmerInnen erhalten zusätzlich ein Skript zum Thema.

● **Kurs 9309**

Daniel Jung, Rechtsanwalt

Mo. 20.04.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Friedrich-Schiller-Schule
1. OG/Südflügel, Medienraum
EUR 5,00

Vortrag

Sicher unterwegs im Ehrenamt – Aktuelles Vereinsrecht

Rechtsanwalt Jung geht auf steuerrechtliche und zivilrechtliche Haftungsrisiken und strafrechtliche Gefahren für Vorstände ein und zeigt, wie man Haftung und Strafverfolgung vermeiden kann und wie es um eine Haftungsbeschränkung bzw. eine Versicherbarkeit der Risiken bestellt ist. Alle Teilnehmenden bekommen zum Vortrag eine kurze schriftliche Unterlage.

● **Kurs 9310**

Daniel Jung, Rechtsanwalt

Mo. 04.05.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Friedrich-Schiller-Schule
1. OG/Südflügel, Medienraum
EUR 5,00

MENSCH UND GESELLSCHAFT

Vortrag

Beziehungen im 21. Jahrhundert – Herausforderungen und Chancen

(Paar-)Beziehungen sind heute vielfältiger und anspruchsvoller denn je. Zwischen Beruf, Familie, gesellschaftlichem Wandel und individuellen Bedürfnissen entstehen neue Herausforderungen – und zugleich Chancen, Partnerschaften bewusst und erfüllend zu gestalten. Im Vortrag geht es um Trends moderner Beziehungen, typische Dynamiken und Wege zu mehr Stabilität, Lebendigkeit und Intimität. Die Teilnehmenden erhalten Impulse aus Forschung und Praxis, alltagsnahe Beispiele sowie Raum für Fragen und Austausch. Ziel ist es, Verständnis, Gelassenheit und Wertschätzung im Miteinander zu fördern und neue Perspektiven auf Beziehungen zu eröffnen.

● **Kurs 9311**

Julia Bernarding

Mo. 09.03.2026, 17:00 – 18:30 Uhr

Friedrich-Schiller-Schule

1. OG, Musikraum, Nordflügel
EUR 5,00

Themenabend für Eltern – Vortrag

Mut zur Wut! –

Wie gehe ich mit Wut um?

Wut ist ohne Zweifel ein sehr starkes Gefühl, das wohl jeder kennt. Wut kann zerstören und Opfer zurücklassen. Wut setzt aber auch Kraftreserven im Menschen frei. Die Wut, die wir bei unseren Kindern erleben und auch unsere eigene, können uns hilflos machen. Ein konstruktiver Umgang mit aggressiven Gefühlen setzt die Energie frei, die wir brauchen um Veränderungen zu beginnen. Kinder brauchen die Hilfe ihrer Eltern, um mit Wutanfällen fertig zu werden und Alternativen zu entwickeln. Der Blick des Themenabends richtet sich auf den Erziehungsalltag von Familien. Die Veranstaltung bietet neben Informationen zur Gefühlserziehung, den Raum für Selbstreflexion und Fragen rund um das Thema „Wut“.

● **Kurs 9312**

Nicole Burkert-Arbogast

Mi. 25.03.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Friedrich-Schiller-Schule
EG, Raum 013, Ostflügel
gebührenfrei

Themenabend für Eltern – Workshop

Wirksam Grenzen setzen

In dem Workshop gehen wir zunächst der Frage nach dem Sinn und der Berechtigung von Grenzen nach. Auf dieser Basis aufbauend, überlegen wir dann, was dazu gehört, in der Erziehung von Kindern Grenzen wirksam zu setzen. Grenzen machen nur dann Sinn, wenn ihrer Übertretung (logische) Konsequenzen folgen. Wie sehen wertschätzende Konsequenzen

aus? Wie kann ein Gespräch mit den Kindern aussehen, das auf Grenzübertretung aufmerksam macht? Ziel des Workshops ist es, mehr Gelassenheit im Umgang mit Regelverletzungen zu erlangen.

● **Kurs 9313**

Nicole Burkert-Arbogast

Mi. 22.04.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Friedrich-Schiller-Schule
EG, Raum 013, Ostflügel
gebührenfrei

**Themenabend für Eltern – Workshop
Resilienz – Kinder für Krisen stärken!**

Herausforderungen und Krisen – kleine und große – gehören zum Aufwachsen von Kindern dazu. Belastende Lebenssituationen und kritische Ereignisse erfolgreich zu bewältigen, ist eine Aufgabe, die auch das Erwachsensein begleitet. Resilienz ist die Fähigkeit, Krisen zu meistern und als Anlass für die weitere Entwicklung zu nutzen. Resilienz ist die Immunabwehr der Seele. Sie ist nicht angeboren, sondern wird vor allem in der Kindheit und Jugendzeit erworben. Wir erarbeiten Fördermöglichkeiten in der Erziehung am Beispiel des 7 Säulen Modells der Resilienz und überlegen, welche Strategien der Stärkung Eltern für sich nutzen können.

● **Kurs 9314**

Nicole Burkert-Arbogast

Mi. 27.05.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Friedrich-Schiller-Schule
EG, Raum 013, Ostflügel
gebührenfrei

Verbraucherschutz, Prävention

Vortrag

Free-to-play? Pay-to-win!

Wie Videospiele zur Kostenfalle werden. Ein neues Outfit für den Avatar? Schnell ins nächste Level? In-Game-Käufe machen Spiele schnell zur Kostenfalle. Der Kurs zeigt, wie Games gezielt zum Geldausgeben verleiten – mit psychologischen Tricks und cleverem Design. Sie erfahren, warum SpielerInnen zahlen, welche Risiken lauern und wie sich Kosten kontrollieren lassen. Mit konkreten Tipps, Tools und Einstellungen für mehr Ausgabentransparenz – ideal auch für Eltern, PädagogInnen und alle, die mit Gaming zu tun haben.

● **Kurs 9315**

Malte Scherpelz

Do. 19.03.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Friedrich-Schiller-Schule
1. OG/Südflügel, Medienraum
gebührenfrei

Osterferien, Familie

Junge vhs

**Zu Gast bei den Tieren am
Braunschen Gnadenhof**

Eine Hofführung mit direktem Kontakt zu den Tieren wird den Besuch zum besonderen Erlebnis machen. Fast seit 20 Jahren kümmern sich Jutta und Lothar Braun zusammen mit ehrenamtlichen HelferInnen um zurzeit über 40 „ausgemusterte“ oder nicht artgerecht gehaltene Tiere. Auch Fundtiere finden bei den Brauns ein neues Zuhause. Ihnen ist es ein großes Anliegen, Menschen für die Bedürfnisse von Tieren zu sensibilisieren und mit ihrer Arbeit einen Beitrag zum Tierschutz zu leisten. Aber auch die vielfältigen Herausforderungen bei der täglichen Arbeit mit den Tieren kommen

**Dozentinnen und
Dozenten**



JUTTA UND LOTHAR BRAUN
Gnadenhof Eiweiler

» Bereits seit über 15 Jahren kümmert sich der Gnadenhof Eiweiler um sogenannte Nutztiere (Schafe, Ziegen, Enten, Hühner und Kaninchen)! Jedes der dort lebenden Tiere hat eine Geschichte! Es sind Tiere aus nicht artgerechter Haltung, Fundtiere oder Tiere in Not! «



zur Sprache und deren individuelle Vorlieben. Kinder nehmen nur in Begleitung mit einem Erwachsenen teil.

● **Kurs 9316**

Jutta + Lothar Braun

Sa. 11.04.2026, 14:00 – 16:00 Uhr

Zum Vogelsborn 48,
66265 Heusweiler-Eiweiler
gebührenfrei, eine Hutsammlung für die
Tiere ist willkommen

Junge vhs

**Sommer bei den Tieren am
Braunschen Gnadenhof**

Mit ehrenamtlichen HelferInnen kümmern sich Jutta und Lothar Braun seit nunmehr fast 20 Jahren um zurzeit über 40 „ausgemusterte“ oder nicht artgerecht gehaltene Tiere. Auch Fundtiere finden bei den Brauns ein neues Zuhause. Ihnen ist es ein großes Anliegen, Menschen für die Bedürfnisse von Tieren zu sensibilisieren und mit ihrer Arbeit einen Beitrag zum Tierschutz zu leisten. Aber auch die vielfältigen Herausforderungen bei der täglichen Arbeit mit den Tieren kommen zur Sprache und deren individuellen Vorlieben. Eine Hofführung mit direktem Kontakt zu den Tieren wird den Besuch zum besonderen Erlebnis machen. Kinder nehmen nur in Begleitung mit einem Erwachsenen teil.

● **Kurs 9317**

Jutta + Lothar Braun

Sa. 04.07.2026, 14:00 – 16:00 Uhr

Zum Vogelsborn 48,
66265 Heusweiler-Eiweiler
gebührenfrei, eine Hutsammlung für die
Tiere ist willkommen

Geschichte

Vormittagskurs

Geschichtswerkstatt Köllertal

Die Arbeit der Geschichtswerkstatt umfasst Literatur- und Archivrecherche, Ausstellungen und Veröffentlichungen. Sie verfügt über ein umfangreiches Fotoarchiv und gibt in regelmäßigen Abständen Publikationen rund um die Heimatforschung heraus. In enger Zusammenarbeit mit dem Verein für Industriekultur und Geschichte Köllertal e.V. stehen auch Vorträge und Exkursionen auf dem Programm, die sich der lokalen und regionalen Geschichte widmen. Neue TeilnehmerInnen an der Geschichtswerkstatt sind gerne gesehen, eine wissenschaftliche Vorbildung ist nicht erforderlich. Erwartet werden Interesse an heimatkundlichen Fragen und an der Erstellung digital nutzbarer Publikationen zu historischen Ereignissen.

Informationen bei *Monika Jungfleisch*
unter Fon 06806 2355.

● **Kurs 9712**

Monika Jungfleisch, Politik-, Geschichtswissenschaftlerin, Journalistin

Mi. 11:00 – 12:30 Uhr, 3 Termine

18.03., 20.05., 17.06.2026

Kulturnahnhof Püttlingen
gebührenfrei

**Vorstellung Köllertaler Jahrbuch
2025/26**

Mit vereinten Kräften hat das Team der Jahrbuchredaktion wieder eine Reihe historischer Ereignisse, bewegender Zeitzeugenberichte und ergreifende Familiengeschichten über das Köllertal zusammengetragen. Herausgekommen ist ein buntes Kaleidoskop historischer und aktueller Ereignisse aus den drei Köllertalkommunen Püttlingen, Heusweiler und

**Dozentinnen und
Dozenten**



MONIKA JUNGFLEISCH
*Politik-, Geschichtswissenschaftlerin,
Journalistin*

» Geschichte und Politik haben mich schon von klein auf interessiert. Was mich jedoch gelangweilt hat, war bloßes Auswendiglernen von Daten. Damit kann ich bis heute nicht viel anfangen. Mich interessieren die Geschichten hinter den Daten und Urkunden. Kurzum, mich interessieren die Menschen, die unsere Vergangenheit gestaltet, durchlebt und auch vieles erlitten haben. Deshalb dreht sich in unserer Geschichtswerkstatt alles darum, wie unsere Vorfahren ihren Alltag gemeistert und besondere (welt-)geschichtliche Ereignisse erlebt haben. Wenn in Berlin die Synagogen gebrannt haben, was passierte zu dieser Zeit vor unserer Haustür? Das ist total spannend und wirft häufig ein neues Licht auf unsere Heimatgeschichte. «

Riegelsberg. Das neue Köllertaler Jahrbuch 2025-2026, Band 14, wird am Donnerstag, 02. April, 18:00 Uhr, im Püttlinger Schlösschen vorgestellt. Redaktionsleiterin Monika Jungfleisch wird im Rahmen der Buchpräsentation mit Bildern und Filmbeiträgen u. a. die 100-jährige Geschichte der Laienschauspielgruppen im Köllertal Revue passieren lassen, an die Evakuierung der Köllertaler zum Beginn des 2. Weltkriegs und ihr Versprechen zur Errichtung eines Kreuzgangs in der Kapelle in Hildburghausen erinnern und die Geschichte der Tabakfabriken in Heusweiler skizzieren. Vorgestellt werden auch die Entwicklung des Peterhofs im Wolfsgarten und des Forsthauses Pfaffenkopf in den vergangenen drei Jahrhunderten, das Schicksal Püttlinger NS-Opfer und das Leben des Widerstandskämpfers Dietrich Bonhoeffer exemplarisch für kirchlichen Widerstand in der NS-Zeit. Auch herausragende Menschen aus unserer Region werden für ihr Engagement für das Gemeinwohl gewürdigt. Freuen Sie sich auf eine spannende, bildreiche Einführung in das Werk der 12 Autorinnen und Autoren der Geschichtswerkstatt Köllertal mit Musik, Filmvorführung und Auftritten von Köllertaler Laienschauspieler.

● **Kurs 9711**

Monika Jungfleisch, Politik-, Geschichtswissenschaftlerin, Journalistin

Do. 02.04.2026 (Gründonnerstag),

18:00 – 20:00 Uhr

Schlösschen Püttlingen

gebührenfrei

MEDIEN UND TECHNIK

Workshop

Smartphone beherrschen für Seniorinnen und Senioren

Nicht selten schenken die Kinder oder Enkelkinder Senioren ihr erstes Handy. Diese wissen damit nicht umzugehen und lassen sich von ihren Lieben alles erklären. Wer aber bereits seit Jahren mit Smartphones umgeht, verliert zuweilen den Blick dafür, worin Unklarheiten für Neulinge bestehen können. Nicht selten entstehen dadurch echte Konfliktsituationen. In diesem Kurs lernen die Teilnehmer wie man ein Smartphone einrichtet, wie sie Geräte sichern, was die Geräte können und welche zusätzlichen Apps sinnvoll sind. Sie erfahren auch, welche Software installiert ist und welche Updates sie machen müssen. Die Teilnehmer bringen ihr Smartphone mit und können das Gelernte direkt umsetzen.

● **Kurs 9320**

Torsten Meyer

Mo. 18:00 – 19:45 Uhr

ab 09.03.2026, 3 Termine

Friedrich-Schiller-Schule

1. OG/Südflügel, Medienraum

7 UST, EUR 37,00

Dozentinnen und Dozenten



TORSTEN MEYER

Techn. Ingenieur, Ausbilder, Berufspädagoge

» Seit über 20 Jahren bin ich in der Erwachsenenbildung tätig. Von meiner Erfahrung profitieren meine TeilnehmerInnen in den verschiedensten IT Kursen an mehreren Standorten. Als Dozent in den Bereichen Elektronik und IT ist es mein Antrieb, den TeilnehmerInnen ein breites Wissen zu vermitteln. Jedes IT Problem ist so vielfältig wie die Teilnehmer selbst. Gerade in der IT stehen wir immer wieder vor neuen Herausforderungen, die ständig eine andere Herangehensweise erfordern. In meinen Kursen steht nicht nur die Problemlösung im Vordergrund, sondern das WARUM? Das ist mein Ansatz einer nachhaltigen Wissensvermittlung. Ich bin immer wieder sehr Stolz, wenn ich am Ende meiner Kurse sehe, wie meine TeilnehmerInnen eigene Lösungsstrategien für komplexe Probleme entwickeln. Daher sehe ich meine Aufgabe in der Hilfe zur Selbsthilfe. «

FREMDSPRACHEN

Deutsch

Vormittagskurs

Mama lernt Deutsch

Bei diesem Kurs handelt es sich um ein niedrigschwelliges Kursformat, das als Vorstufe zu den Integrationskursen des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge gedacht ist. Es soll Spaß am Deutschlernen vermitteln und als sozialer Treffpunkt und als Ort der Begegnung dienen. Der Kurs dient ausdrücklich nicht nur ukrainischen Frauen, sondern auch anderen BewohnerInnen mit wenig Deutschkenntnissen.

● Kurs 9321

Stefan Kees

Di. + Do. 09:00 – 11:30 Uhr
ab 10.03.2026, 18 Termine
Friedrich-Schiller-Schule
Betreuungsraum der
Nachmittagsbetreuung, EG
60 UST, Der Kurs ist gebührenfrei

Englisch

Abendkurs

Englisch A2.1 (Fortsetzungskurs)

Lehrbuch: Let's Enjoy English A2.1, Verlag Klett, ISBN 978-3-12-501638-5
(Fortsetzung ab Lektion 7)

● Kurs 9325

Catherine Pörtner, BWL, Lehrbeauftragte, Muttersprachlerin

Mo. 19:30 – 21:00 Uhr
ab 09.03.2026, 15 Termine
Friedrich-Schiller-Schule, Raum 121
30 UST, EUR 85,00 (64,00)

Abendkurs

Englisch A2.2

Lehrbuch: Let's Enjoy English A2.2, Verlag Klett, ISBN 978-3-12-501639-2
(Fortsetzung ab Lektion 3)

● Kurs 9326

Catherine Pörtner, BWL, Lehrbeauftragte, Muttersprachlerin

Di. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 10.03.2026, 15 Termine
Friedrich-Schiller-Schule, Raum 121
30 UST, EUR 85,00 (64,00)

Abendkurs

Englisch A2.2/B1 Level (Fortsetzungskurs)

This course is still using the course book Network Now B1.1, a short stories book and everyday English articles.

● Kurs 9327

Catherine Pörtner, BWL, Lehrbeauftragte, Muttersprachlerin

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 09.03.2026, 15 Termine
Friedrich-Schiller-Schule, Raum 121
30 UST, EUR 85,00 (64,00)

GESUNDHEITSBILDUNG

Erste Hilfe

Workshop (Elternschule)

Erste Hilfe am Kind

Sie erhalten neben notwendigem Grundwissen vor allem viele praktische Anregungen. Geübt wird an der Kinderpuppe vor Ort.

● Kurs 9328

Andreas Grucza, Rettungssassistent

Do. 07.05.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Friedrich-Schiller-Schule
1. OG, Musikraum, Nordflügel
EUR 12,00

Workshop

Erste Hilfe, Auffrischung

Ihr Erste Hilfe Kurs ist bereits lange her und Sie möchten Ihr Wissen auffrischen, um im Notfall richtig zu handeln? Dann sind Sie während dieser 90 Minuten genau richtig!

● Kurs 9329

Andreas Grucza, Rettungssassistent

Do. 12.03.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Friedrich-Schiller-Schule
1. OG, Musikraum, Nordflügel
EUR 12,00

Bewegung und Entspannung

Abendkurs

Rhythmus- und Trommelworkshop für Erwachsene

Im Workshop vermittele ich interaktiv und mit viel Freude schnell zu erlernende Rhythmen auf der Djembé (Felltrommel). Wir erfahren Interessantes über das Verständnis von Musik in Westafrika, die Herkunft und Geschichte des jeweiligen Rhythmus. Ziel ist es, die einzelnen Teilnehmenden mit ihren Fähigkeiten abzuholen, Neues zu vermitteln und dieses neue Wissen innerhalb der Gruppe direkt umzusetzen. Positiver Nebeneffekt des Trommelns und der Bewegung ist die Stärkung des Immunsystems, die Verbesserung der Beweglichkeit und des Körpergefühls. Rhythmische oder musikalische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Gute Laune und Spaß am gemeinsamen Musizieren stehen beim Workshop im Vordergrund. Instrumente werden gestellt. TeilnehmerInnen, die bereits ein Instrument besitzen, können dieses gerne zum Workshop mitbringen.

● Kurs 9330

Susanne Marzen-Schwindling, Lehrerin, musikpädagogische Fachkraft

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr, 4 Termine
09.03., 10.03., 23.03., 30.03.2026
Friedrich-Schiller-Schule
Betreuungsraum der Nachmittags-
betreuung, EG
8 UST, EUR 62,00

Abendkurs

Wirbelsäulengymnastik und Ausdauertraining für Frauen (Präventionskurs)

Es erwartet Sie ein abwechslungsreiches ganzheitliches Körpertraining mit Schwerpunkt Mobilisation der Wirbelsäule sowie Kräftigung und Stabilisation der Rückenmuskulatur. Die tiefliegenden Muskeln im Bauchbereich sowie die Stützmuskeln des gesamten Körpers werden durch effektive Übungen aktiviert. Dieses Training verhilft zu einer verbesserten Körperhaltung, Steigerung der Ausdauer, verbessert die Koordination und Körperwahrnehmung. Evtl. Einschränkungen bitte zuerst mit einem Arzt besprechen und bei Kursbeginn vertraulich mitteilen.

Bitte Gymnastikmatte, Handtuch und
Durstlöscher mitbringen

● Kurs 9331

**Alexandra Albert, liz. Gesundheitssport-
trainerin, liz. Rückentrainerin**

Mo. 17:30 – 19:00 Uhr
ab 09.03.2026, 15 Termine
Johann-Wolfgang-von-Goethe-Schule
Turnhalle Richard-Wagner-Str./Goethestr. 8
66265 Heusweiler
30 UST, EUR 68,00

Abendkurs

Mir selbst begegnen – Yoga, Achtsamkeit & innere Erfahrung

Yoga kann mehr sein als Dehnung und
Atmenübung: eine Einladung, sich selbst
zu begegnen. In diesem Kurs fließen
Yogapraxis, Meditation und einfache

Übungen zur Selbstwahrnehmung zusam-
men. Wir spüren, was im Moment da ist
-körperlich, gedanklich emotional- und
geben dem Raum, auch im Austausch mit
der Gruppe. Eine Praxis, die Mut macht,
ehrlich hinzuschauen und dabei weicher,
lebendiger und verbundener zu werden.
*Bitte mitbringen: Yogamatte, Trinkflasche,
bei Bedarf Meditationskissen & Yogab-
löcke.*

● Kurs 9332A

Anika Heger, Erzieherin, Yogalehrerin

Mo. 18:00 – 20:00 Uhr
ab 09.03.2026, 4 Termine
Friedrich-Schiller-Schule
2. OG, Ostflügel, Raum 208
11 UST, EUR 46,00

Abendkurs

● Kurs 9332B

Anika Heger, Erzieherin, Yogalehrerin

Mo. 18:00 – 20:00 Uhr
ab 20.04.2026, 7 Termine
Friedrich-Schiller-Schule
2. OG, Ostflügel, Raum 208
19 UST, EUR 81,00

Abendkurs

Line Dance – Fortsetzungskurs

Line Dance ist eine choreografierte Tanz-
form, bei der in Reihen vor- und nebenei-
nander getanzt wird. Alle Teilnehmenden
tanzen eigenständig aber gleichzeitig
zusammen in der Gruppe. Die Tänze
sind passend zur Musik choreografiert,
die meist aus den Kategorien Country
und Pop stammt. Für wen ist Line Dance
geeignet? Für jede:n, der/die Spaß am
Tanzen hat! Es fördert die Muskulatur,
ist gut für das Gleichgewicht, für die
Koordination, für Herz und Kreislauf und
die auswendig gelernten Schrittabfolgen
trainieren das Gedächtnis.

Dozentinnen und Dozenten



**SUSANNE
MARZEN-SCHWINDLING**
*Lehrerin, musikpädagogische
Fachkraft*

» Für mich ist es eine Herzensangele-
genheit kleine und große Men-
schen auf ihrem Weg zu begleiten
und sie in ihren rhythmischen
Fähigkeiten mit viel Freude zu
fördern und zu fordern! Ich bin
dankbar als Mutter von zwei
Söhnen und in meiner mehr als
20-jährigen Tätigkeit als Lehrerin
und Sozialpädagogin Menschen
in ihrer Entwicklung unterstützen
zu dürfen. Seit vier Jahren bin ich
freiberuflich im musikpädagogi-
schen Bereich tätig und arbeite in
Form von Rhythmus-, Trommel-
und Singworkshops mit Gruppen
jeden Alters mit verschiedenen
Kultur- und Bildungseinrichtungen,
Kindertagesstätten, Schulen und
im Bereich der Kirchenmusik im
Saarland zusammen. «

● **Kurs 9333**

Caroline Pichler

Do. 19:00 – 20:00 Uhr
ab 12.03.2026, 10 Termine
Friedrich-Schiller-Schule
1. Etage, Mittelfoyer
13 UST, EUR 53,00

Workshop

Rendezvous mit dem inneren Schweinehund

Gute, sportliche Vorsätze für den Frühling? Die brauchen wir nicht, denn dieser Workshop erweckt im Handumdrehen eine große Freude an Bewegung! Bei unserem „Rendezvous mit dem inneren Schweinehund“ genießen wir ein „mehrgängiges Menü“ aus leichter Gymnastik, freiem Tanzen, Atem- und Entspannungsübungen, gewürzt mit einer Prise Humor und Lebendigkeit in Form von Lachyoga und einem Topping aus Gehirnjogging! Angelehnt an die Philosophie des Lachyogabegründers und indischen Arztes Dr. Madan Kataria gelangen wir auf diese Weise befreit von Stress zu einer positiven Grundhaltung, einem wachen Geist, einem gestärkten Immunsystem und einem angenehmen Körpergefühl mit LUST AUF MEHR!

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, geeignetes Schuhwerk, bei Bedarf eine Sitzunterlage und Decke für die Entspannung und etwas zu trinken; alles in einem Rucksack damit Hände und Arme frei sind.

● **Kurs 9334**

Petra Hammer, Kursleiterin Lachyoga, Gedächtnistrainerin

Di. 07.04.2026, 15:30 – 17:45 Uhr
Treffpunkt: Naturfreundehaus Kallenborn (Parkplatz)
EUR 15,00

In Kooperation mit dem TV Holz

Inhalt des laido ist das Üben von „Kata“, festgeschriebener Bewegungsabläufe, die inhaltlich einem Schwertkampf entsprechen. Sie werden mit einem Holzsword, oder einem Übungssword (laido) ausgeführt. Die Übenden stellen sich dabei einen oder mehrere Gegner vor, agieren der Situation entsprechend und besiegen sie. laido fördert die Entwicklung von Eigenschaften wie Kampfgeist, Präzision, Ästhetik, Konzentration und innerer Ausgeglichenheit. In diesem Kurs Grundlagen des laido vermittelt sowie Kata des ZNKR-laido erlernt. Es wird barfuß geübt. Holzsword und Gürtel können kostenlos ausgeliehen werden. Inhalt des laido ist das Üben von „Kata“, festgeschriebener Bewegungsabläufe, die inhaltlich einem Schwertkampf entsprechen. Sie werden mit einem Holzsword, oder einem Übungssword (laido) ausgeführt. Die Übenden stellen sich dabei einen oder mehrere Gegner vor, agieren der Situation entsprechend und besiegen sie. laido fördert die Entwicklung von Eigenschaften wie Kampfgeist, Präzision, Ästhetik, Konzentration und innerer Ausgeglichenheit. In diesem Kurs werden Grundlagen des laido vermittelt sowie die Kata des ZNKR-laido erlernt. Es wird barfuß geübt. Holzsword und Gürtel können kostenlos ausgeliehen werden.

Abendkurs

laido am Montag

● **Kurs 9335A**

Uwe Müller

Mo. 19:30 – 21:00 Uhr
ab 09.03.2026, 10 Termine
Glück Auf Halle Holz,
Glück-Auf-Weg 5, 66265 Heusweiler
20 UST, EUR 45,00

Abendkurs

laido am Dienstag

● **Kurs 9335B**

Uwe Müller

Di. 19:30 – 21:00 Uhr
ab 10.03.2026, 10 Termine
Schulturnhalle Holz,
Glück-Auf-Weg 1, 66265 Heusweiler
20 UST, EUR 45,00

In Kooperation mit dem TV Holz

Aikido Toho Iai oder Aiki Toho Iaido wurde von Meister Shoji Nishio entwickelt. Der Name „Aikido Toho“ bedeutet „Aikido Art und Weise des Schwertes“. Daher finden sich viele Elemente des Aikido in den Toho-Formen wieder. Diese Nähe zum Aikido ist die Besonderheit des von uns praktizierten Iaido-Stils. Er ist geprägt von dynamischen, weichen, runden Bewegungen. Alle 15 Katas (Übungsformen) werden komplett im Stand ausgeführt (mit Ausnahme einer Form, die im Kniestand endet). Die Toho-Formen werden ergänzt durch die Partnerübungen Kentaiken und Kentaicho, in denen sich die Elemente der Toho-Form wiederfinden. Es wird barfuß geübt. Holzsword und Gürtel können kostenlos ausgeliehen werden. VATI, der Verband für Aikido Toho Iai wurde 2016 gegründet und ist international eingebunden in die ENATO (European Nishio Aikido Toho Organization). Wir haben Mitglieder aus Deutschland, Österreich, der Schweiz und den Niederlanden.

Abendkurs**Aiki Toho Iaido am Montag**● **Kurs 9336A****Uwe Müller**

Mo. 19:30 – 21:00 Uhr
 ab 09.03.2026, 10 Termine
 Glück Auf Halle Holz,
 Glück-Auf-Weg 5, 66265 Heusweiler
 20 UST, EUR 45,00

Abendkurs**Aiki Toho Iaido am Dienstag**● **Kurs 9336B****Uwe Müller**

Di. 19:30 – 21:00 Uhr
 ab 10.03.2026, 10 Termine
 Schulturnhalle Holz,
 Glück-Auf-Weg 1, 66265 Heusweiler
 20 UST, EUR 45,00

KOCHEN UND BACKEN**Abendkurs****Dienstagsküche**

Ein kurzer Kochkurs, der sich mit der frischen und leckeren Frühjahrs- und Sommerküche beschäftigt. Die Gerichte lassen sich unkompliziert zubereiten. Da die Kosten der Zutaten, die von der Dozentin ohne Aufschlag berechnet werden, vom noch ungewissen Einkaufspreis im Frühjahr und Sommer abhängen, werden sie am ersten Abend mit den Teilnehmenden anhand der Gerichte besprochen.

Bitte bringen Sie eigene Messer, Schürze, Geschirrtücher und Aufbewahrungsschüsseln mit

● **Kurs 9338****Anette Ehre**

Di. 17:45 – 21:45 Uhr
 17.03., 28.04., 12.05.2026, 3 Termine
 Friedrich-Schiller-Schule
 Erdgeschoss, Lehrküche, barrierefrei
 21 UST, EUR 35,00 (zzgl. Kosten für Lebensmittel bar vor Ort zu bezahlen)
Anmeldung erforderlich bis 11.03.2026

NÄHEN**Nachmittagskurs****Mode und Accessoires selbst schneiden**

In diesem Kurs arbeiten AnfängerInnen und TeilnehmerInnen, welche schon viele Jahre im Kurs kreativ zugehen sind, unter professioneller Anleitung. Neue Mode für Groß und Klein, Kleidung aller Art, originelle, ganz persönliche Textilgeschenke – wie z. B. Kissen, Taschen, Decken, Tücher, Schälchen oder Deko – können aus selbst ausgewählten Stoffen – nach Schnittmustern oder aus eigenen Designs – fachkundig hergestellt werden. Ideen austauschen, Neues ausprobieren, umändern, verschönern, Schnittmuster, Technik und Stoffe kennenlernen oder Bewährtes einüben, ergänzen sowie Tipps, Tricks und Neues aus der Modewelt erfahren. Dieser Kurs kann zur Berufsvorbereitung oder als Hobby dienen.

Nähmaschinen und Zubehör sind selbst mitzubringen

● **Kurs 9339****Elke Schäfer, Schneiderin**

Di. 16:15 – 19:15 Uhr
 ab 10.03.2026, 12 Termine
 Friedrich-Schiller-Schule
 Erdgeschoss, Nähraum
 48 UST, EUR 75,00



SR info

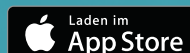
bessr informiert

Wo immer Du bist.
Wann immer Du willst.
Mit der SR info-App.

Wir informieren das Saarland.

→ SRinfo.de

Jetzt kostenlos downloaden:



Örtliche Leiterin



Dr. Mareke Neumann
Örtliche Leiterin
Scherbachstr. 2
66271 Kleinblittersdorf
Fon 0160 3807208
nose_@t-online.de

Anmeldung und Service



Jennifer Rück
Koordination Örtl. vhs
Altes Rathaus, Zi. 18
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4380
Fax 0681 506-4393
jennifer.rueck@rvsbr.de



Crocetta Sajia
Sachbearbeiterin
Altes Rathaus, Zi. 18
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4381
Fax 0681 506-4393
crocetta.sajia@rvsbr.de

Unterrichtsorte

- Caritas Seniorenzentrum
St. Barbarahöhe,
66271 Kleinblittersdorf
- Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf
Wintringer Str. 78
66271 Kleinblittersdorf
- Kindertagesstätte Kleinblittersdorf
Wintringer Str. 78
66271 Kleinblittersdorf
- Ortsrat Bliesransbach
In der Alten Schule
Eschringer Str. 9
66271 Kleinblittersdorf
- Blumenwerkstatt
In der Almet 19
66271 Kleinblittersdorf
- Mehrzweckhalle, Sitterswald
Siedlerstraße 1a
66271 Kleinblittersdorf

VORTRÄGE/ EINZELVERANSTALTUNGEN/ EXKURSIONEN/WORKSHOPS

Vortrag

Sterbehilfe in Deutschland – Sie müssen nicht mehr in die Schweiz

Die Deutsche Gesellschaft für humanes Sterben (DGHS e.V.) informiert über ihre Organisation, die rechtliche Situation in Deutschland seit dem Urteil des BVerfG aus 2020 und den Ablauf eines ärztlich begleiteten Freitods.

● Kurs 9401

Ortrud Römer-Horn, DGHS

Mi. 11.03.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf
gebührenfrei

Natur und Umwelt in Kooperation mit dem NABU

Exkursion

Steinkauzbalz

Wanderung um Auersmacher. Hierbei lernen wir den Lebensraum und die Lebensweise der drittkleinsten Eule Europas kennen.

● Kurs 9402

Axel Hagedorn

Fr. 13.03.2026, 18:00 – 20:30 Uhr
Treffpunkt: Seniorenzentrum
St. Barbarahöhe Auersmacher
gebührenfrei
Informationen und Anmeldung bei
Axel Hagedorn unter Fon 06893 3701 oder
Mail nabu_axel_hagedorn@yahoo.de

Exkursion

Bärlauchwanderung

Kaum ist der Frühling da, schon kann man im Wald den herzhaften an Knoblauch erinnernden Duft des Bärlauchs wahrnehmen. Für manche ist er nur ein

Würzkräut, für andere etwas ganz Besonderes. Lernen Sie Bärlauch von all seinen Seiten kennen und vor allem erkennen.

● Kurs 9403

Tanja Both, Natur-, Kräuter- und Umweltpädagogin

So. 12.04.2026, 10:00 – 11:30 Uhr
Treffpunkt: Waldparkplatz Dragonerweg
an der L 254 Kleinblittersdorf-Bliesransbach (gegenüber Wolfskaul)
EUR 14,00 (zzgl. 3,00 EUR Verkostung bar vor Ort)

Exkursion

Meditative Wanderung

Nicht jeder mag es meditierend auf dem Boden zu liegen und sich nicht zu bewegen. Vielen fällt das stille Liegen schwer. Manche denken, sie würden stören, wenn sie sich bewegen, niesen oder husten müssten. Das ist hier nicht so. Gemeinsam gehen wir meditativ langsam und schweigend durch den Wald, lauschen den Geräuschen und jeder konzentriert sich nur auf sich. Ein Waldspaziergang der zu innerem Wohlbefinden führt.

● Kurs 9404

Tanja Both, Natur-, Kräuter- und Umweltpädagogin

Di. 30.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Treffpunkt: Waldparkplatz Dragonerweg
an der L 254 Kleinblittersdorf-Bliesransbach (gegenüber Wolfskaul)
EUR 14,00

Exkursion

Fledermäuse live bei der Jagd verfolgen

Begeben Sie sich zur Dämmerung zusammen mit Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter im Gemeindebezirk Quierschied, mit einem Ultraschall-Detektor auf Fledermauspirsch und lauschen den Jägern der Nacht. Dies sind Geräte, wel-

che die hohen Rufe der Fledermäuse für uns Menschen hörbar machen können. Während der Führung erfahren die Teilnehmenden Wissenswertes über die Rolle der Fledermäuse in unserem Ökosystem, ihr Sozialverhalten, ihren Jahresverlauf und, was wir alle zu ihrem Schutz unternehmen können.

Die Veranstaltung eignet sich auch für junge Menschen ab dem Alter von 6 Jahren in Begleitung eines Erziehungsberechtigten. Bei Regen muss die Fledermauswanderung leider ausfallen.

● Kurs 9405

Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter

Sa. 18.07.2026, 21:00 – 23:00 Uhr
Wanderparkplatz – Blies-Grenz-Weg (Sitterswald)
EUR 5,00

Exkursion

Wasserforscher

Bei der Exkursion zum „Lebensraum Bach“ lernen die Teilnehmer, welche Tiere in unseren Fließgewässern leben und welche ökologischen Aufgaben sie dabei einnehmen. Die interessantesten Kleinstlebewesen, wie der Bachflohkrebs oder die Köcherfliegenlarve, werden gesammelt und unter die Lupe genommen. Vielleicht entdecken die Teilnehmer im Umfeld des Baches auch einen Frosch oder sogar einen Feuersalamander. Am Lebensraum Bach ist alles möglich.

● Kurs 9406

Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter

Sa. 22.08.2026, 15:00 – 17:00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Ecke
Hohlweg-Wendalinusstr. (Bliesransbach)
EUR 5,00

Vortrag**Spannendes zum Ökosystem Moor**

Moore sind faszinierende Ökosysteme aber bereits in Deutschland zu 95 Prozent zerstört. Sie erbringen fundamentale Ökosystemleistungen wie z.B. das Säubern von Wasser oder das Binden von klimaschädlichem Kohlendioxid. Der Vortrag führt in das Ökosystem Moor ein, vermittelt einen Einblick, warum Moore Gefahren ausgesetzt sind, und zeigt Wege für uns alle auf, sie und damit auch unser Klima zu schützen

● Kurs 9407

Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter

Do. 18.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf

EUR 5,00

Wanderung
Meditative Pilgerwanderungen im UNESCO-Biosphärenreservat Bliesgau: Vom Wintringer Hof nach Auersmacher und zurück

Die meditativen Pilgerwanderungen auf einem Teilstück der europäischen Wege der Jakobspilger im Biosphärenreservat Bliesgau sind in die besondere Stimmung der Jahreszeiten eingebunden und verstehen sich als Erkundungen zur Nachhaltigkeit. Der Auftrag eines UNESCO-Biosphärenreservates und die Fragen nach den Quellen der inneren Kraft und des guten Lebens werden unterwegs auf poetische Weise zu thematischen Begleitern. Nach einer Einführung geht es auf den Sternenzug/Chemin des étoiles, vorbei am „Sternenfeld“ und einem versunkenen Garten zum Etappenziel, der Pilgerherberge Altes Bauernhaus in Auersmacher. Dort gibt es Kaffee und selbstgebackenen Kuchen. Nach einem Innehalten in der Dorfkirche führt die ca. 15 km lange, mittelschwere Wanderung mit Steigungen zurück zur

mittelalterlichen Wintringer Kapelle.

Hinweis: Die Pilgerwanderungen führen auch über Steigungen und unbefestigte Pfade. Sie richten sich nur an geübte TeilnehmerInnen mit guter Kondition. Nach eigenem Bedarf Rucksackverpflegung mitnehmen und auf gutes Schuhwerk und ggf. auf Regenkleidung achten.

● Kurs 1307

Peter Michael Lupp, ehem. Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken

Sa. 21.03.2026, 12:00 Uhr, Dauer ca. 7 Std., Frühlingswanderung

Ort/Start: Kleinblittersdorf, Wintringer Hof (Althof), KulturOrt Wintringer Kapelle

EUR 22,00 (inkl. Kaffee und Kuchen)

● Kurs 1307A

Peter Michael Lupp, ehem. Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken

Sa. 20.06.2026, 12:00 Uhr, Dauer ca. 7 Std., Sommerwanderung

Ort/Start: Kleinblittersdorf, Wintringer Hof (Althof), KulturOrt Wintringer Kapelle

EUR 22,00 (inkl. Kaffee und Kuchen)

Führung mit Lesung
Der „Versunkene [Paradies-]Garten“ in Kleinblittersdorf

In den letzten Jahren wurde in Kleinblittersdorf ein besonderes Waldgrundstück behutsam in Wert gesetzt, das viele Spuren von ehemaligen Landgütern mit einer paradiesischen Gartenanlage samt Weinbergen zeigt. Unter dem poetischen Titel „Der versunkene [Paradies-]Garten“ lädt das parkähnliche Waldgelände heute zum Verweilen, Innehalten und Träumen ein. Menschen sind hier zu einem geheimnisvoll anmutenden Parcours durch das Refugium eingeladen, um dabei der ureigenen Kraft der Natur und ihrer harmonisierenden Wirkung nachzuspüren. Impulsgeber sind verwunschene

Reste der historischen Bauwerke, Bäume, Pflanzen, poetische Texte, Installationen und Klänge. Mit dieser Intention möchte der „versunkene [Paradies-]Garten“ als beispielgebendes Kulturmodell bereitstehen – als offener Experimentierraum, um über das Verhältnis von Mensch und Natur und über den fragilen Zeitenlauf der Welt nachzudenken und eine sinnliche Inspirationsquelle für nachhaltige Lebensformen im UNESCO-Biosphärenreservat Bliesgau zu bieten. Der Ideengeber und Leiter des Projektes lädt zu einer Führung durch das Refugium ein und liest an ausgewählten Stellen poetische Texte zum Innehalten.

● Kurs 1303

Peter Michael Lupp, ehem. Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken

Mo. 04.05.2026, 17:00 – 18:30 Uhr

Treffpunkt: Kleinblittersdorf, Rebenstraße (linke Straßenseite an der Treppe der historischen Mauern)

EUR 5,00

KunstMahlZeit – Bildende Kunst und Kochkunst mit allen Sinnen erfahren auf dem Wintringer Hof

Dass Kunst und Kochen im Geiste verwandt sind und alle Sinne anzusprechen vermögen, ist bekannt. Dass beides im Zusammenspiel auch Menschen zu nachhaltigem Denken und Handeln inspirieren kann, wird am KulturOrt Wintringer Kapelle und im gegenüberliegenden Landgasthaus im Rahmen eines besonderen Seminars erfahrbar. Unter dem Titel KunstMahlZeit lädt der Kurator der Kunstprojekte am KulturOrt Wintringer Kapelle dazu ein, die Zielsetzung des UNESCO-Biosphärenreservates Bliesgau und die darauf bezogenen Kunstprojekte kennenzulernen. Im Anschluss wird die Kunst des Kochteams des Landgasthaus-

ses die Jahreszeit und die saisonalen, vollwertigen Produkte des Bioland-Hofes erfährt und schmeckbar machen. Die Köche kreieren ein mehrgängiges Menü. Dazu werden Wissenswerte über die ökologische Landwirtschaft auf dem Wintringer Hof, die hochwertigen Zutaten und Produkte sowie Poesie als geistige Nahrung „gereicht“.

Leistungen: Führung und Kunstgespräch am KulturOrt Wintringer Kapelle und mehrgängiges Biomenü inkl. Tafelwasser (sonstige Getränke auf eigene Kosten) mit Lesung.

● Kurs 1305

Peter Michael Lupp, Kurator KulturOrt Wintringer Kapelle

Mi. 17.06.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
Kleinblittersdorf, KulturOrt Wintringer Kapelle / Landgasthaus Wintringer Hof
EUR 50,00 (inkl. Menü)
Anmeldung erforderlich bis 09.06.2026.

Workshop

Kunst verwandelt

Übungsseminar: Künstlerisches [poetisches] Sehen und Denken
Praxisbeispiel: KulturOrt Wintringer Kapelle mit aktuellem Kunstprojekt
Unter dem Titel „Lupambulus“ wird sich am KulturOrt Wintringer Kapelle aktuell dem heiligen Wolfgang als Schutzpatron der Wintringer Kirche gewidmet. Die lateinische Übersetzung des Namens Wolfgang – Lupambulus – hat dem künstlerischen Prozess einen geheimnisvollen und heiteren Charakter geschenkt. Aus vergangenen Botschaften, die sich über die Lichtfigur des heiligen Wolfgang vor langer Zeit in den Resten einer ehemaligen Prioratskirche eingebettet haben, wurden im Rahmen einer künstlerischen Suchbewegung neue Bilder und Zeichen für die Wirklichkeit freigelegt: Liebe als

Grundverständlichkeit zwischen Menschen. Herzensbildung im Spiegel der Kunst im Alltag. Die Konzeption des Kunstprojektes suchte mit forschendem Blick weiter in den Wahrnehmungen der Betrachter, um nicht zuletzt auch den verwandelnden Charakter künstlerischer Prozesse offenzulegen. Im Rahmen eines Seminars stellt der Kurator und Kunstschaffende Peter Michael Lupp die Vision des KulturOrtes und das Kunstprojekt und die damit entstandenen Kunstwerke vor. Dabei wird dazu eingeladen, einmal ganz bewusst die Fähigkeiten wahrzunehmen, künstlerisch [poetisch] zu sehen und zu denken und sie vor Ort auszuloten.

● Kurs 2309

Peter Michael Lupp, ehem. Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken

Fr. 19.06.2026, 17:00 Uhr
Treffpunkt: Kleinblittersdorf, Wintringer Hof (Althof), KulturOrt Wintringer Kapelle
EUR 8,00

PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

Workshop

Zeit für das nächste Meeting; MIT DIR SELBST!

Mal klappt's besser, mal weniger gut. An Fehlern zu wachsen, stärkt die Resilienz. Und diese zielt nicht darauf ab, alles ertragen zu müssen, sondern im Gegenteil: Seine Gefühle und Bedürfnisse regelmäßig wahrzunehmen, für sein psychisches und physisches Wohl sorgen zu dürfen, zu wissen, was einem gut tut und das auch umsetzen, dieser Dreiklang kann der Schlüssel zu echter Resilienz sein. Und der Weg dazu beginnt immer wieder von neuem – mit dem nächsten kleinen Schritt. So entstehen nicht nur die größten Fortschritte, sondern auch nachhaltige.

Dozentinnen und Dozenten



SERKAN BOZKURT

Tanz- und Bewegungspädagoge

» Ich bin erfahrener Tanz- und Bewegungspädagoge mit über 13 Jahren Berufserfahrung. Als freiberuflicher Künstler im Bereich Tanz und Performance vereine ich verschiedene Stile und bringe Bewegung in eine neue Dimension. Meine Kurse bieten eine einzigartige Mischung aus Hip-Hop, Streetdance, klassischem Ballett und zeitgenössischem Tanz. Besonders liegt mir die Verbindung von Tanztheater, Performance-Kunst und urbanen Tanzstilen am Herzen – ein kreativer Raum, in dem Emotion und Ausdruck im Mittelpunkt stehen. Ob Anfänger oder Fortgeschrittene, meine Kurse sind für alle offen, die Tanz als kraftvolle Ausdrucksform entdecken und ihre Bewegungsmöglichkeiten erweitern möchten. Lass uns gemeinsam die Sprache des Tanzes erkunden! «

● **Kurs 9408**

Eva Reinhardt, Personal Coach, Individual Business- und Karriere-Coaching

Fr. 13.03.2026, 18:00 Uhr bis 20:30 Uhr
Sa. 14.03.2026, 09:00 Uhr bis 16:00 Uhr
Saargemünder Str. 191, 66130 Gündingen
EUR 51,00

Junge vhs**Hip-Hop/Stretdance**

In diesem Hip-Hop- und Stretdance-Workshop für Jugendliche und Erwachsene erwartet die Teilnehmenden ein energiegeladener Mix aus rhythmischer Bewegung, Kreativität und Ausdruck. Egal, ob Anfänger*in oder Fortgeschrittene, alle sind herzlich willkommen! Gemeinsam tauchen wir in die faszinierende Welt des Hip-Hop und Stretdance ein und erkunden durch Improvisation sowie die vielfältigen Elemente der Straßenkünste den individuellen Stil jedes Einzelnen. Von kraftvollen Moves bis hin zu freestyle-inspirierten Choreografien geht es um Spaß, Freiheit und den Mut, sich auf der Tanzfläche neu zu entdecken.

● **Kurs 9409**

Serkan Bozkurt, Tanz- und Bewegungspädagoge

Mo. 17:00 – 18:30 Uhr
ab 09.03.2026, 10 Termine
Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf
20 UST, EUR 125,00

KREATIVES GESTALTEN**Filzen****Workshop****Frühlingsfilz & Hasenlicht – Deko mit Herz!**

In diesem Kurs wird's österlich und originell: Wir filzen Eierwärmer mit Charakter, Eierbecher mit Charme und ein Hasenstimmungslicht, das jedem Frühstück ein Lächeln schenkt. Ob verspielt, natürlich oder einfach nur fröhlich – deine Frühlingsdeko wird einzigartig!

Für Anfänger und Fortgeschrittene

● **Kurs 9410**

Marion Ranker

Fr. 20.03.2026, 11:00 – 15:00 Uhr
Mehrzweckhalle Rilchingen-Hanweiler
EUR 35,00 (inkl. EUR 15,00 Materialkosten)

Workshop**Nestgeflüster & Hühnerlaune – Filzen fürs Osterfest!**

Der Osterhase ist im Anmarsch – und wir filzen sein Traumnest! Ob weich, bunt und brav oder wild, naturverbunden und mit Federn im Wind: Du gestaltest dein Körbchen ganz nach Lust und Laune. Nestform? Hühnerform? Hauptsache mit Herz! Und zur Belohnung bekommt der Hase natürlich eine Möhre.

● **Kurs 9411**

Marion Ranker

Sa. 14.03.2026, 11:00 – 15:00 Uhr
Mehrzweckhalle Rilchingen-Hanweiler
EUR 35,00 (inkl. EUR 15,00 Materialkosten)

Dozentinnen und Dozenten

MARION RANKER
Filz-Dozentin

» Mit Leidenschaft fürs Filzen und einer kreativen Ader tauche ich in die Welt dieses alten Handwerks ein. Von ersten Küchentisch-Ver-suchen zur zertifizierten Filzge-stalterin und durch renommierte Ateliers geprägt, möchte ich mein Wissen und meine Faszination weitergeben. Filzen bedeutet für mich Naturverbundenheit und Ausdruck – kein Tier muss leiden, nur geschoren werden. Ich freue mich, kreative Projekte mit Ihnen zu teilen. «

Workshop

Sommerfilz & Gartenflair – kreativ unter freiem Himmel!

In diesem VHS-Kurs filzen wir fröhliche Deko für draußen: beleuchtete Girlanden, Stuhlauflagen im Obstdesign oder ein Stimmungslicht für den Gartentisch. Ob saftig wie eine Erdbeere oder sonnig wie ein Zitronenring – dein Filz bringt Farbe ins Grün!

Für Anfänger und Fortgeschrittene

● Kurs 9412

Marion Ranker

Sa. 06.06.2026, 11:00 – 15:00 Uhr
Mehrzweckhalle Rilchingen-Hanweiler
EUR 35,00 (inkl. EUR 15,00 Materialkosten)

Workshop

Filzschmuck mit Persönlichkeit!

Filz kann mehr als kuschelig: in diesem Kurs entstehen Ringe, Armbänder und Halsschmuck, die nicht wärmen, sondern glänzen – mit Farbe, Form und Fantasie. Ob verspielt, edel oder mit Augenzwinkern: Dein Schmuck wird zum Statement mit Charakter.

● Kurs 9413

Marion Ranker

Sa. 13.06.2026, 11:00 – 15:00 Uhr
Mehrzweckhalle Rilchingen-Hanweiler
EUR 35,00 (inkl. EUR 15,00 Materialkosten)

Malen

Abendkurs

Gegenständliches Zeichnen und Malen für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Die malerische oder zeichnerische Umsetzung von Motiven ist Gegenstand dieses Kurses. Die TeilnehmerInnen werden inspiriert von eigenen Skizzen, Fotografien und vorhandenen Objekten. Die verschiedenen Techniken wie Aquarell, Acryl,

Bleistift, Farbstift, Kreide, Pastell werden erläutert und vertieft.

Der 1. Termin ist eine Vorbesprechung und Einführung in die Grundlagen für neue und erfahrenere Teilnehmer.

Mitzubringen sind Schulzeichenblock DIN A3, Bleistifte Härten HB und 3B, Plastikradierer

● Kurs 9414

Klaus R. Ecke

ab Mi.11.03.2026, 18:30 – 20:45 Uhr
10 Termine
Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf
30 UST, EUR 87,00

Floristik

Abendkurs

Drahtkunst

Wir kreieren ein faszinierendes Draht-huhn als Gartenobjekt. Aus Stabdraht formen wir das Grundgerüst, das wir mit Wickeldraht umhüllen. Körper, Flügel und Schwanz gestalten wir in unterschiedlichen Strukturen, während wir den Kopf detailliert mit Schnabel und Kamm ausarbeiten. Die Beine biegen wir aus dickerem Draht für einen sicheren Stand. Im Laufe der Zeit entwickelt unser Drahtuhn durch Witterungseinflüsse eine reizvolle Rostpatina, die ihm eine besondere Struktur verleiht und es zu einem einzigartigen Blickfang im Garten macht.

Bitte mitbringen: Gartenschere, Messer, Bandschere und evtl. Klebepistole. Die genannten 3 Termine bauen aufeinander auf und sind nicht einzeln zu buchen.

● Kurs 9415

Susanne Hübschen, Floristin

Mi. 10.06, 17.06., 24.06.2026,
18:00 – 20:30 Uhr
Blumenwerkstatt, Kleinblittersdorf
EUR 44,00 (zzgl. Kosten für Material bar vor Ort zu bezahlen)

Dozentinnen und Dozenten



KLAUS R. ECKE

Dozent für Zeichnen und Malen

» Die zeichnerische oder malerische Entstehung eines gegenständlichen Motivs ist ein faszinierendes Erlebnis – allein durch Linien und Flächen, durch Licht und Schatten, durch Farbverläufe. Ich selbst habe mich, ausgehend vom Technischen Zeichnen, immer wieder mit den verschiedenen Möglichkeiten der Darstellung befasst, sowohl mit der Reduktion auf die wesentlichsten Striche als auch mit der präzisen zeichnerischen oder malerischen Wiedergabe. Meine Erfahrungen weiterzugeben und die KursteilnehmerInnen in ihrer eigenen Entwicklung zu begleiten, ist mir ein Anliegen. «

Abendkurs**Frühlingskranz**

Aus Heu formen wir einen natürlichen Frühlingskranz als bezaubernden Türschmuck. Wir dekorieren das Grundgerüst mit verschiedenen Naturmaterialien wie zarten Frühlingsblüten und filigranen Eierschalen, die dem Kranz eine besondere Leichtigkeit verleihen. Mit farbenfrohen Bändern setzen wir lebendige Akzente und verleihen dem Türkranz fröhliche Frühlingsstimmung.

Gartenschere, Schere und Drahtschere bitte mitbringen.

● **Kurs 9416**

Susanne Hübschen, Floristin

Mi. 11.03.2026, 18:00 – 20:30 Uhr
Blumenwerkstatt, Kleinblittersdorf
EUR 17,00 (zzgl. Kosten für Material bar vor Ort zu bezahlen)

Abendkurs**Blumengesteck in Eierform**

Kreieren Sie ein bezauberndes österreichisches Blumengesteck in außergewöhnlicher Eierform. Wir formen zwei Eier aus Heu und fügen sie geschickt zu einem dekorativen Gefäß zusammen, das wir anschließend mit frischen Frühlingsblumen kunstvoll bestücken. Das fertige Gesteck wird zum stimmungsvollen Blickfang für die Ostertafel oder als Dekoration im Eingangsbereich.

Gartenschere, Schere und Drahtschere bitte mitbringen.

● **Kurs 9417**

Susanne Hübschen, Floristin

Mi. 25.03.2026, 18:00 – 20:30 Uhr
Blumenwerkstatt, Kleinblittersdorf
EUR 17,00 (zzgl. Kosten für Material bar vor Ort zu bezahlen)

Abendkurs**Muttertagsherz**

Zum Muttertag gestalten wir ein liebevolles Drahtherz als besonderes Geschenk oder Dekoration. Wir formen ein Herz aus Draht und schmücken es mit einer harmonischen Kombination aus zartem Schleierkraut, duftendem Eukalyptus sowie Trocken- und Seidenblumen. Das blühende Herz wird zum dauerhaften Geschenk, das Ihre Zuneigung auf besondere Weise zum Ausdruck bringt.

● **Kurs 9418**

Susanne Hübschen, Floristin

Mi. 06.05.2026, 18:00 – 20:30 Uhr
Blumenwerkstatt, Kleinblittersdorf
EUR 17,00 (zzgl. Kosten für Material bar vor Ort zu bezahlen)

Abendkurs**Mach was aus Draht**

Entdecken Sie die vielseitigen Möglichkeiten der Drahtkunst und lernen Sie, aus gewöhnlichem Wickeldraht großartige Skulpturen zu gestalten. Wir formen gemeinsam dekorative Objekte wie filigrane Herzen, praktische Körbchen oder andere kreative Drahtfiguren für Haus und Garten. Ihrer Fantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt – bringen Sie Ihre eigenen Ideen mit ein.

Bitte mitbringen: Gartenschere, Messer, Bandschere und evtl. Klebepistole.

● **Kurs 9419**

Susanne Hübschen, Floristin

Mi. 15.07.2026, 18:00 – 20:30 Uhr
Blumenwerkstatt, Kleinblittersdorf
EUR 17,00 (zzgl. Kosten für Material bar vor Ort zu bezahlen)

Dozentinnen und Dozenten

SUSANNE HÜBSCHEN
Floristin mit Herz

» Seit fast vierzig Jahren bin ich als Floristin tätig und habe an vielen Weiterbildungen und Workshops teilgenommen. Meine Kreativität und mein handwerkliches Können wollte ich für mich nutzen und eröffnete im Jahr 2005 meine eigene florale Werkstatt in Kleinblittersdorf.

Für alle Blumenliebhaber und kreativen Menschen, die sich gerne als Floristin bzw. als Florist versuchen möchten, biete ich unter fachkundiger Anleitung das Gestalten floraler Kunstwerke an. Es macht mir große Freude, wenn am Ende meiner vhs-Kurse die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit wunderschönen Unikaten zufrieden nach Hause gehen. <<

Abendkurs

Mach was aus Draht

● Kurs 9420

Susanne Hübschen, Floristin

Mi. 22.07.2026, 18:00 – 20:30 Uhr
Blumenwerkstatt, Kleinblittersdorf
EUR 17,00 (zzgl. Kosten für Material bar vor Ort zu bezahlen)

FREMDSPRACHEN

Französisch

Vormittagskurs

Französisch für den Alltag – Konversation

Konversation im täglichen Leben, im Urlaub und zum Aktivieren der grauen Zellen. B1 Sprachkenntnisse werden vorausgesetzt. Frau Nicolay knüpft interaktiv an den vorhandenen Kenntnissen der TeilnehmerInnen an. Es wird mit Fotokopien gearbeitet.

Eventuelles Lehrbuch wird besprochen.

● Kurs 9421

Chantal Nicolay

Di. 10:30 – 12:00 Uhr
ab 10.03.2026, 10 Termine
Ortsrat Bliesransbach, Sitzungssaal
20 UST, EUR 57,00 (42,50)

ENTSPANNUNG UND SELBSTERFAHRUNG

Nachmittagskurs

Yoga für Frauen und Männer

Yoga ist ein ganzheitlicher Gesundheitsweg für Frauen und Männer sowie Jung und Alt, der Körper, Geist und Seele trainiert und harmonisiert. In diesem Kurs erlernen, erfahren und vertiefen Sie Grundprinzipien und Grundhaltungen des Hatha-Yogas. Körperwahrnehmung, Körperhaltung und Koordination werden verbessert, sodass das Prana (Lebensenergie) leichter fließen kann. Dadurch können sich Verspannungen lösen. Der Körper wird sanft gedehnt und gekräftigt. Durch die Verbindung des Atems mit Körper und Geist entsteht eine tiefe Harmonie und Ruhe. In meditativen Übungen kann die Konzentration gestärkt, der Geist gebündelt und ein Gefühl der Einheit und Verbundenheit spürbar werden – Yoga als Übungsweg hin zu mehr Lebensenergie, Lebensfreude und Harmonie.

Der Kurs ist auch für Anfängerinnen und Anfänger offen. Bitte bequeme Kleidung und eine Wolldecke mitbringen.

● Kurs 9422

Elisabeth Duppre

Do. 17:30 – 19:00 Uhr
ab 12.03.2026, 15 Termine
Caritas Seniorenzentrum St. Barbarahöhe
30 UST, EUR 75,00

Abendkurs

Yoga für Frauen und Männer

Der Kurs ist auch für Anfängerinnen und Anfänger offen.

Bitte bequeme Kleidung und eine Wolldecke mitbringen.

● Kurs 9423

Elisabeth Duppre

Do. 19:15 – 20:45 Uhr

ab 12.03.2026, 15 Termine
Caritas Seniorenzentrum St. Barbarahöhe
30 UST, EUR 75,00

Nachmittagskurs

Bodyshaping

Dieser Kurs bietet ein abwechslungsreiches Training für den gesamten Körper zu ausgewählter Musik. Der Kurs ist offen für alle Altersgruppen, die Spaß an Bewegung haben. Nach einem kurzen Aufwärmtraining folgen Stärkungsübungen für die Arm- und Beinmuskulatur und Übungen für Gleichgewicht und Koordination. Das abschließende Bodentraining dient zur Kräftigung der Rücken- und Bauchmuskulatur.

Bitte Matte mitbringen.

● Kurs 9424

Margit Schumacher

Di. 17:15 – 18:15 Uhr
ab 10.03.2026, 11 Termine
Kindertagesstätte Kleinblittersdorf
15 UST, EUR 48,00

RÜCKENSCHULE

Nachmittagskurs

Wirbelsäulengymnastik

Gemeinsames Üben in lebhafter Runde mit dem Ziel, die Muskulatur rund um die Wirbelsäule durch harmonisches Zusammenspiel von Bewegung und Atmung zu kräftigen und zu entspannen. Außerdem üben wir schonende und nützliche Bewegungen zur Bewältigung des Alltags.

Bitte Socken, Decke oder Matte und bei Bedarf Nackenkissen mitbringen!

● Kurs 9425

Martina Seul

Mi. 17:30 – 18:30 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
Kindertagesstätte Kleinblittersdorf
20 UST, EUR 59,00

KOCHEN UND ERNÄHRUNG

Buona Pasqua – Das italienische Ostermenü

Ein gelungenes Menü zum großen Fest, wie es die Großmütter in Italien zubereiteten. Timballo al Ragu, Cannelloni alla Umbra, leckere Lammgerichte (L'agnello del legionario) und vieles mehr, wie natürlich auch der süße Abschluss (dulcis in fundo) erwarten Euch bei diesem Kurs, das Ganze abgerundet mit dem passenden Wein und den Tipps und Anekdoten von Genussvermittler Giovanni Romano. Venite e godete!

● Kurs 9430

Giovanni Romano, Gastronom

Do. 02.04.2026, 14:00 – 18:00 Uhr

Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf, Küche

EUR 34,00 (inkl. EUR 16,00 Kosten für Lebensmittel, Weine und Wasser)

Abendkurs

Low Carb – mehr als eine Mode! Kochen mit wenig Kohlenhydraten

Lecker und mit wenig Kalorien, vielen Vitaminen, Mineralien und Proteinen. Vitalstoffe pur kombiniert mit Fisch, Fleisch, Gemüse und Obst, dazu die richtigen Gewürze zwischen mediterran und „Grand Asia“. Gekocht wird ein schmackhaftes 3-Gänge-Menü, begleitet von leckeren Tee-Sorten und wahlweise auch von einem passenden Tröpfchen Wein.

● Kurs 9431

Giovanni Romano, Gastronom

Mo. 22.06.2026, 18:00 – 22:00 Uhr

Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf, Küche

EUR 34,00 (inkl. EUR 16,00 Kosten für Lebensmittel, Weine und Wasser)

Abendkurs

High-Carb – VIVA LA PASTA! Escalazione gastronomica!

Spaghetti, Tagliatelle, Gnocchi, Tortellini, Ravioli ... Heute begehen wir alle kulinarischen Sünden als gäbe es keinen Morgen! Wer hat noch nie einen „Tris di Pasta“ im Risortorante bestellt, um möglichst viele leckeren Nudelgerichte kosten zu können? Wir zaubern drei verschiedene davon, begleitet mit passendem Wein, abgerundet mit einer süßen Nachspeise ... VIVA LA PASTA! Das Leben ist schön!

● Kurs 9432

Giovanni Romano, Gastronom

Mi. 02.09.2026, 18:00 – 22:00 Uhr

Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf, Küche

EUR 37,00 (inkl. EUR 19,00 Kosten für Lebensmittel, Weine und Wasser)

Abendkurs

Männer, Töpfe, Heldentaten: Dein Einstieg ins kulinarische Abenteuer!

Du kannst alles – aber kochen gehört (noch) nicht dazu? Dann wird's höchste Zeit, den Kochlöffel zu schwingen, bevor du wieder Pizza bestellst! In unserem Männerkochkurs an der vhs zeigen wir dir, dass ein ordentliches Steak mehr braucht als nur Mut – und dass Gemüse nicht gefährlich ist, auch wenn es grün aussieht. Hier wird geschnippelt, gebrutzelt, abgeschmeckt und – keine Sorge – auch ordentlich gelacht. Was sonst in diesem Text stehen könnte aber nicht gedruckt werden würde erzählt euch dann an dem Abend Genussvermittler & Live-Coach Giovanni Romano ;) Also Schürze umbinden, Humor einpacken und los geht's! Anmeldung schnell sichern – Helden tragen jetzt Kochschürze statt Rüstung oder Cape!

Dozentinnen und Dozenten



CHANTAL NICOLAY
Dozentin Französisch

» Nach dem Studium der Romanistik und Germanistik und einem Jahr als Assistentin in Zweibrücken habe ich in der Touristikbranche und parallel dazu an verschiedenen vhs angefangen zu unterrichten. Bis heute unterrichte ich an der vhs und arbeite auch als Prüferin für DELF (Diplôme d'Etudes en langue française).

Meine Muttersprache versuche ich in einer entspannten Atmosphäre, interaktiv und kurzweilig zu vermitteln. Dabei entsteht eine positive Gruppendynamik mit interessanten Debatten über das tägliche Leben und die aktuellen Ereignisse und einem Austausch von Reise- und Kulturtipps. Sprechen(lernen) steht bei mir an erster Stelle.

Mein Motto ist: Mieux comprendre la France, les Français et LE français. <<

● Kurs 9433

Giovanni Romano, Gastronom

Do. 11.06.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf,
Küche
EUR 37,00 (inkl. EUR 19,00 Kosten für
Lebensmittel, Weine und Wasser)

Abendkurs

La dolce Vita auf den Teller – Kochen wie in Italien!

Erinnern Sie sich an die leckeren Sommergerichte aus Ihrem Italienurlaub? In diesem Kurs werden wir einige schmackhafte Klassiker nachkochen! Bei einem gemütlichen Aperitif besprechen wir unseren Speiseplan und danach geht es schon los: unter fachmännischer Anleitung und bespickt mit Tricks und Tipps aus einer langen und leidenschaftlichen Erfahrung in der Gastronomie leitet Sie der Küchenmeister Giovanni Romano durch die einzelnen Stationen bis hin zum perfekten Italo-Menu. Vier Gänge, einfach und schnell zubereitet, dazu jeweils einen passenden, leckeren Wein. Natürlich darf das *dulcis in fundo*, die Nachspeise, nicht fehlen.

● Kurs 9434

Giovanni Romano, Gastronom

Di. 09.06.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf,
Küche
EUR 36,00 (inkl. EUR 18,00 Kosten für
Lebensmittel, Weine und Wasser)

Junge vhs

Kids Cooking

✶ ab 7 Jahre

Gesunde Ernährung? Die Eltern mal bekochen? Leckeren Pausenschmaus zaubern? Oder gar der Oma einen Kuchen backen? Mit Küchenmeister Giovanni Romano als Dr. Pasta werden alle Grundlagen kennengelernt, um den Kochlöffel schwingen zu können. Leicht, schnell und ungezwungen geht es gemeinsam an den Herd und Ofen. Scharfe Messer werden geschwungen und lachend Gemüse zerteilt.

● Kurs 9435

Giovanni Romano, Gastronom

Di. 23.06.2026, 14:00 – 18:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf,
Küche
EUR 34,00 (inkl. EUR 16,00 Kosten für
Lebensmittel, Weine und Wasser)

Abendkurs

Kochen auf italienisch Cucinare? Parlare italiano? „Facciamo beides“

Genussvermittler und Sprachfleischer Giovanni Zoraide Romano bietet außerordentlich einen kompletten Kochkurs auf Italienisch an! Also für alle die, die in Rom schon selbst einen Cappuccino bestellen können und auch gerne hier wieder nochmal ein Stück Italien erleben möchten ist dieser Kurs fast ein Muss! Warum Rom? Na weil der Dozent von einer römischen Legionärsfamilie stammt.

● Kurs 9436

Giovanni Romano, Gastronom

Mi. 12.08.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf,
Küche
EUR 34,00 (inkl. EUR 16,00 Kosten für
Lebensmittel, Weine und Wasser)

Nachmittagskurs

Kochen für Menschen mit Behinderung

● Kurs 9437

Maria Ernst

Mi. 16:30 – 18:45 Uhr
ab 11.03.2026, 5 Termine
Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf,
Küche
15 UST, EUR 24,00

Beratung und Information



Romano Marceddu
Örtlicher Leiter
 Schleibachstr. 69
 66346 Püttlingen
 Fon 0157 50605149
 Fax 06898 691-174
 romanomarceddu@gmx.de



Jennifer Rück
Koordination Örtl. vhs
 Altes Rathaus, Zi. 18
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4380
 Fax 0681 506-4393
 jennifer.rueck@rvsbr.de

Anmeldung und Service



Melanie Peter
Sachbearbeiterin im vhs-Service-Büro
 Rathaus Püttlingen
 Rathausplatz 1
 66346 Püttlingen
 Fon 06898 691-186
 Fax 06898 691-174
 Servicezeiten:
 Mo., Mi., Do., Fr. 09:00 – 12:00 Uhr
 melanie.peter@rvsbr.de



Crocetta Sajia
Sachbearbeiterin
 Altes Rathaus, Zi. 18
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4381
 Fax 0681 506-4393
 crocetta.sajia@rvsbr.de

Unterrichtsorte

- Backhaus Rittenhofen
Rittenhofer Str. 43, 66346 Püttlingen
- Gemeinschaftsschule Peter Wust
Pickardstr. 33, 66346 Püttlingen
- Grundschule Pater Eberschweiler
Goethestr. 11, 66346 Püttlingen
- JUZ Püttlingen
Rathausplatz 9, 66346 Püttlingen
- KeraMYK
Saarbrücker Str. 21, 66346 Püttlingen
- Kulturbahnhof Püttlingen
Bahnhofstr. 74-76, 66346 Püttlingen
- Kloster Heilig Kreuz Püttlingen
Völklinger Str. 197, 66346 Püttlingen
- Mehrgenerationenhaus Püttlingen
Völklinger Str. 1, 66346 Püttlingen
- Rathausturnhalle Köllerbach,
In der Schäferlei 4, 66346 Püttlingen
- St. Barbarahalle, Anbau und Nebenraum
Theodolinde-Katzenmaier-Straße 1
66346 Püttlingen-Ritterstraße
- Schlösschen Püttlingen
Am Rathausplatz, 66346 Püttlingen
- The Backyard Gym
Industriegelände Steinritsch,
66346 Püttlingen
Einfahrt rechts neben Autotechnik Grün
GmbH
- Trimm-Treff Viktoria
Köllertalstraße, 66346 Püttlingen
- Uhrmachers Haus
Engelfanger Str. 3
66346 Püttlingen-Köllerbach



Gläserne Baustelle Bahnhof Püttlingen:
auf dem Weg zum ersten klimaneutralen
Industriedenkmal im Saarland

Vortrag mit Diskussion

Intelligentes Strommanagement – Solarer Ertrag auch für Ihre Wärmepumpe!

Üblicherweise werden Sole-Wasser-Wärmepumpen mit Erdwärme kombiniert. Die Realisierung ist jedoch je nach Region schwierig und gerade in Bestandsgebäuden aufwändig umsetzbar. Eine Alternative hierzu ist der Einsatz von PVT-Hybridkollektoren. Diese ermöglichen die thermische Aktivierung von PV-Anlagen und erschließen mittels auch nachträglich installierbarer Absorber eine weitere Wärmequelle für Wärmepumpen. Der Referent zeigt in seinem Vortrag auf, unter welchen Bedingungen die Installation und der Einsatz funktionieren und auch wirtschaftlich sein kann. Ebenso wird das Thema der Kosten, möglicher Förderungen und des damit verbundenen Aufwands anhand von realisierten Anlagen erläutert. Seien Sie gespannt auf intelligente Lösungen! Moderiert wird die Veranstaltung von Dr.-Ing. Christoph Schmidt vom Kulturforum Köllertal e.V.

● Kurs 9501

**Markus Jolly, Geschäftsführer eVERA
energy GmbH Saarbrücken**

Mo. 23.03.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
Kulturbahnhof Püttlingen
gebührenfrei
Mail an: oder unter Fon 06898 63756
anmeldung@bahnhof-puettingen.de

Vortrag mit Diskussion

Energiewende und gesellschaftlicher Wandel

Die Energiewende ist nicht nur eine Frage von neuen Technologien innerhalb des Energiesystems, sie steht auch im Zusammenhang mit einem Wandel der Gesellschaft. Ob Akzeptanz- und Beteiligungsfragen beim Ausbau Erneuerbarer Energien wie Wind- und Solaranlagen, mediale Diskurse um Wasserstoffimporte vs. lokale Elektrolyseure oder auch das eigene Energienutzungsverhalten im Haushalt – überall wird die gesellschaftliche Dimension der Energiewende sichtbar. Der Vortrag beleuchtet diese Fragestellungen aus psychologischer Sicht und stellt konkrete Beispiele aus der aktuellen Forschung vor. Der Dozent ist Leiter des Arbeitsfeldes Umweltpsychologie beim Saarbrücker Institut für Zukunftenergie- und Stoffstromsysteme IZES gGmbH. Moderiert wird die Veranstaltung von Dr.-Ing. Christoph Schmidt vom Kulturforum Köllertal e.V.

● Kurs 9502

**Jan Hildebrand, Leiter Arbeitsfeld
Umweltpsychologie IZES gGmbH**

Mo. 18.05.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
Kulturbahnhof Püttlingen
gebührenfrei
Mail an:
anmeldung@bahnhof-puettingen.de
oder unter Fon 06898 63756

ERLEBNISREISEN

Vortrag

USEDOM Sonneninsel im äußersten Nordosten

Die Insel Usedom soll deutschlandweit die meisten Sonnenstunden haben. In jedem Fall hat sie 42 km durchgehenden Sandstrand entlang der Ostsee. Und sie weist den größten sehenswerten und gut erhaltenen Bestand an der historischen Bäderarchitektur aus der Kaiserzeit auf. Aber auch die abwechslungsreiche Landschaft mit einigen Blickfängen und Attraktionen gilt es zu entdecken. Ein Ausflug in den heute polnischen Teil der Insel nach Swinoujscie, früher Swinemünde, rundet die Vorstellung der Insel Usedom ab. Schöne Bilder machen Lust auf einen Urlaub im deutschen Nordosten.

● Kurs 9503

Werner Michaltzik

Di. 05.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Kulturbahnhof Püttlingen
EUR 5,00

Vortrag

Unbekannter Bodensee – Geheimtipps für den Urlaub

Mainau, Reichenau, Birnau, Lindau – Pfahlbauten, Konzil und Zeppelin kennt jeder. Aber was sagen Ihnen Frickingen, Liggeringen, Büsingen, Schienen oder Baitenhausen? Unser Bildvortrag zeigt Ihnen pittoreske Dörfchen, versteckte Ecken und ungewöhnliche Attraktionen rund um den Bodensee als sehens- und erlebenswerte Ziele für kleine Ausflüge, wenn man dort Urlaub macht.

● Kurs 9503A

Werner Michaltzik

Di. 02.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Kulturbahnhof Püttlingen
EUR 5,00

Vortrag**Mit dem Fahrrad unterwegs an Deutschlands Küsten**

Der Referent Werner Michaltzik ist Hobbyradler und macht seit über 15 Jahren Urlaub mit und auf dem Fahrrad. Er stellt in seinem Power-Point-Vortrag Radtouren aus eigener Erfahrung an Deutschlands Küsten, die sich als Kurzurlaube für die Dauer einer Woche anbieten. Er geht auf mögliche Organisationsformen ein (allein, Gruppe, individuell, geführt, Rundreise, Sternfahrt, Anreise, eigenes oder Leihrad), bewertet den Schwierigkeitsgrad, sowie Qualität, Beschilderung und Beschreibung der Radwege und zeigt mit vielen Bildern die Sehenswürdigkeiten entlang des Weges. Für diesen Vortrag sind dies Touren durch Ostfriesland mit Norderney, Sylt, Lübecker Bucht mit Fehmarn, entlang der Ostseeküste und Usedom.

● **Kurs 9503B****Werner Michaltzik**

Mi. 17.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Kulturnahnhof Püttlingen
EUR 5,00

In Kooperation mit dem Beirat für Seniorinnen und Senioren der Stadt Püttlingen

Vortrag**Mein Geld im Ruhestand – gut vorbereitet in die neue Lebensphase**

In dieser Veranstaltung erfahren Sie, wie Sie Ihre finanzielle Situation beim Eintritt in den Ruhestand vorausschauend planen können: Welche Einnahmen stehen Ihnen zur Verfügung? Welche Ausgaben verändern sich und worauf sollten Sie achten, damit das Geld reicht? Wir prüfen gemeinsam typische Kostenfallen im Alter, erstellen anhand von Fallbeispielen eine einfache Haushaltsübersicht und zeigen

Wege auf, wie Sie finanzielle Engpässe vermeiden. Der Kurs richtet sich an alle, die den Übergang in den Ruhestand aktiv gestalten wollen und ihre Finanzen im Griff behalten möchten. Inhalte: Reflexion des Ausgabeverhaltens nach dem Erwerbsleben (typische Veränderungen und Finanzierungsbedarf), Abgleich der geschätzten Ausgaben mit statistischen Vergleichsdaten (Fallbeispielen), Sensibilisierung für die Vorteile eines Haushaltsplans.

● **Kurs 9506****Malte Scherpelz**

Mi. 10.06.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Mehrgenerationenhaus Püttlingen
gebührenfrei

NATUR UND UMWELT

In Kooperation mit der NABU-Ortsgruppe Köllertal

Vortrag**Wildbienen – Artgerechter Garten – Rückzugsorte für Wildbienen**

In den vergangenen Jahren ist ein starker Rückgang vieler Wildbienenarten zu beobachten. Wildbienen sind ein wichtiger Bestandteil unseres Ökosystems und spielen eine entscheidende Rolle bei der Bestäubung zahlreicher Pflanzen. In diesem Vortrag erfahren Sie, warum ihr Schutz so wichtig ist, welche Gefahren ihnen drohen und wie man mit einfachen Maßnahmen in unseren Gärten wertvolle Rückzugsorte schaffen können. Während des Vortrags werden verschiedene Wildbienenarten und ihre faszinierende Lebensweise vorgestellt.

● **Kurs 9507****Werner Jungmann, NABU Köllertal**

Mi. 29.04.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Kulturnahnhof Püttlingen
gebührenfrei

Dozentinnen und Dozenten**WERNER MICHALTZIK**

» Jahrgang 1952, pensionierter Polizeibeamter, reist gerne und liest viel, mehrsprachig, sammelt unnützes, aber dennoch interessantes Wissen, das er gerne in Vorträgen weitergibt. «



Vortrag

Nisthilfen für Wildbienen – Wildbienen schützen – Nisthilfen richtig gestalten.

In den Baumärkten und Supermärkten werden seit Jahren unzählige „Insekten-hotels“ angeboten – doch viele dieser Produkte sind für Wildbienen wenig geeignet oder sogar schädlich. In diesem Vortrag gehen wir der Frage nach, was eine artgerechte Nisthilfe ausmacht und wie man mit einfachen Mitteln Wildbienen im eigenen Garten oder auf dem Balkon schützen kann. Behandelt werden folgende Themen: Nisthilfen richtig gestalten und Standortwahl, natürliche und alternative Materialien, Lebensraum für Bodennister, Pflege und Kontrolle.

● Kurs 9507A

Werner Jungmann, NABU Köllertal

Mi. 10.06.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Kulturnahnhof Püttlingen
gebührenfrei

Vortrag mit Diskussion

Hühnerhaltung für AnfängerInnen Teil 2

Naturbrut und Kunstbrut, Kükenaufzucht, Stallhygiene, Fütterung

● Kurs 9508

Helmut Detzler, Geflügelhalter

Fr. 29.05.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Kulturnahnhof Püttlingen
gebührenfrei

Wanderung

Fledermaus-Nachtwanderung

Die Nachtwanderung zu den Fledermäusen beginnt kurz vor Sonnenuntergang. In der Dämmerung können Kinder, Jugendliche und Erwachsene die geheimnisvollen Fledermäuse in ihrem natürlichen Lebensraum entdecken. Mit Hilfe eines Ultraschalldetektors werden ihre für den Menschen nicht wahrnehmbaren Laute in hörbare Laute umgewandelt. Höhepunkt der Exkursion ist die hautnahe Beobachtung der fliegenden Säugetiere bei ihrer Jagd auf Insekten. Die Veranstaltung eignet sich für Kinder ab ca. 6 Jahren in

Dozentinnen und Dozenten



TORSTEN MEYER

**Techn. Ingenieur, Ausbilder,
Berufspädagoge**

» Seit über 20 Jahren bin ich in der Erwachsenenbildung tätig. Von meiner Erfahrung profitieren meine TeilnehmerInnen in den verschiedensten IT Kursen an mehreren Standorten. Als Dozent in den Bereichen Elektronik und IT ist es mein Antrieb, den TeilnehmerInnen ein breites Wissen zu vermitteln. Jedes IT Problem ist so vielfältig wie die Teilnehmer selbst. Gerade in der IT stehen wir immer wieder vor neuen Herausforderungen, die ständig eine andere Herangehensweise erfordern. In meinen Kursen steht nicht nur die Problemlösung im Vordergrund, sondern das WARUM? Das ist mein Ansatz einer nachhaltigen Wissensvermittlung. Ich bin immer wieder sehr Stolz, wenn ich am Ende meiner Kurse sehe, wie meine TeilnehmerInnen eigene Lösungsstrategien für komplexe Probleme entwickeln. Daher sehe ich meine Aufgabe in der Hilfe zur Selbsthilfe. «



**BAHNHOF
PÜTTLINGEN**

www.bahnhof-puettingen.de

Zentrum für Kultur, Kunst, Bildung und Tourismus

KULTURFORUM KÖLLERTAL e.V.

Bahnhofstraße 74 -76
66346 Püttlingen



Tel.: 0 68 98/ 6 37 56
Fax: 0 68 98/ 6 38 94

Begleitung einer Erwachsenen Person.

Hinweis: Bitte der Witterung angepasste Kleidung, festes Schuhwerk und Taschenlampe mitbringen!

● **Kurs 9509**

Stefan Kees

Fr. 26.06.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Treffpunkt Parkplatz Sportanlage Espenwald, Nähe Tennisplätze

EUR 5,00

Vortrag

Insektenfreundlich gärtnern – praktische Tipps für Ihr Zuhause

In der Natur spielen Insekten eine wichtige Rolle. Für viele Pflanzen sind Insekten Bestäuber oder selbst Nahrung für verschiedene Tiere wie Igel oder Vögel. Wer Insekten unterstützen und ihnen im Garten einen Rückzugsort bieten möchte, kann dies mit der richtigen Pflanzenauswahl, einigen nützlichen Elementen und etwas Geduld tun. Die Informationsveranstaltung liefert konkrete Tipps, wie man die kleinen Nützlinge in den eigenen Garten locken kann und welche Pflanzen sich als Versteck, Nahrung oder als Baumaterial für die verschiedenen Insektenarten eignen.

● **Kurs 9509A**

Stefan Kees

Mi. 02.09.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Kulturnahnhof Püttlingen

EUR 5,00

EDV

Workshop

Smartphone Beherrschen für Seniorinnen und Senioren

Nicht selten schenken die Kinder oder Enkelkinder Senioren ihr erstes Handy. Diese wissen damit nicht umzugehen und lassen sich von ihren Lieben alles

erklären. Wer aber bereits seit Jahren mit Smartphones umgeht, verliert zuweilen den Blick dafür, worin Unklarheiten für Neulinge bestehen können. Nicht selten entstehen dadurch echte Konfliktsituationen. In diesem Kurs lernen die Teilnehmer wie man ein Smartphone einrichtet, wie sie Geräte sichern, was die Geräte können und welche zusätzlichen Apps sinnvoll sind. Sie erfahren auch, welche Software installiert ist und welche Updates sie machen müssen. Die Teilnehmer bringen ihr Smartphone mit und können das Gelernte direkt umsetzen.

● **Kurs 9516**

Torsten Meyer

Mo. + Di 18:00 – 19:45 Uhr

ab 08.06.2026, 2 Termine

Kulturnahnhof Püttlingen

5 UST, EUR 25,00

FOTOGRAFIE

Workshop

Fotokurs mit dem Smartphone

In diesem praxisorientierten Kurs lernst du, wie du das volle Potenzial deiner Smartphone-Kamera ausschöpfst – von den technischen Grundlagen über Kompositionsregeln bis hin zur kreativen Bildbearbeitung. An zwei aufeinanderfolgenden Tagen wechseln sich Theorieeinheiten mit spannenden Exkursionen ab, bei denen du dein Wissen direkt anwenden kannst. Ideal für alle, die ihre fotografischen Fähigkeiten verbessern und ihre Umgebung mit neuen Augen sehen wollen – ganz ohne Profi-Kamera!

Bitte mitbringen: dein Smartphone (Akku bitte vollgeladen, falls vorhanden Powerbank und Kabel), Notizblock, Tablet oder Notebook für Notizen, bequeme Schuhe und wetterangepasste Kleidung für die Exkursionen. Idealerweise für die Bild-

Dozentinnen und Dozenten



MONIKA JUNGFLISCH

Politik-, Geschichtswissenschaftlerin, Journalistin

» Geschichte und Politik haben mich schon von klein auf interessiert. Was mich jedoch gelangweilt hat, war bloßes Auswendiglernen von Daten. Damit kann ich bis heute nicht viel anfangen. Mich interessieren die Geschichten hinter den Daten und Urkunden. Kurzum, mich interessieren die Menschen, die unsere Vergangenheit gestaltet, durchlebt und auch vieles erlitten haben. Deshalb dreht sich in unserer Geschichtswerkstatt alles darum, wie unsere Vorfahren ihren Alltag gemeistert und besondere (welt-)geschichtliche Ereignisse erlebt haben. Wenn in Berlin die Synagogen gebrannt haben, was passierte zu dieser Zeit vor unserer Haustür? Das ist total spannend und wirft häufig ein neues Licht auf unsere Heimatgeschichte. «

bearbeitung die App „Lightroom Mobile“ vorinstalliert aus dem Google Playstore bzw. Apple Store.

● **Kurs 9516B**

Shoran Soltani, Fotograf

Do. 23.04. + Fr. 24.04.2026

18:00 – 21:00 Uhr, 2 Termine

Peter-Wust-Schule, Raum A 1.01

Eingang Pickardstr. 33, Nähe Turnhalle
8 UST, EUR 38,00

Workshop

Grundlagen Fotografie

Dieser kompakte Fotokurs richtet sich an Einsteiger und kombiniert Theorie mit praxisnahen Exkursionen. In vier Tagen lernst du die Grundlagen der Kamerabedienung, Bildgestaltung, Lichtführung sowie erste Schritte der Bildbearbeitung. Ideal für alle, die ihre Kamera besser verstehen und schöne, wirkungsvolle Bilder machen möchten.

Bitte mitbringen: deine Kamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten (DSLR, Systemkamera) genügend Akkus und Speicherkarten, Stativ, Notizblock, Tablet oder Notebook für Notizen, bequeme Schuhe und wetterangepasste Kleidung für die Exkursionen. Laptop mit Lightroom für die Bildbearbeitung (Hilfe bei der Installation wird am ersten Tag gegeben)

● **Kurs 9516C**

Shoran Soltani, Fotograf

Do. + Fr 18:30 – 22:00 Uhr, 4 Termine

18., 19., 25. und 26.06.2026

Peter-Wust-Schule, Raum A 1.01

Eingang Pickardstr. 33, Nähe Turnhalle
19 UST, EUR 75,00

Workshop

Grundlagen Landschaftsfotografie

In diesem praxisnahen Kurs lernst du die Grundlagen der Landschaftsfotografie – von Kameraeinstellungen über Bildkom-

position bis hin zur kreativen Bildbearbeitung. An vier Tagen wechselst du zwischen Theorieeinheiten im Seminarraum und spannenden Exkursionen in die Natur. Du lernst, mit Licht zu arbeiten, Perspektiven gezielt einzusetzen und deine Bilder zu optimieren. Am Ende gestaltest du dein eigenes kleines Portfolio mit individuellen Motiven. Ideal für Anfänger, die ihre Fotografie gezielt verbessern möchten – mit professioneller Anleitung und viel Raum für kreative Entwicklung.

Bitte mitbringen: deine Kamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten (DSLR, Systemkamera) genügend Akkus und Speicherkarten, Stativ, Notizblock, Tablet oder Notebook für Notizen, bequeme Schuhe und wetterangepasste Kleidung für die Exkursionen. Laptop mit Lightroom für die Bildbearbeitung (Hilfe bei der Installation wird am ersten Tag gegeben)

● **Kurs 9516D**

Shoran Soltani, Fotograf

Do. + Fr 17:30 – 21:00 Uhr, 4 Termine

13., 14., 20. und 21.08.2026

Peter-Wust-Schule, Raum A 1.01

Eingang Pickardstr. 33, Nähe Turnhalle
19 UST, EUR 75,00

GESCHICHTE UND HEIMATKUNDE

Betriebsbesichtigung

Führung durch das Kloster Heilig Kreuz und die Hostienbäckerei

Das Kloster Heilig Kreuz wurde in den Jahren 1956-1960 nach Plänen des ungarischen Glasmalers und Architekten György Lehoczy erbaut und künstlerisch gestaltet. Es ist ein Baudenkmal der Moderne. Sehenswert sind die Glasfenster, die in der Fachwelt große Beachtung finden. Mit der Führung durch das Kloster ist auch die Besichtigung der Hostienbäckerei

verbunden. Sie ist die einzig verbliebene im Bistum Trier und beliefert die meisten Pfarreien.

● **Kurs 9519**

Bernhard Gilgen

So. 19.04.2026, 15:00 – 16:30 Uhr

Treffpunkt: Kloster Heilig Kreuz an der Klosterkirche

gebührenfrei (um eine Spende wird gebeten)

Vorstellung Köllertaler Jahrbuch 2025/2026

Mit vereinten Kräften hat das Team der Jahrbuchredaktion wieder eine Reihe historischer Ereignisse, bewegender Zeitzeugenberichte und ergreifende Familiengeschichten über das Köllertal zusammengetragen. Herausgekommen ist einmal mehr ein buntes Kaleidoskop historischer und aktueller Ereignisse aus den drei Köllertalkommunen Püttlingen, Heusweiler und Riegelsberg. Redaktionsleiterin Monika Jungfleisch wird im Rahmen der Buchpräsentation mit Bildern und Filmbeiträgen u. a. das Schicksal Püttlinger NS-Opfer und das Leben des Widerstandskämpfers Dietrich Bonhoeffer exemplarisch für kirchlichen Widerstand in der NS-Zeit präsentieren. Des Weiteren wird an die Evakuierung der Köllertaler zum Beginn des 2. Weltkriegs erinnert. Weitere Inhalte sind die Entwicklung des Peterhofs im Wolfsgarten und des Forsthauses Pfaffenkopf in den vergangenen drei Jahrhunderten und die Geschichte der Tabakfabriken in Heusweiler. Freuen Sie sich auf eine spannende, bildreiche Einführung in das Werk der 12 Autorinnen und Autoren der Geschichtswerkstatt Köllertal mit Musik, Filmvorführung und Auftritten von Köllertaler Laienschauspieler.

● **Kurs 9711**

Monika Jungfleisch, Politik-,

Geschichtswissenschaftlerin, Journalistin

Do, 02.04.2026 ab 18:00 Uhr
Schlösschen Püttlingen
gebührenfrei

Vormittagskurs**Geschichtswerkstatt Köllertal**

Die Arbeit der Geschichtswerkstatt umfasst Literatur- und Archivrecherche, Ausstellungen und Veröffentlichungen. Sie verfügt über ein umfangreiches Fotoarchiv und gibt in regelmäßigen Abständen das „Köllertaler Jahrbuch“ heraus. In enger Zusammenarbeit mit dem Verein für Industriekultur und Geschichte Köllertal e.V. stehen auch Vorträge und Exkursionen, die sich der lokalen und regionalen Geschichte widmen, auf dem Programm. Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer an der Geschichtswerkstatt sind gerne gesehen – eine wissenschaftliche Vorbildung ist nicht erforderlich. Erwartet werden Interesse an heimatkundlichen Fragen und die Bereitschaft zur aktiven Mitarbeit an der Erstellung des Köllertaler Jahrbuchs. Informationen bei Monika Jungfleisch unter Fon 06806 2355.

● Kurs 9712**Monika Jungfleisch, Politik-, Geschichtswissenschaftlerin, Journalistin**

Mi. 11:00 – 12:30 Uhr, 3 Termine
18.03., 20.05. und 17.06.2026
Kulturnahnhof Püttlingen
gebührenfrei

**KURSE FÜR KINDER
IN DEN OSTERFERIEN****Junge vhs****Vorhang auf für große Zauberer!**

♣ 10 bis 16 Jahre

Zum besonderen Anlass öffnen wir die Zauberschule für alle kleinen Magier von 10 bis 16 Jahren, mit vielen Überraschungen, neuen Tricks und einem ganz besonderen Extra! In unserem beliebten Jubiläums-Zauberkurs lernen Kinder mit viel Spaß und Begeisterung einfache, verblüffende Zaubertricks, die sie schon bald selbst vorführen können – ob zuhause, in der Schule oder auf der nächsten Geburtstagsfeier vor Freunden.

Das erwartet die Kinder: Coole Tricks mit Alltagsgegenständen, Magisches Auftreten und großer Bühnenzauber, eigene Zauberutensilien, exklusives Seminarheft mit allen Tricks – zum Nachlesen & Üben inklusive, teilweise mit Videoanleitungen für zu Hause, keine Vorkenntnisse nötig, Abschluss mit kleiner Zaubershow. Unser erfahrener Zauberrainer weiß genau, wie man Kinder begeistert – mit Witz, Geduld und jeder Menge Magie! Jedes Kind erhält sein eigenes „Zauberbuch“ samt einigen zugehörigen Utensilien.

Wir bitten Sie darum, Ihren Kindern für die Mittagspause etwas zu essen sowie ausreichend zu trinken mitzugeben.

● Kurs 9530**Marco Lauer Magic, Zauberkünstler & Illusionist**

Sa. 18.04.2026, 10:00 – 15:00 Uhr
JUZ Püttlingen
Rathausplatz 9, 66346 Püttlingen
EUR 30,00 (inkl. EUR 10,00 Materialkosten)

Junge vhs**Schmuck selbst entwerfen und herstellen für Kinder**

♣ ab 7 Jahre

Ein Schmuckstück nach eigenen Ideen und Vorstellungen entwerfen. Es stehen verschiedene Materialien zur Verfügung; das Werkzeug wird gestellt.

● Kurs 9530A

Eva Hentges

Dozentinnen und Dozenten**SHORAN SOLTANI**

Fotograf

» Als Landschafts- und Architekturfotograf arbeite ich mit Licht, Komposition und perspektivischer Wirkung, um Stimmungen sichtbar zu machen. Seit über einem Jahrzehnt verbinde ich Fotografie mit technischem Know-how und kreativem Ausdruck. In Ausstellungen sowie in Projekten mit Fotoclubs und Künstlergruppen gebe ich Einblicke in meine Arbeit. In meinen Kursen vermittele ich fotografische Grundlagen und zeige Wege auf, die eigene fotografische Handschrift weiterzuentwickeln.

«

Mi. 15.04.2026, 16:00 – 17:30 Uhr
Kulturnahnhof Püttlingen
EUR 17,00 (inkl. EUR 9,00 Materialkosten)

KURSE FÜR KINDER IN DEN SOMMERFERIEN

Junge vhs

Vorhang auf für kleine Zauberer!

♣ 5 bis 10 Jahre
Zum besonderen Anlass öffnen wir die Zauberschule für alle kleinen Magier von 5 bis 10 Jahren, mit vielen Überraschungen, neuen Tricks und einem ganz besonderen Extra! In unserem beliebten Jubiläums-Zauberkurs lernen Kinder mit viel Spaß und Begeisterung einfache, verblüffende Zauberticks, die sie schon bald selbst vorführen können – ob zuhause, in der Schule oder auf der nächsten Geburtstagsfeier vor Freunden. Das erwartet die Kinder: Coole Tricks mit Alltagsgegenständen, Magisches Auftreten und großer Bühnenzauber, eigene Zauberutensilien, exklusives Seminarheft mit allen Tricks – zum Nachlesen & Üben inklusive, teilweise mit Videoanleitungen für zu Hause, keine Vorkenntnisse nötig, Abschluss mit kleiner Zaubershow. Unser erfahrener Zaubertainer weiß genau, wie man Kinder begeistert – mit Witz, Geduld und jeder Menge Magie! Jedes Kind erhält sein eigenes „Zauberbuch“ samt einigen zugehörigen Utensilien.
Wir bitten Sie darum, Ihren Kindern für die Mittagspause etwas zu essen sowie ausreichend zu trinken mitzugeben.

● Kurs 9531

**Marco Lauer Magic,
Zauberkünstler & Illusionist**

Sa. 08.08.2026, 10:00 – 15:00 Uhr
JUZ Püttlingen
Rathausplatz 9, 66346 Püttlingen
EUR 30,00 (inkl. EUR 10,00 Materialkosten)

Junge vhs Mooschildkröte

♣ 6-10 Jahre

Aus frischem Moos formen wir eine bezaubernde Schildkröte und schmücken diese mit bunten Blumen und Schleierkraut aus.

● Kurs 9531A

Susanne Hübschen, Floristin

Di. 07.07.2026, 10:00 – 11:30 Uhr
Kulturnahnhof Püttlingen
EUR 18,00 (inkl. EUR 10,00 Materialkosten)

Junge vhs

Haarkranz

♣ 6-10 Jahre

Wolltest du schon immer mal wie eine Blumenfee aussehen? Wir binden zusammen einen wunderschönen Haarkranz aus echten Blüten die man schön trocknen kann, damit du lange Freude daran hast.

● Kurs 9531B

Susanne Hübschen, Floristin

Di. 28.07.2026, 10:00 – 11:30 Uhr
Kulturnahnhof Püttlingen
EUR 20,00 (inkl. EUR 12,00 Materialkosten)

Junge vhs

Schmuck selbst entwerfen und herstellen für Kinder

♣ ab 7 Jahre

Ein Schmuckstück nach eigenen Ideen und Vorstellungen entwerfen. Es stehen verschiedene Materialien zur Verfügung; das Werkzeug wird gestellt.

● Kurs 9531C

Eva Hentges

Mi. 08.07.2026, 16:00 – 17:30 Uhr
Kulturnahnhof Püttlingen
EUR 17,00 (inkl. EUR 9,00 Materialkosten)

Junge vhs

Schmuck selbst entwerfen und herstellen für Kinder

♣ ab 7 Jahre

● Kurs 9531D

Eva Hentges

Mi. 29.07.2026, 16:00 – 17:30 Uhr
Kulturnahnhof Püttlingen
EUR 17,00 (inkl. EUR 9,00 Materialkosten)

FREMDSPRACHEN UND DEUTSCH

Englisch

Abendkurs

Englisch A1 Stufe 3

Lehrwerk: Let's Enjoy English A 1.2,
ab Lektion 8

● Kurs 9532

Thomas Deutscher

Do. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 12.03.2026, 15 Termine
Kulturnahnhof Püttlingen
30 UST, EUR 85,00 (64,00)

Abendkurs

Englisch A1 Stufe 2

Lehrwerk: Let's Enjoy English A 1.1,
ab Lektion 5

● Kurs 9532A

Thomas Deutscher

Do. 19:30 – 21:00 Uhr
ab 12.03.2026, 15 Termine
Kulturnahnhof Püttlingen
30 UST, EUR 85,00 (64,00)

Vormittagskurs

Englisch-Auffrischung – Konversationstisch

Dieser Kurs soll Ihnen helfen, Ihre Sprachkenntnisse aufzufrischen, damit Sie in verschiedenen Alltagssituationen sicher kommunizieren können. Er richtet sich an Personen mit unterschiedlichen Sprach-

kenntnissen, von AnfängerInnen mit Vorkenntnissen bis hin zu Fortgeschrittenen. Schließen Sie sich unserem Kurs an und lernen Sie Ihr Englisch in verschiedenen Situationen selbstbewusst einzusetzen.

● **Kurs 9533**

Dr. Axel Schwindling

Mo. 09:30 – 11:00 Uhr

ab 09.03.2026, 15 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen

30 UST, EUR 85,00 (64,00)

Vormittagskurs

Englisch B1

● **Kurs 9535**

Peter Meyer

Di. 10:30 – 12:00 Uhr

ab 10.03.2026, 15 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen

30 UST, EUR 85,00 (64,00)

Französisch

Vormittagskurs

Französisch A1, Stufe 4

Lehrwerk „Rencontres En Francais“, ab

Lektion 10

● **Kurs 9537**

Thomas Deutscher

Di. 13:30 – 15:00 Uhr

ab 10.03.2026, 15 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen

30 UST, EUR 85,00 (64,00)

Vormittagskurs

Französisch A2

Auffrischung und leichte Konversation (5. Semester)

Lehrbuch: Chapeau A2, Hueber Verlag,

ISBN: 978-3-19-103434-4 (voraussichtlich

ab Lektion 11)

● **Kurs 9538**

Isabelle Schneider

Do. 10:30 – 12:00 Uhr

ab 12.03.2026, 15 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen

30 UST, EUR 85,00 (64,00)

Spanisch

Vormittagskurs

Spanisch A1 Folgekurs. Semester 8

Lehrbuch: Impresiones A1, Hueber Verlag,

ISBN: 978-3-19-004545-7 (voraussichtlich

ab Lektion 14)

● **Kurs 9539**

Isabelle Schneider

Do. 08:45 – 10:15 Uhr

ab 12.03.2026, 15 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen

30 UST, EUR 85,00 (64,00)

Vormittagskurs

Spanisch für AnfängerInnen A1 Semester 3

Lehrbuch: Impresiones A1, Hueber Verlag,

ISBN: 978-3-19-004545-7 (voraussichtlich

ab Lektion 5)

● **Kurs 9539A**

Isabelle Schneider

Di. 08:30 – 10:00 Uhr

ab 10.03.2026, 15 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen

30 UST, EUR 85,00 (64,00)

Deutsch

Vormittagskurs

Mama lernt Deutsch

Bei diesem Kurs handelt es sich um ein niederschwelliges Kursformat, das als Vorstufe zu den Integrationskursen des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge gedacht ist. Es soll Spaß am Deutschlernen vermitteln und als sozialer Treffpunkt und als Ort der Begegnung dienen. Der Kurs dient allen Interessentinnen und Interessenten mit keinen oder

Dozentinnen und Dozenten



MARCO LAUER

Zauberkünstler & Illusionist

» Komm, lass uns zaubern!
Seit meinem sechsten Lebensjahr fasziniert und fesselt mich die Zauberkunst im wahrsten Sinne des Wortes. Angefangen hat alles ganz klassisch mit dem ersten Zauberkasten. Zauberkunst ist mehr als Täuschung und Illusion. Zauberkunst ist eine internationale Sprache, die jeder versteht: die Sprache des Staunens. Ob Groß oder Klein, Jung oder Alt und egal welcher Herkunft – Zauberkunst verbindet! Genau dieses Gefühl möchte ich durch meine Kurse transportieren und hinaus in die Welt tragen. Und wer weiß, vielleicht hat Dich ja auch schon bald das Zauberfieber gepackt! <<

wenigen Deutschkenntnissen.

● **Kurs 9540**

Thomas Deutscher

Di. 10:15 – 12:45 Uhr
Do. 14:30 – 17:00 Uhr
ab 10.03.2026, 18 Termine
Kulturnahnhof Püttlingen
60 UST, gebührenfrei

BEWEGUNG, ENTSPANNUNG UND FITNESS

Yoga

Körper, Geist und Seele des Menschen brauchen ausgewogene Zuwendung, um gut zu funktionieren – Yoga ist also ein ganzheitliches System: Die Übungspositionen (Asanas) machen den Körper gelenkig und führen zu einem angenehmen Wohlgefühl. Die Entspannungsübungen lassen uns in den Zustand des seelisch-körperlichen Gleichgewichtes zurückkehren. Verschiedene Atemtechniken erneuern unsere Energie und die Meditation versetzt uns in den Zustand innerer Harmonie und Ruhe.
Bitte bequeme Kleidung, Decke, Kissen und rutschfeste Gymnastikmatte mitbringen.

Vormittagskurs

Yoga für Fortgeschrittene

● **Kurs 9545**

Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY, zert. Fünf-Tibeter-Trainer

Mo. 09:15 – 10:30 Uhr
ab 09.03.2026, 12 Termine
Rathausturnhalle Köllerbach
20 UST, EUR 84,00

Vormittagskurs

Yoga für AnfängerInnen

● **Kurs 9545A**

Guillermo Böttcher, Yogalehrer DBY, zert. Fünf-Tibeter-Trainer
Mo. 10:30 – 11:45 Uhr
ab 09.03.2026, 12 Termine
Rathausturnhalle Köllerbach
20 UST, EUR 84,00

Vormittagskurs

Tai Chi für AnfängerInnen Traditioneller Wu-Stil

Tai Chi ist eine traditionelle chinesische Bewegungskunst, die auf langsamen und fließenden Bewegungen basiert. Ziel des Tai Chi ist es, Körper und Geist zu harmonisieren und die Lebensenergie (Qi) im Körper zu aktivieren. Durch regelmäßiges Üben soll die Gesundheit gefördert, die Konzentration und Entspannung verbessert und Stress abgebaut werden. Tai Chi kann von Menschen jeden Alters und Fitnesslevels ausgeübt werden, da es keine hohen Anforderungen an Kraft oder Flexibilität stellt. Tai Chi wird oft als meditative Bewegungskunst bezeichnet, da es sowohl körperlich als auch geistig entspannend wirkt.

● **Kurs 9546**

Pascal Hach

Fr. 10:00 – 11:15 Uhr
ab 13.03.2026, 15 Termine
Rathausturnhalle Köllerbach
25 UST, EUR 79,00

Fitness

Abendkurs

Wassergymnastik

Die Eigenschaften des Wassers werden genutzt, um mit den Inhalten wie Wassergymnastik, Aqua-Jogging, Aqua-Power und Gymnastik die Beweglichkeit, Kraft- und Ausdauerfähigkeit zu verbessern.
Hinweis: Am Kassenautomat bitte den Button „Kurs“ drücken.

● **Kurs 9547**

Ingrid-Carolin Maas, Ergotherapeutin

Mi. 18:30 – 19:15 Uhr
ab 11.03.2026, 6 Termine, 14-tägig
Trimm-Treff Viktoria
6 UST, EUR 19,00 (zzgl. Badekarte, je Termin EUR 4,30)

Abendkurs

Haltung und Bewegung für mehr Gesundheit

Es erwartet Sie ein abwechslungsreiches ganzheitliches Körpertraining mit Schwerpunkt „Mobilisation der Wirbelsäule“ sowie „Kräftigung und Stabilisation der Rückenmuskulatur“. Die tiefliegenden Muskeln im Bauchbereich sowie die Stütz-muskeln des gesamten Körpers werden durch effektive Übungen aktiviert. Dieses Training verhilft zu einer verbesserten Körperhaltung, Steigerung der Ausdauer, verbessert die Koordination und Körperwahrnehmung.
Bitte Gymnastikmatte und Handtuch mitbringen! Die Lage unserer Sporthalle erlaubt uns bei gutem Wetter Außentraining an der frischen Luft!

● **Kurs 9548**

Alexandra Albert, liz. Gesundheitssport-trainerin, liz. Rückentrainerin

Do. 18:45 – 19:45 Uhr

ab 12.03.2026, 14 Termine
St. Barbarahalle, Anbau, Ritterstraße
19 UST, EUR 44,00

Nachmittagskurs

Zumba

Zumba ist ein Tanz- und Fitnessprogramm für jedermann, unabhängig von Alter oder Fitnessstand. Entstanden in den USA, kombiniert Zumba Fitnessübungen mit lateinamerikanischen und internationalen Tanzschritten, wie auch der aktuellsten Musik aus Südamerika. Mit einem Mix aus guter Laune und Salsa, Merengue, Cumbia und Reggaeton werden Muskeln aufgebaut und gleichzeitig die Kondition verbessert.

● Kurs 9549

Alexandra Albert, liz. Gesundheitssport-trainerin, liz. Rückentrainerin

Do. 17:30 – 18:30 Uhr
ab 12.03.2026, 14 Termine
St. Barbarahalle, Anbau, Ritterstraße
19 UST, EUR 44,00

Abendkurs

Zumba

● Kurs 9550

Melanie Koslowsky, zert. Zumba-Instruktorin (Fitness u. Kids)

Fr. 18:00 – 19:00 Uhr
ab 13.03.2026, 15 Termine
Grundschule Pater-Eberschweiler (Turn-halle)
20 UST, EUR 47,00

Wochenendkurs

Zumba für Groß & Klein – Tanze dich glücklich! Benefizveranstaltung

Egal ob jung oder erwachsen – bei uns bringen rhythmische Beats, gute Laune und einfache Tanzbewegungen jeden in Schwung! Zumba stärkt Körper, Geist und Selbstvertrauen – ganz ohne Leistungs-

druck, dafür mit jeder Menge Spaß und Energie. Besonderes Highlight: Die Veranstaltung ist eine Benefizaktion zugunsten der Fördervereine der Grundschulen in Püttlingen und Köllerbach und der Köllertalschule. Tanze mit, tu dir etwas Gutes – und unterstütze dabei die Kinder unserer Stadt.

Bitte Hallenschuhe und Getränke mit-bringen

● Kurs 9550A

Melanie Koslowsky, zert. Zumba-Instruktorin (Fitness u. Kids)/Alexandra Albert, liz. Gesundheits-sporttrainerin, liz. Rückentrainerin

So. 21.06.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
St. Barbarahalle Ritterstraße
gebührenfrei um eine Spende wird gebeten

The Backyard Gym

Industriegelände Steinritsch
66346 Püttlingen
Einfahrt rechts neben Autotechnik
Grün GmbH

Abendkurs

JUMPING INTERVALL Minitrampolin-Workout, ohne Choreo – speziell für Jumping AnfängerInnen

Dieser 45-Minütige Jumping Intervall Kurs ist speziell für alle, die Jumping Fitness gerne ausprobieren würden, sich im „Powerworkout“ aber (noch) nicht sicher fühlen. Bei Jumping Intervall erlernst du die verschiedenen Schritte ganz ohne Sprung-Choreo, sondern mit Fokus auf längeren Wiederholungen und geregelten Pause Phasen. Dennoch bleiben dir sämtliche Vorteile von Jumping Fitness erhalten: Es werden rund 400 Muskeln im Körper trainiert, hauptsächlich Bauch, Beine, Po, Arme und der gesamten

Dozentinnen und Dozenten



GUILLERMO BÖTTCHER

Yogalehrer BDY

» Bereits in meiner Jugend kam ich mit der Yogapraxis und der Meditation in Kontakt. Ich habe an der Universität Buenos Aires und des Saarlandes Psychologie studiert. Im Anschluss daran arbeitete ich in Institutionen mit Menschen mit geistigen und körperlichen Einschränkungen. Aufgrund chronischer Rückenbeschwerden kam ich als Teilnehmer zum Yoga-Kurs bei der vhs Regionalverband Saarbrücken. Nach meiner dreijährigen Ausbildung zum Yogalehrer habe ich den Yoga-Kurs, an dem ich bis dahin teilgenommen hatte, als Dozent übernommen. Yoga kann lebenslang gelernt und praktiziert werden. Dementsprechend bilde ich mich stetig weiter. Meine gewonnenen Erfahrungen möchte ich in meinen Kursen weitergeben. «

Rumpfmuskulatur. Das Springen auf dem Trampolin verbessert außerdem die Ausdauer und trainiert den Gleichgewichtssinn, ebenso wie die Koordinationsfähigkeit und Beweglichkeit.

Achtung: Training auf dem Trampolin wird in der Schwangerschaft, für Menschen mit einem Herzschrittmacher oder akuten Entzündungen nicht empfohlen. Erst nach ärztlicher Rücksprache und schriftlicher Bestätigung.

Trainiert wird mit sauberen Sportschuhen.

● **Kurs 9552**

Tamara Grün, Fitnesstrainerin A-Lizenz und lizenzierte Kurstrainerin

Mo. 19:15 – 20:00 Uhr

ab 09.03.2026, 10 Termine

The Backyard Gym

10 UST, EUR 45,00

Abendkurs

JUMPING INTERVALL Minitrampolin-Workout, ohne Choreo – speziell für Jumping AnfängerInnen

Trainiert wird mit sauberen Sportschuhen.

● **Kurs 9552A**

Tamara Grün, Fitnesstrainerin A-Lizenz und lizenzierte Kurstrainerin

Mo. 19:15 – 20:00 Uhr

ab 01.06.2026, 10 Termine

The Backyard Gym

10 UST, EUR 45,00

Nachmittagskurs

TABATA – Ganzkörper Krafttraining mit Kleinequipment – geeignet für alle Fitnesslevels

TABATA ist eine Form des Intervalltrainings, bei der kurze Intervalle von Bewegungen mit kurzen Pausen abwechseln. Es bringt einige positive Effekte mit sich, denn es steigert Ausdauer und Kraft, kurbelt die Fettverbrennung an, stärkt Herz und Kreislauf und verbessert

die Durchblutung. Ein Tabata-Intervall besteht üblicherweise aus 8 Intervallen à 20 Sekunden. Über die Trainingsdauer werden die Übungen mit möglichst hoher Intensität ausgeübt – aber keine Sorge: Du trainierst in deinem EIGENEN Tempo! Keine Vergleiche, kein Druck, nur du und dein eigenes Energie-Level!

Trainiert wird mit sauberen Sportschuhen oder mit Socken.

● **Kurs 9552B**

Tamara Grün, Fitnesstrainerin A-Lizenz und lizenzierte Kurstrainerin

Di. 17:30 – 18:15 Uhr

ab 10.03.2026, 10 Termine

The Backyard Gym

10 UST, EUR 37,50

Nachmittagskurs

TABATA – Ganzkörper Krafttraining mit Kleinequipment – geeignet für alle Fitnesslevels

Trainiert wird mit sauberen Sportschuhen oder mit Socken.

● **Kurs 9552C**

Tamara Grün, Fitnesstrainerin A-Lizenz und lizenzierte Kurstrainerin

Di. 17:30 – 18:15 Uhr

ab 02.06.2026, 10 Termine

The Backyard Gym

10 UST, EUR 37,50

Abendkurs

JUMPING FITNESS – Minitrampolin Powerworkout – für fortgeschrittene SportlerInnen

Jumping Fitness ist ein Ganzkörper-Workout, bei dem rund 400 Muskeln im Körper trainiert werden. Die Muskeln von Bauch, Beinen, Po, Armen, aber auch die gesamte Rumpfmuskulatur werden bei den unterschiedlichen Übungen beansprucht. Das Trampolintaining stärkt die Kniemuskulatur, erhöht die Dehnbarkeit

und Flexibilität dieser Gelenke. Das Springen auf dem Trampolin verbessert außerdem die Ausdauer und stärkt die Muskeln. Der Gleichgewichtssinn wird ebenso trainiert wie die Koordinationsfähigkeit und Beweglichkeit. Und ganz wichtig: Ein Jumping-Powerworkout ist perfekt gegen Stress und die Musik und Choreo machten einfach nur Spaß!

Achtung: Training auf dem Trampolin wird in der Schwangerschaft, für Menschen mit einem Herzschrittmacher oder akuten Entzündungen nicht empfohlen. Erst nach ärztlicher Rücksprache und schriftlicher Bestätigung.

Trainiert wird mit sauberen Sportschuhen.

● **Kurs 9552D**

Tamara Grün, Fitnesstrainerin A-Lizenz und lizenzierte Kurstrainerin

Di. 18:30 – 19:30 Uhr

ab 10.03.2026, 10 Termine

The Backyard Gym

13 UST, EUR 60,00

Abendkurs

JUMPING FITNESS – Minitrampolin Powerworkout – für fortgeschrittene SportlerInnen

Trainiert wird mit sauberen Sportschuhen.

● **Kurs 9552E**

Tamara Grün, Fitnesstrainerin A-Lizenz und lizenzierte Kurstrainerin

Di. 18:30 – 19:30 Uhr

ab 02.06.2026, 10 Termine

The Backyard Gym

13 UST, EUR 60,00

Abendkurs

JUMPING BARRE – Minitrampolin trifft auf Ballett und Balance – geeignet für alle Fitnesslevels

Jumping Barre ist ein Ganzkörper-Workout, das Elemente aus Ballett, Yoga und Pilates mit der dynamischen Energie des Mi-

ni-Trampolins verbindet. Im Fokus stehen Haltung, Balance, Kraft und Beweglichkeit – und das in einem harmonischen, fließenden Bewegungsfluss, der Körper und Geist gleichermaßen stärkt. Also ein rundum sanftes und gelenkschonendes Workout. Mit präzisen Bewegungen und isometrischen Halteübungen formst du eine schlanke, stabile Muskulatur, verbesserst dein Gleichgewicht und stärkst deine Tiefenmuskulatur. Zusätzlich fördert es die Körperwahrnehmung und sorgt für spürbare Leichtigkeit.

Trainiert wird barfuß oder auf Antirutschsocken.

● **Kurs 9552F**

Tamara Grün, Fitnesstrainerin A-Lizenz und lizenzierte Kurstrainerin

Do. 18:45 – 19:45 Uhr
ab 12.03.2026, 9 Termine
The Backyard Gym
12 UST, EUR 54,00

Abendkurs

JUMPING BARRE – Minitrampolin trifft auf Ballett und Balance – geeignet für alle Fitnesslevels

Trainiert wird barfuß oder auf Antirutschsocken.

● **Kurs 9552G**

Tamara Grün, Fitnesstrainerin A-Lizenz und lizenzierte Kurstrainerin

Do. 18:45 – 19:45 Uhr
ab 11.06.2026, 9 Termine
The Backyard Gym
12 UST, EUR 54,00

Wochenendkurs

JUMPING HEALTH – Gesundheitsorientiertes Trampolintraining – geeignet für alle Fitnesslevels

Bei Jumping Health wird fast ausschließlich geschwungen und es werden nur

einige sanftere Sprünge absolviert. Dieses Schwingen hat sehr viele gesundheitliche Vorteile, denn es eignet sich sehr gut zum Stressabbau und hilft bei Rückenschmerzen. Durch die Druck-Zug-Bewegung werden die Bandscheiben mittels Diffusion besser ernährt. Außerdem kurbelt es die Fettverbrennung und den Lymphfluss an und stärkt das Bindegewebe. Langfristig stärkt das Training den Herzmuskel und die Gefäße, der Ruhepuls und der Blutdruck sinken.

Achtung: Training auf dem Trampolin wird in der Schwangerschaft, für Menschen mit einem Herzschrittmacher oder akuten Entzündungen nicht empfohlen. Erst nach ärztlicher Rücksprache und schriftlicher Bestätigung.

Trainiert wird auf Antirutschsocken.

● **Kurs 9552H**

Tamara Grün, Fitnesstrainerin A-Lizenz und lizenzierte Kurstrainerin

Sa. 10:15 – 11:15 Uhr
ab 14.03.2026, 7 Termine
The Backyard Gym
9 UST, EUR 42,00

Wochenendkurs

JUMPING HEALTH – Gesundheitsorientiertes Trampolintraining – geeignet für alle Fitnesslevels

Trainiert wird auf Antirutschsocken.

● **Kurs 9552I**

Tamara Grün, Fitnesstrainerin A-Lizenz und lizenzierte Kurstrainerin

Sa. 10:15 – 11:15 Uhr
ab 13.06.2026, 8 Termine
The Backyard Gym
11 UST, EUR 50,00

Workshop

Rendezvous mit dem inneren Schweinehund

Gute, sportliche Vorsätze für den Frühling? Die brauchen wir nicht, denn dieser Workshop erweckt im Handumdrehen eine große Freude an Bewegung! Bei unserem „Rendezvous mit dem inneren Schweinehund“ genießen wir ein „mehrgängiges Menü“ aus leichter Gymnastik, freiem Tanzen, Atem- und Entspannungsübungen, gewürzt mit einer Prise Humor und Lebendigkeit in Form von Lachyoga und einem Topping aus Gehirnjogging! Angelehnt an die Philosophie des Lachyogabegründers und indischen Arztes Dr. Madan Kataria gelangen wir auf diese Weise befreit von Stress zu einer positiven Grundhaltung, einem wachen Geist, einem gestärkten Immunsystem und einem angenehmen Körpergefühl mit LUST AUF MEHR!

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, geeignetes Schuhwerk, bei Bedarf eine Sitzunterlage und Decke für die Entspannung und etwas zu trinken; alles in einem Rucksack damit Hände und Arme frei sind.

● **Kurs 9553**

Petra Hammer, Kursleiterin Lachyoga, Gedächtnistrainerin

Di. 14.04.2026, 16:00 – 18:15 Uhr
Treffpunkt Parkplatz unterhalb der Reitanlage Rinzelrech in Vk
EUR 15,00

ERNÄHRUNG, KOCHEN

Sollten Sie einen Termin nicht wahrnehmen können, müssen Sie sich bis zwei Tage vor Kursbeginn abmelden, damit die DozentInnen dies beim Einkauf der Getränke und Lebensmittel berücksichtigen können. Andernfalls sind Sie verpflichtet, die Kosten der für Sie eingekauften Getränke und Lebensmittel zu entrichten.

Nachmittagskurs

Wie feiert man Ostern in Italien? – Traditionelle Gerichte & Gebäck

Mit Freude über das Leben, in Herzlichkeit aber vor allem in kulinarischer Fülle! Gemeinsam kochen wir Gerichte aus der Heimat nach Familienrezepten, unter anderem traditionelle Festtagsgerichte, süßes und herzhaftes sizilianisches Gebäck.

Bitte Geschirrhandtücher und Behälter für Reste mitbringen.

● Kurs 9556

Lilla Tumminelli, Hobbyköchin

Fr. 20.03.2026, 17:00 – 21:00 Uhr
Peter-Wust Gemeinschaftsschule, Küche
EUR 38,00 (inkl. EUR 20,00 für Lebensmittel)

Nachmittagskurs

Traditionelle Gerichte aus den Urlaubsregionen

An manchen Tagen wünscht man sich den Urlaub einfach zurück – das Meer, die Sonne... und vor allem den Geschmack der Ferne! In diesem Kurs kochen wir traditionelle Gerichte aus beliebten Urlaubsregionen: Streetfood vom Strand, Spezialitäten aus den Großstädten des Nordens und süße dolci zum Kaffee. Gemeinsam zaubern wir nach originalen Rezepten köstliche Aromen und holen uns ein Stück Urlaubsgefühl in die Küche –

und mit nach Hause.

Bitte Geschirrhandtücher und Behälter für Reste mitbringen.

● Kurs 956A

Lilla Tumminelli, Hobbyköchin

Fr. 05.06.2026, 17:00 – 21:00 Uhr
Peter-Wust Gemeinschaftsschule, Küche
EUR 50,00 (inkl. EUR 32,00 für Lebensmittel)

Abendkurs

Kochen auf Italienisch

Cucinare? Parlare italiano? Facciamo beides. Genußvermittler Giovanni Zoraide Romano bietet einen kompletten Kochkurs auf Italienisch an! Für alle die, die in Rom schon selbst einen Cappuccino bestellen können und auch gerne hier wieder nochmal ein Stück Italien erleben möchten, ist dieser Kurs fast ein Muss! Warum Rom? Na weil der Dozent von einer römischen Legionärsfamilie stammt. Ave Caesar!

Bitte Geschirrhandtücher und Behälter für Reste mitbringen.

● Kurs 9557

Giovanni Romano, Gastronom und Genussvermittler

Do. 03.09.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Peter-Wust Gemeinschaftsschule, Küche
EUR 38,00 (inkl. EUR 20,00 für Lebensmittel)

Abendkurs

Männer, Töpfe, Heldentaten: Dein Einstieg ins kulinarische Abenteuer!

Du kannst alles – aber kochen gehört (noch) nicht dazu? Dann wird's höchste Zeit, den Kochlöffel zu schwingen, bevor du wieder Pizza bestellst! In unserem Männerkochkurs an der VHS zeigen wir dir, dass ein ordentliches Steak mehr braucht als nur Mut und dass Gemüse nicht gefährlich ist, auch wenn es grün aussieht. Hier wird geschnippelt, gebrutzelt, abgeschmeckt und keine

Dozentinnen und Dozenten



LILLA TUMMINELLI
Hobbyköchin

» Ich heiße Lilla und bin 1956 in Sizilien geboren und aufgewachsen. Nachdem wir 1960 nach Deutschland – meiner zweiten Heimat – gekommen sind, habe ich schon früh meine Mutter, vor allem bei großen Familienfesten, unterstützt und nach alten Traditionen und Rezepten Köstlichkeiten zubereitet. Mir machte es schon immer Freude die Esskultur der italienischen Küche weiter zu geben um Menschen damit zu begeistern und diese leckeren Gerichte gemeinsam mit ihnen zuzubereiten.. <<

Sorge auch ordentlich gelacht. Was sonst in diesem Text stehen könnte aber nicht gedruckt wird erzählt euch dann an dem Abend Genussvermittler und Live-Coach Giovanni Romano. Also Schürze umbinden, Humor einpacken und los geht's! Anmeldung schnell sichern Helden tragen jetzt Kochschürze statt Rüstung oder Capel!

Bitte Geschirrhandtücher und Behälter für Reste mitbringen.

● **Kurs 9557A**

Giovanni Romano, Gastronom und Genussvermittler

Fr. 26.06.2026, 18:00 – 22:00 Uhr

Peter-Wust Gemeinschaftsschule, Küche

EUR 38,00 (inkl. EUR 20,00 für Lebensmittel)

Wochenendkurs

Brotbacken im Backhaus Rittenhofen

Bitte Schürze, Geschirrhandtuch und Tasche für Brot mitbringen.

● **Kurs 9562**

Elisabeth Himbert

Sa. 30.05.2026, 09:30 – 13:30 Uhr

Backhaus Rittenhofen

EUR 35,00 (inkl. EUR 25,00 für Lebensmittel)

Nachmittagskurs

● **Kurs 9562A**

Elisabeth Himbert

Mi. 15.07.2026, 14:30 – 18:30 Uhr

Backhaus Rittenhofen

EUR 35,00 (inkl. EUR 25,00 für Lebensmittel)

Getränkeseminare

Sollten Sie einen Termin nicht wahrnehmen können, müssen Sie sich bis zwei Tage vor Kursbeginn abmelden, damit die DozentInnen dies beim Einkauf der Getränke berücksichtigen können. Andernfalls sind Sie verpflichtet, die Kosten der für Sie eingekauften Getränke zu entrichten.

Abendkurs

Smoothie trifft Unkraut

Wir bereiten gemeinsam leckere süße und herzhafte Smoothies zu. Frisch zubereitete Smoothies enthalten viele Vitamine und Mineralien. Diese verfeinern und werten wir noch mit Wildkräutern aus der Natur auf.

● **Kurs 9563**

Tanja Both, Natur-, Kräuter- und Umweltpädagogin

Di. 05.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Peter-Wust Gemeinschaftsschule, Küche

EUR 22,00 (inkl. EUR 8,00 für Lebensmittel)

Dozentinnen und Dozenten



ARMIN SCHÖNENBERGER
zertifizierter Wassersommelier,
Sensorikexperte

» Als zertifizierter Wassersommelier und Wasserbotschafter verstehe ich mich als kompetenten Berater für die Kulturgetränke Trinkwasser, natürliches Mineralwasser und natürliches Heilwasser. Ich biete in meinem Seminar an der vhs Regionalverband Saarbrücken ein ganzheitliches Konzept, das durch ansprechende, alltagstaugliche Maßnahmen sowie eine anschauliche Verkostung vor Ort begeistert. Alle Sinne bei relevanten Geschmacksausrichtungen und sensorischen Wahrnehmungen rund um das Thema Wasser werden angeregt und inspiriert. «

Vortrag mit Verkostung

Mineral- und Heilwasser – unser Gesundheitselexier

Sie trinken gerne Mineralwasser oder leistungsgebundenes Trinkwasser und haben Lust mehr über das beliebte Erfrischungsgetränk zu erfahren? Die Unterschiede zwischen den verschiedenen Mineralwässern, natürlichem Heilwasser, Kaffeespezialitäten und Teezubereitungen sowie die Gesetzgebung der unterschiedlichen Wassergattungen sind ein Themenschwerpunkt in diesem Workshop. Das vermittelte Wissen soll helfen neue Gewohnheiten beim Trinkverhalten in den Alltag zu integrieren.

● Kurs 9564

Armin Schönenberger, zert. Wassersommelier/staatl. geprüfter Gastronom

Mo. 27.04.2026, 19:00 – 21:00 Uhr

Kulturbahnhof Püttlingen

EUR 10,00 (inkl. EUR 5,00 Umlage für 6 Mineralwasser und 2 Heilwasser)

Abendkurs

Alkoholfreie Sommercocktails, Slushy's, hausgemachte Limonaden und Schorlen

In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie mit regionalen Kräutern, frischem Obst und Gemüse köstliche Erfrischungsgetränke für heiße Sommertage zubereiten können. Sie werden sehen und schmecken, wie einfach es ist, gesunde, leichte Cocktails und hausgemachte Limonaden mit natürlichen Sirups und Honig herzustellen.

● Kurs 9564A

Armin Schönenberger, zert. Wassersommelier/staatl. geprüfter Gastronom

Di. 02.06.2026, 19:00 – 21:00 Uhr

Peter-Wust Gemeinschaftsschule, Küche
EUR 22,00 (inkl. EUR 10,00 für Lebensmittel)

Gesundheitspflege

Workshop

Kühlende Naturkosmetik für den Sommer

Gemeinsam bereiten wir kühlende Naturkosmetik selbst zu. Ob ein Sommergel für die Haut, ein „Haarspray“ für sonnenstrapazierte Haare, oder ein kühlendes Körperspray. Ohne Chemie, einfach und schnell zubereitet.

● Kurs 9567

Tanja Both, Natur-, Kräuter- und Umweltpädagogin

Di. 21.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Peter-Wust Gemeinschaftsschule, Küche
EUR 26,00 (inkl. EUR 12,00 für Materialkosten)

In Kooperation mit der Landesfachstelle Demenz, dem VdK Stadtverband Püttlingen und dem Seniorenbüro der Stadt Püttlingen

Vortrag

Demenz – Was dann?

Pflegende Angehörige sind mit der Betreuung von Menschen mit Demenz vor besondere Aufgaben gestellt. Angehörige von Menschen mit Demenz (z.B. Alzheimer-Krankheit) sind nicht nur den Belastungen ausgesetzt, wie man sie auch bei Angehörigen von Patienten mit schweren chronischen, körperlichen Erkrankungen findet. Hinzu kommen vielmehr noch spezielle Probleme durch Desorientiertheit, Umkehr des Tag-Nacht-Rhythmus, Vergesslichkeit, Aggressivität und Wesensveränderung, die die Beziehung zwischen Betreuer und Betreutem zunehmend belasten und verändern, häufig die Zuneigung auslaugen. Saarlandweit sind derzeit ca. 25.000 Menschen von Demenz betroffen. 80% der Betroffenen werden

GESUNDHEITSBILDUNG

Vortrag

Darmgesund und entzündungshemmend essen!

Entdecken Sie wie eine gezielte Ernährung Ihr Mikrobiom stärkt und Entzündungen im Körper reduziert. Was Sie erwartet: Grundlagen einer gesunden Ernährung, Bedeutung der Darmflora für Ihre Gesundheit, Praktische Tipps für die tägliche Umsetzung, Lebensmittel die Entzündungen fördern bzw. hemmen.

● Kurs 9566

Vera Jockers Kaltz, Ganzheitliche Gesundheitsberaterin

Mi. 20.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Kulturbahnhof Püttlingen
EUR 5,00



**BÜRGER
BUS**
PÜTTLINGEN e.V.
2020

Bürger fahren für Bürger

Kostenloser Bus-Service

Der Bürgerbus holt Sie zuhause ab und fährt dienstags + donnerstags zwischen 8:00 und 18:00 Uhr und mittwochs von 14:00 Uhr bis 17:00 Uhr im Stadtgebiet Püttlingen.

Zusätzlich jeden 1. Sonntag im Monat zur hl. Messe, 18:00 Uhr, Kloster Heilig-Kreuz.

Bitte die Fahrten jeweils am Tag davor, zwischen 15:00 und 17:00 Uhr telefonisch anmelden:

Tel. 06898 - 500 499 7

 **Bürgerbus Püttlingen**
www.buergerbus-puettingen.de

im Saarland von ihren Angehörigen, in der Häuslichkeit versorgt, mehr als im Bundesdurchschnitt. Die Veranstaltung bietet die Möglichkeit zur Information, zur Diskussion und zum Erfahrungsaustausch über demenzielle Erkrankungen.

● **Kurs 9569**

Andreas Sauder, Landesfachstelle Demenz Saarland

Di. 21.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Schlösschen Püttlingen
gebührenfrei

KREATIVES GESTALTEN

Floristik

Abendkurs

Frühlingskranz

Aus Heu formen wir einen natürlichen Frühlingskranz als bezaubernden Türschmuck. Wir dekorieren das Grundgerüst mit verschiedenen Naturmaterialien wie zarten Frühlingsblüten und filigranen Eierschalen, die dem Kranz eine besondere Leichtigkeit verleihen. Mit farbenfrohen Bändern setzen wir lebendige Akzente und verleihen dem Türkranz fröhliche Frühlingsstimmung.

Bitte Gartenschere, Schere, Drahtschere und Klebepistole mitbringen!

Anmeldeschluss 05.03.2026

● **Kurs 9580**

Susanne Hübschen, Floristin

Mo. 09.03.2026, 18:30 – 20:45 Uhr
Kulturbahnhof Püttlingen
EUR 12,00 (zzgl. Kosten für Material bar vor Ort zu bezahlen)

Abendkurs

Blumengesteck in Eierform

Kreieren Sie ein bezauberndes österliches Blumengesteck in außergewöhnlicher Eierform. Wir formen zwei Eier aus Heu und

fügen sie geschickt zu einem dekorativen Gefäß zusammen, das wir anschließend mit frischen Frühlingsblumen kunstvoll bestücken. Das fertige Gesteck wird zum stimmungsvollen Blickfang für die Ostertafel oder als Dekoration im Eingangsreich.

Bitte Gartenschere, Schere, Drahtschere und Klebepistole mitbringen!

Anmeldeschluss 12.03.2026

● **Kurs 9580A**

Susanne Hübschen, Floristin

Mo. 16.03.2026, 18:30 – 20:45 Uhr
Kulturbahnhof Püttlingen
EUR 12,00 (zzgl. Kosten für Material bar vor Ort zu bezahlen)

Abendkurs

Drahtfrühlingsbote D-I-Y

Lernen Sie die Kunst des Drahtwickelns kennen und gestalten Sie einen frühlingshaften Draht Frühlingsboten. Mit Schmuckdraht formen wir eine filigrane Draht Fee und veredeln sie mit zarten Trockenblumen zu einem bezaubernden Deko-Objekt für Haus und Garten.

Bitte Gartenschere, Schere, Drahtschere und Klebepistole mitbringen!

Anmeldeschluss 16.04.2026

● **Kurs 9580B**

Susanne Hübschen, Floristin

Mo. 20.04.2026, 18:30 – 20:45 Uhr
Kulturbahnhof Püttlingen
EUR 12,00 (zzgl. Kosten für Material bar vor Ort zu bezahlen)

Abendkurs

Muttertagsherz

Zum Muttertag gestalten wir ein liebevolles Draht Herz als besonderes Geschenk oder Dekoration. Wir formen ein Herz aus Draht und schmücken es mit einer harmonischen Kombination aus zartem Schleierkraut, duftendem Eukalyptus

Dozentinnen und Dozenten



SUSANNE HÜBSCHEN
Floristin mit Herz

» Seit fast vierzig Jahren bin ich als Floristin tätig und habe an vielen Weiterbildungen und Workshops teilgenommen. Meine Kreativität und mein handwerkliches Können wollte ich für mich nutzen und eröffnete im Jahr 2005 meine eigene florale Werkstatt in Kleinblittersdorf.

Für alle Blumenliebhaber und kreativen Menschen, die sich gerne als Floristin bzw. als Florist versuchen möchten, biete ich unter fachkundiger Anleitung das Gestalten floraler Kunstwerke an. Es macht mir große Freude, wenn am Ende meiner vhs-Kurse die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit wunderschönen Unikaten zufrieden nach Hause gehen. <<



Angebote im Kunst- und Kreativbereich

- Vorträge, Ausstellungsführungen und Exkursionen
- Mal- und Zeichenkurse (z. B. Aquarell, Acryl, Tusche, Bleistift)
- Kunsthandwerk (z. B. Goldschmieden, Floristik)
- Textiles Gestalten (z. B. Nähen)

www.vhs-saarbruecken.de

sowie Trocken- und Seidenblumen. Das blühende Herz wird zum dauerhaften Geschenk, das Ihre Zuneigung auf besondere Weise zum Ausdruck bringt. *Bitte Gartenschere, Schere, Drahtschere und Klebepistole mitbringen!*
Anmeldeschluss 30.04.2026

● Kurs 9580C

Susanne Hübschen, Floristin

Mo. 04.05.2026, 18:30 – 20:45 Uhr

Kulturnahnhof Püttlingen

EUR 12,00 (zzgl. Kosten für Material bar vor Ort zu bezahlen)

Abendkurs

Drahtkunst

Wir kreieren ein faszinierendes Draht-huhn als Gartenobjekt. Aus Stabdraht formen wir das Grundgerüst, das wir mit Wickeldraht umhüllen. Körper, Flügel und Schwanz gestalten wir in unterschiedlichen Strukturen, während wir den Kopf detailliert mit Schnabel und Kamm ausarbeiten. Die Beine biegen wir aus dickerem Draht für einen sicheren Stand. Im Laufe der Zeit entwickelt unser Drahtuhn durch Witterungseinflüsse eine reizvolle Rostpatina, die ihm eine besondere Struktur verleiht und es zu einem einzigartigen Blickfang im Garten macht. *Bitte Gartenschere, Schere, Drahtschere und Klebepistole mitbringen!*

Anmeldeschluss 28.05.2026

● Kurs 9580D

Susanne Hübschen, Floristin

Mo. 18:30 – 20:45 Uhr, 3 Termine

01., 15. und 22.06.2026

Kulturnahnhof Püttlingen

EUR 36,00 (zzgl. Kosten für Material bar vor Ort zu bezahlen)

Schmuckdesign

Entwerfen Sie ein Schmuckstück nach Ihren eigenen Ideen und Vorstellungen. Es stehen verschiedene Materialien zur Verfügung wie Glas- und Metallperlen, Polaris, versilberte Elemente u.v.m. Werkzeug wird gestellt.

Workshop

Schmuck selbst entwerfen und herstellen

● Kurs 9585

Eva Hentges

Mi. 08.07.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Kulturnahnhof Püttlingen

EUR 10,00 (zzgl. Materialkosten, die vor Ort zu entrichten sind und abhängig vom jeweiligen Schmuckstück)

Workshop

● Kurs 9585A

Eva Hentges

Mi. 29.07.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Kulturnahnhof Püttlingen

EUR 10,00 (zzgl. Materialkosten, die vor Ort zu entrichten sind und abhängig vom jeweiligen Schmuckstück)

Zeichnen und Malen

Abendkurs

Zeichenwerkstatt: Portrait

Leichte und effektive Vorgehensweise – dieser Kurs kann auch als Vorbereitung zum Studium an einer Kunsthochschule genutzt werden.

● Kurs 9587

Olaf Reeck

Do. 18:45 – 20:45 Uhr

ab 12.03.2026, 15 Termine

Kloster Heilig Kreuz Püttlingen

40 UST, EUR 61,00

Nachmittagskurs**Aquarelltechnik
(AnfängerInnen/Fortgeschrittene)**

Individuelle Aufgabenstellung zum Erlernen der Grundtechniken und ihrer kreativen Weiterentwicklung durch verschiedene Mischtechniken.

● **Kurs 9588****Maria Wolf**

Do. 15:45 – 17:45 Uhr
ab 12.03.2026, 8 Termine
Kulturnahnhof Püttlingen
21 UST, EUR 54,00

Abendkurs● **Kurs 9589****Maria Wolf**

Do. 18:00 – 20:00 Uhr
ab 12.03.2026, 8 Termine
Kulturnahnhof Püttlingen
21 UST, EUR 54,00

Keramik**Keramik für AnfängerInnen
und Fortgeschrittene**

Kreatives Arbeiten mit Ton in einer kleinen Gruppe unter Berücksichtigung der individuellen Kenntnisse, daher auch ideal für AnfängerInnen. Wir arbeiten in Aufbautechnik. Bei der Einführungsveranstaltung (1 Stunde) werden Kursthema und allgemeine Fragen besprochen, damit am ersten Kurstag sofort gestartet werden kann. Ton und Glasuren können vor Ort bei der Kursleiterin erworben werden.

Vorbesprechung für alle Kurse,
Di. 03.03.2026 um 16:30 Uhr,
Grundschule Pater Eberschweiler.

Nachmittagskurs**Keramik für AnfängerInnen
und Fortgeschrittene**● **Kurs 9591****Christine Bender, Dipl.-Designerin**

Di. 16:30 – 18:45 Uhr
ab 10.03.2026, 10 Termine
Grundschule Pater-Eberschweiler
(Werkraum)
30 UST, EUR 75,00 (zzgl. Kosten für
Material bar vor Ort zu bezahlen)

Nachmittagskurs**Keramik für AnfängerInnen
und Fortgeschrittene**● **Kurs 9591A****Christine Bender, Dipl.-Designerin**

Do. 14:00 – 16:15 Uhr
ab 12.03.2026, 10 Termine
Grundschule Pater-Eberschweiler
(Werkraum)
30 UST, EUR 75,00 (zzgl. Kosten für
Material bar vor Ort zu bezahlen)

Nachmittagskurs**Keramik für AnfängerInnen
und Fortgeschrittene**● **Kurs 9591B****Christine Bender, Dipl.-Designerin**

Do. 16:30 – 18:45 Uhr
ab 12.03.2026, 10 Termine
Grundschule Pater-Eberschweiler
(Werkraum)
30 UST, EUR 75,00 (zzgl. Kosten für
Material bar vor Ort zu bezahlen)

Wochenend-Workshop**RAKU – Keramik, das besondere
Erlebnis**

Raku ist eine besondere Technik des Glasurbrandes, die ihren Ursprung in Japan hat. Dabei wird das zuvor geschrühte und mit speziellen Glasuren versehene Werkstück noch glühend mit

**Dozentinnen und
Dozenten****OLAF REECK**

Zeichnung von Bettina Meyer-Brocker, die seit drei Jahren Freude am Zeichnen in unserer Gemeinschaft hat.

» Mehr Infos über die Zeichenwerkstatt lassen sich ergoogeln. Wer sich für seine künstlerische Zukunft ein solides Fundament erarbeiten möchte, kann gerne mit uns zeichnen an einem der schönsten und privilegiertesten Orte des Saarlandes. www.kloster-heilig-kreuz.de

Eingang Zeichenwerkstatt auf der Gartenseite des Klosters links neben der Hostienbäckerei. «



langen Zangen aus dem „Rakuofen“ entnommen. Anschließend wird dieses in einem Behälter mit Sägespänen oder anderen organischen Materialien luftdicht abgedeckt. Dabei entsteht Rauch und der darin enthaltene Kohlenstoff reagiert mit der Oberfläche des Tons und der Glasur. Dabei bildet sich das typische „Krakele“ der Raku-Keramik. Nach dem Abschrecken in kaltem Wasser und anschließendem „Putzen“ kommen Kunstwerke zum Vorschein, die man meistens so nicht erwartet hat. Sehr viele Faktoren spielen beim Brennvorgang und der anschließenden Nachbehandlung eine Rolle, die man nur bedingt beeinflussen kann. Dennoch haben diese Werkstücke immer einen besonderen Zauber. Jedes Stück wird ein unnachahmliches Unikat. Bei Interesse ist nach der Anmeldung ein informatives Telefonat mit der Kursleiterin unter Fon 0157 52004644 erforderlich.

● **Kurs 9592**

Myriam Scherer

Sa., 10:00 – 17:00 Uhr
21.03. und 18.04.2026, 2 Termine
KeraMYk, Saarbrücker Str. 21,
66346 Püttlingen
19 UST, EUR 93,00 (inkl. EUR 22,00
Materialkosten)

Wochenend-Workshop

RAKU – Keramik, das besondere Erlebnis

Bei Interesse ist nach der Anmeldung ein informatives Telefonat mit der Kursleiterin unter Fon 0157 52004644 erforderlich.

● **Kurs 9592A**

Myriam Scherer

Sa., 10:00 – 17:00 Uhr
30.05. und 20.06.2026, 2 Termine
KeraMYk, Saarbrücker Str. 21,

66346 Püttlingen
19 UST, EUR 93,00 (inkl. EUR 22,00
Materialkosten)

Nähen

Vormittagskurs

Nähen und Zuschneiden für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Individuell nach Kenntnisstand, ohne Themenvorgaben werden Grundlagen im Umgang mit der Nähmaschine, richtiges Zuschneiden und Nähen nach Fertigschnitten vermittelt. Nähere Informationen unter Fon 06806 48897.

Bitte eigene Nähmaschine mitbringen!

● **Kurs 9595**

Birgit Rupp

Do. 09:00 – 11:15 Uhr
ab 12.03.2026, 12 Termine
Uhrmachers Haus
36 UST, EUR 75,00

Nachmittagskurs

Nähkurs – Flexibel und bunt, für jeden etwas dabei

Gemeinsam nähen wir Ihre Lieblingsstücke. Es kann genäht werden was gefällt, Kinderbekleidung, Jeanshosen Upcycling, Taschen oder Deko und vieles mehr.

Gerne können Sie bei der Kursleiterin nach Ideen fragen per WhatsApp oder telefonisch zwischen 17:00 und 19:00 Uhr unter Fon 0151 40326163.

Bitte eigene Nähmaschine mitbringen!

● **Kurs 9597**

Gisela Tilmont

Di. 17:45 – 20:00 Uhr
ab 10.03.2026, 10 Termine
Uhrmachers Haus
30 UST, EUR 69,00

Holzschnitzen

Abendkurs

Holzschnitzen für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

In diesem Kurs werden die Grundtechniken des Holzschnitzens sowie Kenntnisse über Holz, Werkzeuge, Pflege und das Schärfen der Schnitzwerkzeuge vermittelt. Es wird an Rohlingen – entweder nach Vorlagen oder eigenen Entwürfen – gearbeitet. Auch die Anfertigung von modernen Skulpturen wird vermittelt. Angesprochen sind Leute, die in unserem Alltagsstress einen Ausgleich suchen, in dem sie sich künstlerisch und handwerklich betätigen. Interessierte Neulinge bekommen auf Wunsch Werkzeuge gestellt. Bei Interesse ist ein informatives Telefonat mit dem Kursleiter unter Fon 06806 920550 empfohlen.

● **Kurs 9598**

Randolph Wagner

Do. 18:00 – 20:15 Uhr
ab 12.03.2026, 10 Termine
Peter-Wust Gemeinschaftsschule,
Werkraum
30 UST, EUR 65,00 (zzgl. Kosten für
Material bar vor Ort zu bezahlen)

Örtlicher Leiter



Stefan Kees
Örtlicher Leiter
 Spechtweg 1
 66287 Quierschied
 Fon 0159 05379902
 vhs-quierschied@gmx-topmail.de

Anmeldung und Service



Jennifer Rück
Koordination Örtl. vhs
 Altes Rathaus, Zi. 18
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4380
 Fax 0681 506-4393
 jennifer.rueck@rvsbr.de

Unterrichtsorte

- Gemeinschaftsschule Quierschied
 Im Eisengraben 25, 66287 Quierschied
- Gemeindebücherei Quierschied
 Marienstraße 3, 66287 Quierschied
- Gemeindehaus Göttelborn
 Hauptstraße 164
 66287 Quierschied-Göttelborn
- JUZ Quierschied/Steinbergschule
 Holzer Str. 25, 66287 Quierschied



Crocetta Sajia
Sachbearbeiterin
 Altes Rathaus, Zi. 18
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4381
 Fax 0681 506-4393
 crocetta.sajia@rvsbr.de



v.l.n.r Judith Wiesen, Örtliche Leiterin vhs Halberg, Hans-Werner Franzen, Örtlicher Leiter vhs-Großselseln, Nicole Boissier, vhs-Direktorin Regionalverband Saarbrücken, Romano Marceddu, Örtlicher Leiter vhs-Püttlingen und Stefan Kees, Örtlicher Leiter vhs-Quierschied

EXKURSIONEN

Bergbaugeschichtliche Führung

Alte Grube Camphausen: Von der Bergarbeitersiedlung zur Halde und den Tagesanlagen

Der Steinkohlenbergbau hat im Saarkohlenwald in eindrucksvollem Umfang die Landschaft überformt. Im Quierschied Gemeindebezirk Fischbach-Camphausen liegt das Gelände der früheren Grube Camphausen. Die 1871 gegründete und 1990 stillgelegte Anlage dominiert noch heute große Teile des Fischbachtals. Eine große Bergbausiedlung, bestehend aus zum Teil bemerkenswerten Direktoren- und Beamtensiedlungen, hat sich ebenso wie interessante Betriebsgebäude und eine große Halde erhalten. Die Führung stellt das bergbauliche Erbe des Bergwerks im Zusammenhang vor.

● Kurs 9801

Delf Slotta, Dipl.-Geogr.

So. 15.03.2026, 14:00 – 16:00 Uhr

Treffpunkt: An der Grube Camphausen 10 66287 Quierschied

Hutsammlung

Gutes Schuhwerk wird empfohlen!

GETRÄNKE UND ERNÄHRUNG

Sollten Sie einen Termin nicht wahrnehmen können, müssen Sie sich bis zwei Tage vor Kursbeginn abmelden, damit die DozentInnen dies beim Einkauf der Getränke und Lebensmittel berücksichtigen können. Andernfalls sind Sie verpflichtet, die Kosten der für Sie eingekauften Getränke und Lebensmittel an die DozentInnen zu entrichten

Kochen

Abendkurs

„Buona Pasqua“ – Das italienische Ostermenü

Ein gelungenes Menü zum großen Fest, wie es die Großmütter in Italien zubereiteten. Timballo al Ragu, Cannelloni alla Umbra, leckere Lammgerichte (L'agnello del legionario) und vieles mehr, wie natürlich auch der süße Abschluss (dulcis in fundo) erwarten euch bei diesem Kurs, das Ganze abgerundet mit dem passenden Wein und den Tipps und Anekdoten von Genussvermittler Giovanni Romano. Venite e godete!

● Kurs 9802

Giovanni Romano, Gastronom

Do. 19.03.2026, 18:00 – 22:00 Uhr

Gemeinschaftsschule Quierschied, Küche
EUR 37,00 (inkl. EUR 19,00 für Lebensmittel, Weine und Wasser)

Abendkurs

Kochen auf Italienisch!

Cucinare? Parlare italiano? „Facciamo beides.“

Genussvermittler und Muttersprachler Giovanni Romano bietet einen kompletten Kochkurs auf Italienisch an. Also für alle, die in Rom einen Cappuccino bestellen können und hier etwas Italien erleben möchten.

● Kurs 9803

Giovanni Romano, Gastronom

Mo. 23.03.2026, 18:00 – 22:00 Uhr

Gemeinschaftsschule Quierschied, Küche
EUR 37,00 (inkl. EUR 19,00 für Lebensmittel, Weine und Wasser)

Abendkurs

La dolce Vita auf den Teller – Kochen wie in Italien!

Leckere Sommergerichte aus dem Itali-

enurlaub? In diesem Kurs werden einige schmackhafte Klassiker nachgekocht! Bei einem gemütlichen Aperitif werden der Speiseplan besprochen und unter fachmännischer Anleitung, bespickt mit Tricks und Tipps aus einer langen leidenschaftlichen Gastronomieerfahrung vier Gänge zubereitet. Mit passendem, wohlschmeckendem Wein wird gemeinsam diniert. Natürlich darf das „dulcis in fundo“, die Nachspeise, nicht fehlen.

● Kurs 9804

Giovanni Romano, Gastronom

Di. 24.03.2026, 18:00 – 22:00 Uhr

Gemeinschaftsschule Quierschied, Küche
EUR 37,00 (inkl. EUR 19,00 für Lebensmittel, Weine und Wasser)

Junge vhs

Kochen für Kids

✎ ab 7 Jahre

Gesunde Ernährung? Die Eltern mal bekochen? Leckeren Pausenschmaus zaubern? Oder gar der Oma einen Kuchen backen? Mit Küchenmeister Giovanni Romano als Dr. Pasta werden alle Grundlagen kennengelernt, um den Kochlöffel schwingen zu können. Leicht, schnell und ungezwungen geht es gemeinsam an den Herd und Ofen. Scharfe Messer werden geschwungen und lachendes Gemüse zerteilt.

● Kurs 9805

Giovanni Romano, Gastronom

Do. 07.05.2026, 17:00 – 19:30 Uhr

Gemeinschaftsschule Quierschied, Küche
EUR 25,00 (inkl. EUR 12,00 für Lebensmittel und Wasser)

Abendkurs

Low Carb – Don't Panic!

Der Verzicht auf Kohlenhydrate heißt nicht, dass es kein leidenschaftlicher Gaumenschmaus werden wird und ja, satt wird man auch. Für unseren vielseitiger

Kochdozenten Giovanni Romano ist es mittlerweile eine Mission geworden, durch ein Verschmelzen aus mediterraner Küche und gesunder Lebensweise ein kreatives und leckeres Vitali Menü zu schaffen, gesund für Körper und Geist.

● **Kurs 9806**

Giovanni Romano, Gastronom

Fr. 09.10.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied, Küche
EUR 37,00 (inkl. EUR 19,00 für Lebensmittel, Weine und Wasser)

Abendkurs

Männer, Töpfe, Heldentaten: Dein Einstieg ins kulinarische Abenteuer

Du kannst alles – aber kochen gehört (noch) nicht dazu? Dann wird's höchste Zeit, den Kochlöffel zu schwingen, bevor du wieder Pizza bestellst! In unserem Männerkochkurs an der vhs zeigen wir dir, dass ein ordentliches Steak mehr braucht als nur Mut – und dass Gemüse nicht gefährlich ist, auch wenn es grün aussieht. Hier wird geschnippelt, gebrutzelt, abgeschmeckt und – keine Sorge – auch ordentlich gelacht. Was sonst in diesem Text stehen könnte aber nicht gedruckt werden würde erzählt euch dann an dem Abend Genussvermittler & Live-Coach Giovanni Romano. Also Schürze umbinden, Humor einpacken und los geht's! Anmeldung schnell sichern – Helden tragen jetzt Kochschürze statt Rüstung oder Cape!

● **Kurs 9807**

Giovanni Romano, Gastronom

Do. 21.05.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied, Küche
EUR 37,00 (inkl. EUR 19,00 für Lebensmittel, Weine und Wasser)

Abendkurs

Viva la Pasta

Spaghetti, Tagliatelle, Gnocchi, Tortellini, Ravioli ... Heute begehen wir alle kulinarischen Sünden als gäbe es keinen Morgen! Wer hat noch nie einen „Tris di Pasta“ im Ristorante bestellt, um möglichst viele leckere Nudelgerichte verkosten zu können? Wir zaubern drei verschiedene davon, begleitet mit passendem Wein und abgerundet mit einer süßen Nachspeise.

● **Kurs 9808**

Giovanni Romano, Gastronom

Fr. 14.08.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied, Küche
EUR 37,00 (inkl. EUR 19,00 für Lebensmittel, Weine und Wasser)

Abendkurs

Vegetarische Gerichte

Zu diesem Programm gehören frisches Gemüse. Diese Gerichte werden meistens in Küstengebieten bevorzugt. In diesem Programm biete ich verschiedene Gemüsesorten an.

Bitte Tücher zum Abtrocknen mitbringen.

● **Kurs 9809**

Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin

Mo. 30.03.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied, Küche
EUR 33,00 (inkl. EUR 15,00 für Lebensmittel und Getränke)

Anmeldung erforderlich/Abmeldung möglich bis spätestens 26.03.2026.

Abendkurs

Festliches Menü

Wird zu besonderen Anlässen wie Geburt, Hochzeit, Jubiläen usw. zubereitet. In diesem Programm biete ich Lammfleisch mit orientalischen Soßen an. Dazu Reis auf türkischer Art, Salat und Dessert.
Bitte Tücher zum Abtrocknen mitbringen.

Dozentinnen und Dozenten



GIOVANNI ROMANO

Gastronom und Genussvermittler

» „Kochen ist die Kunst, mit Nahrung Glück zu erschaffen.“

Schon früh brachte mich meine tiefe Leidenschaft für das „Dolce Vita“ zum Kochen und in die Gastronomie. Die Schwerpunkte meiner Kochkurse liegen auf mediterranen Speisen, leckeren Pastagerichten und Risottos, aber auch auf schmackhaften Low-Carb-Menüs. Meine Mission diesbezüglich ist: „Gesund kann auch lecker!“

Die richtige Weinbegleitung vervollständigt den Gaumenschmaus ebenso wie der Espresso zum Schluss. Ein Kochkurs kann ein kurzer Urlaubstrip sein, bei dem das kulinarische Glück mit anderen geteilt werden kann.

Werde ein Teil Deiner eigenen Kochshow! <<

● Kurs 9810

Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin

Fr. 24.04.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied, Küche
EUR 40,00 (inkl. EUR 22,00 für Lebensmittel
und Getränke)

Anmeldung erforderlich/Abmeldung mög-
lich bis spätestens 21.04.2026.

Abendkurs

Gefülltes und Gerolltes

Hier handelt es sich um verschiedene
Gemüsesorten wie Paprika, Zucchini,
Weinblätter die mit Hackfleisch gefüllt
werden. Dazu türkischer Bulgurreis und
Dessert.

Bitte Tücher zum Abtrocknen mitbringen.

● Kurs 9811

Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin

Mo. 18.05.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied, Küche
EUR 40,00 (inkl. EUR 22,00 für Lebensmittel
und Getränke)

Anmeldung erforderlich/Abmeldung
möglich bis spätestens 14.05.2026.

Abendkurs

Arabisch kochen

Die arabische Küche ist bekannt für ihre
leckeren Rezepte. Wir werden Ihnen mit
traditionellen Gerichten in drei Gängen
die arabische kulinarische Kultur näher-
bringen.

Bitte Tücher zum Abtrocknen mitbringen.

● Kurs 9812

Asmaa Almokheber

Do. 11.06.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied, Küche
EUR 43,00 (inkl. EUR 25,00 für Lebensmittel
und Getränke)

Anmeldung/Abmeldung erforderlich bis
04.06.2026.

Abendkurs

Marokkanisch Kochen

Entdecken Sie die Geheimnisse der viel-
fältigen marokkanischen Küche mit ihren
harmonischen Kombinationen von ber-
berischen, andalusischen, afrikanischen,
jüdischen und osmanischen Einflüssen.
Sie lernen landestypische Zutaten und
Gewürze sowie die traditionelle Zuberei-
tung der Gerichte kennen.

Bitte Tücher zum Abtrocknen mitbringen.

● Kurs 9813

Nada Zraiouil

Do. 03.09.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied, Küche
EUR 43,00 (inkl. EUR 25,00 für Lebensmittel
und Getränke)

Anmeldung/Abmeldung erforderlich bis
27.08.2026.

GESUNDHEITSBILDUNG

Vortrag

Augengesundheit

Dr. medic Ciprian Ivanescu ist Facharzt
für Augenheilkunde, ehemaliger Funkti-
onsoberarzt an der Augenklinik Sulzbach.
Seine Schwerpunkt sind Makula- und
Tränenwegserkrankungen, Grauer Star
(Katarakt).

● Kurs 9814

Ciprian Ivanescu,

Facharzt für Augenheilkunde

Di. 24.03.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied,
alte Mensa
gebührenfrei

Workshop

Räuchermittel selbst herstellen – Altes Wissen neu entdecken

In diesem Kurs lernen Sie, aus natürlichen
Zutaten wie Harzen, Kräutern und Hölzern
eigene Räuchermittel herzustellen.

Räuchern dient der Reinigung von Räumen
und Energien, fördert Entspannung und
schafft eine wohltuende Atmosphäre –
eine alte Tradition mit neuer Bedeutung.

● Kurs 9815

Ellen Schwarz

Sa. 29.08.2026, 16:00 – 19:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied, Küche
EUR 45,00 (inkl. EUR 25,00 Materialkosten)

Workshop

Stillen, das Beste für Ihr Baby!

Infos, Tipps, offene Fragen klären. Gerne
sprechen wir auch über andere Themen.

● Kurs 9816

Nina Gutensohn, KTP Ninas Familienbande in Fischbach

Di. 09.06.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied,
alte Mensa
EUR 5,00

FERIENKURSE FÜR KINDER

Schmuck

Junge vhs

Schmuck-Kreativwerkstatt für Kinder – Schmuck selbst entwerfen und herstellen

Ein Schmuckstück nach eigenen Ideen
und Vorstellungen entwerfen. Es stehen
verschiedene Materialien zur Verfügung,
das Werkzeug wird gestellt.

Bitte eine kleine Stoffunterlage mitbringen!

● Kurs 9817

Eva Hentges

Do. 16.04.2026, 16:00 – 17:30 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied,
Vorraum zur Küche
EUR 19,00 (inkl. EUR 9,00 Materialkosten)

Zaubern

Hokus Pokus Fidibus – mein Zauberkurs feiert Jubiläum! Zum besonderen Anlass öffnen wir die Zauberschule für alle kleinen Magier – mit vielen Überraschungen, neuen Tricks und einem ganz besonderen Extra! In unserem beliebten Jubiläums-Zauberkurs lernen Kinder mit viel Spaß und Begeisterung einfache, verblüffende Zaubertricks, die sie schon bald selbst vorführen können – ob zuhause, in der Schule oder auf der nächsten Geburtstagsfeier vor Freunden. Das erwartet die Kinder: Coole Tricks mit Alltagsgegenständen, Magisches Auftreten und großer Bühnenzauber, Eigene Zauberrutensilien, Exklusives Seminarheft mit allen Tricks – zum Nachlesen & Üben inklusive – teilweise mit Videoanleitungen für zu Hause. Abschluss mit kleiner Zaubershow. Unser erfahrener Zaubertainer weiß genau, wie man Kinder begeistert – mit Witz, Geduld und jeder Menge Magie! Jedes Kind erhält sein eigenes „Zauberbuch“ samt einigen zugehörigen Utensilien. Daher wird eine Materialkostenpauschale in Höhe von EUR 10,00 fällig. Keine Vorkenntnisse nötig.

Junge vhs

Vorhang auf für kleine Zauberer! Der neue Zauberkurs für Kinder

✳ 5 bis 10 Jahre

Der neue Zauberkurs für Kinder im Alter von 5 bis 10 Jahren.

Bitten geben Sie Ihren Kindern für die Mittagspause etwas zu Essen sowie ausreichend zu Trinken mit.

● Kurs 9818

**Marco Lauer Magic,
Zauberkünstler & Illusionist**

Fr. 17.04.2026, 10:00 – 15:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied,
alte Mensa
EUR 30,00 (inkl. EUR 10,00 Material-
gebühr)

Junge vhs

Vorhang auf für große Zauberer! Der neue Zauberkurs für Kinder

✳ 10 bis 16 Jahre

Der neue Zauberkurs für Kinder und Jugendliche im Alter von 10 bis 16 Jahren.

Bitten geben Sie Ihren Kindern für die Mittagspause etwas zu Essen sowie ausreichend zu Trinken mit.

● Kurs 9819

**Marco Lauer Magic,
Zauberkünstler & Illusionist**

Mo. 06.07.2026, 10:00 – 15:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied,
alte Mensa
EUR 30,00 (inkl. EUR 10,00 Material-
gebühr)

RECHT- UND VERBRAUCHER- SCHUTZ

Vortrag

Nachbarschaftsrecht

Streitigkeiten zwischen Nachbarn beschäftigen – Jahr ein, Jahr aus – die Gerichte. Themen: Grillen, Lärmbelästigungen und Bauarbeiten auf dem Nachbargrundstück, Zustimmung des Nachbarn zu einem Bauvorhaben. Was ist bei einem Überbau zu beachten? Abstände von Bäumen, Pflanzen und Sträuchern zum Nachbargrundstück, überhängende Äste und Laubfall vom Nachbargrundstück, Kosten für die Festlegung der Grundstücksgrenze, Beleidigungen und Provokationen von Nachbarn und Gegenmaßnahmen, Installation einer Überwachungskamera: was ist zu beachten? Die TeilnehmerInnen

Dozentinnen und Dozenten



MARCO LAUER
Zauberkünstler & Illusionist

» Komm, lass uns zaubern!
Seit meinem sechsten Lebensjahr fasziniert und fesselt mich die Zauberkunst im wahrsten Sinne des Wortes. Angefangen hat alles ganz klassisch mit dem ersten Zauberkasten. Zauberkunst ist mehr als Täuschung und Illusion. Zauberkunst ist eine internationale Sprache, die jeder versteht: die Sprache des Staunens. Ob Groß oder Klein, Jung oder Alt und egal welcher Herkunft – Zauberkunst verbindet! Genau dieses Gefühl möchte ich durch meine Kurse transportieren und hinaus in die Welt tragen. Und wer weiß, vielleicht hat Dich ja auch schon bald das Zauberfieber gepackt! «

erhalten ein Skript.

● **Kurs 9820**

Daniel Jung, Rechtsanwalt

Do. 26.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied,
Raum E12
EUR 5,00

Vortrag

Richtig vererben, verschenken – Steuern sparen

Der Vortrag beschäftigt sich mit zwei Dingen, denen der Mensch nicht entgehen kann: Tod und Steuern. Rechtsanwalt Daniel Jung – Fachanwalt für Erb- und Steuerrecht – stellt die gesetzliche Erbfolge dar, erläutert, welche Möglichkeiten man bei der Testamentserstellung hat und wie man das Testament wirksam und rechtssicher abfassen kann. Auch das Pflichtteilsrecht wird erläutert. Außerdem erklärt RA Daniel Jung, wie Vermögen zu Lebzeiten übertragen werden kann und wie die Übertragenden sich absichern können. Er geht ferner auf Erbschafts- und Schenkungssteuer ein, bzw. darauf, wie man sie vermeiden oder geringhalten kann.

● **Kurs 9821**

Daniel Jung, Rechtsanwalt

Do. 23.04.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied,
Raum E12
EUR 5,00

Vortrag

Erben mit warmer Hand

„Erben mit warmer Hand“, indem insbesondere das Eigenheim lebzeitig auf die Kinder übertragen wird, wobei hier die vielfältigen erb- und pflichtteilsrechtlichen sowie steuerlichen und sozialrechtlichen Bezüge kurz aufgezeigt werden und schwerpunktmäßig auf die rechtliche

Absicherung der Übergeber, z. B. durch Nießbrauch oder Wohnrechtsvorbehalt, eingegangen wird.

● **Kurs 9822**

Jürgen Metzger, Notar

Di. 19.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Gemeindebücherei Quierschied
gebührenfrei

Vortrag

Trau, schau, wem beim Immobilienkauf

„Trau, schau, wem beim Immobilienkauf“, wobei hier aus notarieller Sicht der Ablauf beim Kauf eines Hauses oder einer Eigentumswohnung erläutert wird.

● **Kurs 9823**

Jürgen Metzger, Notar

Di. 01.09.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Gemeindebücherei Quierschied
gebührenfrei

In Kooperation mit der Kriminalpolizeilichen Beratungsstelle des Landespolizeipräsidiums

Vortrag

Sicher wohnen – Schutz vor Einbruchdiebstahl

Die Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle des Landespolizeipräsidiums informiert Sie im Rahmen eines Vortrags, wie Sie mit technischen Maßnahmen Ihr Haus oder Ihre Wohnung einbruchhemmend nachrüsten können und gibt wichtige Verhaltenshinweise um Einbrüche zu verhindern. Des Weiteren erfahren Sie wie eine funktionierende Nachbarschaft dazu beitragen kann, schon im Versuchsstadium Wohnungseinbrüche zu erkennen und wie man reagieren sollte, wenn Täter auf frischer Tat ertappt werden.

● **Kurs 9824**

Reiner Both, Kriminalhauptkommissar

Dozentinnen und Dozenten



DANIEL JUNG

Rechtsanwalt, Fachanwalt für Erb-, Steuer- und Medizinrecht

» Daniel Jung, Jahrgang 1976, Rechtsanwalt seit 2002 in Neunkirchen (Rechtsanwälte Halm & Presser), Fachanwalt für Erb-, Steuer- und Medizinrecht, ist seit über 20 Jahren als Dozent für die Volkshochschule des Regionalverbands tätig. Er hält Vorträge zu rechtlichen Themen, z. B. zur Erstellung von Testamenten, Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen, Steuer- und Vereins- und Nachbarschaftsrecht. «

Mo. 20.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Gemeindebücherei Quierschied
gebührenfrei

Vortrag

Straftaten zum Nachteil von Senioren

Der Vortrag der kriminalpolizeilichen Beratungsstelle zum Thema „Straftaten zum Nachteil älterer Menschen“ beantwortet die Frage „wie kann ich mich im Alltag schützen“. Einzeltrick, falsche Polizeibeamte, Gewinnversprechen, Trickdiebstahl an der Haustür, Geldwechseltrick... die Phantasie der Straftäter scheint nahezu unerschöpflich zu sein. Bei dem Vortrag werden diese und auch andere Methoden veranschaulicht. Ebenso geht es um die Minimierung des Risikos, selbst zum Opfer zu werden.

● Kurs 9825

Patrick Rubeck, Dezernat Polizeiliche Kriminalprävention/LPP 20 Polizeiliche Kriminalprävention

Mi. 06.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Gemeindebücherei Quierschied
gebührenfrei

In Kooperation mit der Schuldner- und Insolvenzberatung des Regionalverbands Saarbrücken

Vortrag

„Klicken, zahlen, reinfallen?“ – Online-Bezahlen ohne böse Überraschung

Digitale Bezahlendienste wie PayPal oder Klarna & Co. machen Einkaufen im Internet bequem. Was viele nicht wissen: Hinter der schnellen Zahlung im Netz lauern oft versteckte Risiken und Kosten: 0%-Finanzierungen, „Buy now, pay later“, undurchsichtige Gebühren oder betrügerische Shops. Dieser Kurs erläutert, wie die Systeme funktionieren, und deckt

Fallstricke hinter dem Online-Zahlen auf. Mit Praxisfällen und einer Übung zur Erkennung von Fake-Shops lernen Sie, wie sie online sicher und clever bezahlen.

● Kurs 9826

Malte Scherpelz

Mo. 18.05.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied,
alte Mensa
gebührenfrei

Vortrag

„Klicken, zahlen, reinfallen?“ – Online-Bezahlen ohne böse Überraschung

Wer auf Wohnungssuche ist, ein Bankkonto eröffnen möchte oder für die nächste Bestellung im Internet den Rechnungsbetrag in Betracht zieht, hat es rasch mit Auskunftsteilen wie SCHUFA, Creditreform, Boniversum oder Crif zu tun. In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Auskunftsteile funktionieren, welche Daten sie sammeln und wie Score-Werte Ihr Leben beeinflussen können. Sie erwerben Kenntnisse, wie Sie Ihre kostenlose Selbstauskunft erhalten und fehlerhafte Einträge korrigieren lassen.

● Kurs 9827

Malte Scherpelz

Mo. 22.06.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied,
alte Mensa
gebührenfrei

In Kooperation mit der Betreuungsbehörde Regionalverband Saarbrücken

Vortrag

Rechtliche Betreuung und Möglichkeiten der Vorsorge

Informationsveranstaltung der Betreuungsbehörde des Regionalverbands Saarbrücken zu den Themen Vorsorge-

Dozentinnen und Dozenten



STEFAN KEES

Dozent und örtlicher Leiter

» Die Natur und ihre Schönheit stets neu entdecken!

„Bevor ich Leiter der vhs-Außenstelle Quierschied wurde, war ich bereits mehrere Jahre als Dozent im Bereich Ökologie, Umwelt- und Naturschutz tätig. Meine Kurse sind geeignet für Menschen jeden Alters, angefangen bei Kindern und Jugendlichen bis hin zu Erwachsenen. Ich liebe es, Menschen für die Natur und ihre Schönheit zu begeistern und entdecke dabei stets selbst Neues.“

vollmacht und Betreuungsrecht. Angesprochen werden unter anderem folgende Fragen: Was bedeutet rechtlich Betreuung und wem hilft sie? Wie kann ich selbst bestimmen, wer für mich entscheiden soll, wenn ich es selbst nicht mehr kann? MitarbeiterInnen der Betreuungsbehörde des Regionalverbandes Saarbrücken informieren über die rechtliche Betreuung und die verschiedenen Vorsorgemöglichkeiten.

● **Kurs 9828**

Markus Mertes-Jacob, Mitarbeiter der Betreuungsbehörde des Regionalverbandes Saarbrücken

Do. 03.09.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied,
alte Mensa
gebührenfrei
Anmeldung erforderlich/Abmeldung
möglich bis spätestens 27.08.2026.

GESCHICHTE UND HEIMATKUNDE

Vormittagskurs

Geschichtswerkstatt Quierschied

Alle, die sich für die Quierschieder Geschichte interessieren, sind hier herzlich willkommen. Kommen Sie einfach ganz unverbindlich vorbei. Das Team der Geschichtswerkstatt Quierschied freut sich über jede/n, der mitmachen will. Besondere Vorkenntnisse sind nicht zwingend erforderlich.

● **Kurs 9829**

Stefan Kees

So. 10:00 – 11:30 Uhr
ab 19.04.2026, 5 Termine
Gemeindehaus Göttelborn
10 UST, gebührenfrei

Vortrag

Friederike von Reden – Eine emanzipierte Frau im 18. Jahrhundert

Gräfin Friederike, verheiratet mit dem preußischen Bergbauminister von Reden, war klug, weit gereist, couragiert und bekannt mit vielen Persönlichkeiten. Höfischen Leben, Kräuterheilkunde, Hauswirtschaft waren ihr nicht fremd und sie sprach Englisch und Französisch. Eine erfolgreiche Netzwerkerin die sich für die notleidende Bevölkerung Schlesiens einsetzte.

● **Kurs 9830**

Heide Stein

Do. 21.05.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied,
alte Mensa
EUR 5,00

Vortrag

Starke Frauen und schwer arbeitende Bergleute

Frauen waren Ehefrau, Hausfrau, Mutter und Geldverwalterin und sorgten für die Schulbildung der Kinder. Sie nähten und flickten, arbeiteten auf dem Feld und im Garten. Sparsamkeit und Recycling waren lebensnotwendig und oberstes Gebot. Die Kinder halfen früh im Haus und hüteten die Ziege. Mit 14 Jahren begannen die Buben in der Grube oder auf der Hütte.

● **Kurs 9831**

Heide Stein

Do. 27.08.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied,
alte Mensa
EUR 5,00

Vortrag

Gebäudebrüter – Artenschutz am Wohngebäude

An unseren Häusern leben oft unbemerkt viele geschützte Tierarten wie Vögel und Fledermäuse, die erst bei Bau- und Sanierungsarbeiten auffallen. Die Tiere können durch die Arbeiten zu Schaden kommen – auch ihre Quartiere können dabei zerstört werden. Dabei muss der Artenschutz bereits bei der Planung bedacht werden. Bau schlau und tu was für Gebäudebrüter.

● **Kurs 9832**

Christine Steiner

Di. 17.03.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied,
Vorraum zur Küche

Vortrag

Wildbienen – Artgerechter Garten – Rückzugsorte für Wildbienen

In den Baumärkten und Supermärkten werden seit Jahren unzählige „Insektenhotels“ angeboten – doch viele dieser Produkte sind für Wildbienen wenig geeignet oder sogar schädlich. In diesem Vortrag gehen wir der Frage nach, was eine artgerechte Nisthilfe ausmacht und wie man mit einfachen Mitteln Wildbienen im eigenen Garten oder auf dem Balkon schützen kann. Behandelt werden folgende Themen: Nisthilfen richtig gestalten und Standortwahl, natürliche und alternative Materialien, Lebensraum für Bodennister und Pflege und Kontrolle.

● **Kurs 9833**

Werner Jungmann, NABU Köllertal

Di. 21.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied,
alte Mensa
EUR 5,00

Vortrag**Wildbienen – Artgerechter Garten – Rückzugsorte für Wildbienen**

In den vergangenen Jahren ist ein starker Rückgang vieler Wildbienenarten zu beobachten. Wildbienen sind ein wichtiger Bestandteil unseres Ökosystems und spielen eine entscheidende Rolle bei der Bestäubung zahlreicher Pflanzen. In diesem Vortrag erfahren Sie, warum ihr Schutz so wichtig ist, welche Gefahren ihnen drohen und wie man mit einfachen Maßnahmen in unseren Gärten wertvolle Rückzugsorte schaffen können. Während des Vortrags werden verschiedene Wildbienenarten und ihre faszinierende Lebensweise vorgestellt.

● **Kurs 9834**

Werner Jungmann, NABU Köllertal

Di. 16.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied,
alte Mensa
EUR 5,00

FREMDSPRACHEN**Deutsch****Vormittagskurs****Mama lernt Deutsch**

Bei diesem Kurs handelt es sich um ein niederschwelliges Kursformat, das als Vorstufe zu den Integrationskursen des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge gedacht ist. Es soll Spaß am Deutschlernen vermitteln und als sozialer Treffpunkt und als Ort der Begegnung dienen. Der Kurs dient allen Interessentinnen und Interessenten mit keinen oder wenigen Deutschkenntnissen.

● **Kurs 9840**

Stefan Kees

Mo., Mi. + Fr. 09:00 – 11:30 Uhr

ab 09.03.2026, 18 Termine
JUZ Quierschied/Steinbergsschule
60 UST, gebührenfrei

Spanisch**Abendkurs****Spanisch & Kultur erleben.****Für Neugierige, GenießerInnen & WeltentdeckerInnen – ¡Viva el viernes!**

Gemeinsam tauchen wir in die Vielfalt der spanischsprachigen Welt – mit Büchern, Filmen, Musik, Gesprächen und kleinen kulturellen Überraschungen. Ein Raum für Austausch, Freude und neue Perspektiven.

● **Kurs 9841**

Vanessa Campos Sánchez

Fr. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 13.03.2026, 15 Termine
Gemeinschaftsschule Quierschied,
Raum E12
30 UST, EUR 85,00 (64,00)

Arabisch**Kompaktkurs****Arabisch für AnfängerInnen (Fortsetzung)**

Die arabische Sprache ist sehr facettenreich und wird von ca. 313 Millionen Menschen weltweit als Muttersprache und von weiteren 424 Millionen als Zweit- oder Fremdsprache gesprochen. Zudem ist sie die Amtssprache in mehr als 25 Ländern. Im Kurs wird Hocharabisch unterrichtet. Sie erlernen darin beispielsweise das Alphabet, die Zahlen von 1 bis 10, grundlegende Wörter zur Begrüßung, wichtige Verben, wie man Fragen stellt und einfache Sätze.

● **Kurs 9842**

Razan Shikh Mous

Mo. 18:00 – 20:30 Uhr
ab 20.04.2026, 9 Termine

Dozentinnen und Dozenten**ASTRID MEISER**

Dozentin Französisch

» Bereits seit 30 Jahren unterrichte ich mit großer Freude Französisch an der vhs. Es ist mir sehr wichtig, mit der Zeit zu gehen und auf dem neusten Stand zu sein, was Lehr- und Lernmethoden sowie landeskundliche Themen betrifft. Da Sprache auch immer eng mit Kultur verwoben ist, möchte ich Ihnen in meinen Kursen nicht nur sprachliches, sondern auch kulturelles Wissen an die Hand geben. In entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß werden wir uns dem Französischen und den Besonderheiten Frankreichs widmen. Besonders freue ich mich, wenn mir Kursteilnehmer stolz von ihren (sprachlichen) Abenteuern berichten können. «

Gemeinschaftsschule Quierschied,
Raum E12
30 UST, EUR 85,00 (64,00)

Italienisch

Abendkurs

Italienisch für AnfängerInnen

● Kurs 9843

Barbara Bulciolu

Di. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 10.03.2026, 15 Termine

Gemeinschaftsschule Quierschied,
neue Mensa

30 UST, EUR 85,00 (64,00)

Abendkurs

Italienisch A2 Stufe 1 (Fortsetzung)

● Kurs 9844

Mechthild Clemente

Di. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 10.03.2026, 15 Termine

Gemeinschaftsschule Quierschied,
Raum E12

30 UST, EUR 85,00 (64,00)

Französisch

Abendkurs

Französisch A1 Stufe 1

Lehrwerk: Rencontres en français A1

● Kurs 9845

Astrid Meiser

Mi. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 11.03.2026, 15 Termine

Gemeinschaftsschule Quierschied,
Raum E12

30 UST, EUR 85,00 (64,00)

Abendkurs

Französisch A2 Stufe 2

Lehrwerk: Rencontres en français A2

● Kurs 9846

Astrid Meiser

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
Gemeinschaftsschule Quierschied,
Raum E12
30 UST, EUR 85,00 (64,00)

PC, TABLET & SMARTPHONE

Abendkurs

EDV Cafe: Der Lerntreff rund um PC, Laptop, Smartphone, APPS, Web

Ihr Smartphone, Tablet oder Laptop macht nicht, was Sie wollen? Sie brauchen eine Orientierungshilfe oder eine fachliche Hilfestellung? Vielleicht finden Sie Ihre Bilder nicht mehr, haben Fragen zu WhatsApp, scheitern bei der Installation von Programmen oder möchten Mails empfangen und schreiben. Diese und andere Anwenderfragen werden in diesem Kurs fachkundig beantwortet. Dabei orientiert sich das Programm stark an den Fragen der TeilnehmerInnen.

Bitte entsprechende Geräte mitbringen.

● Kurs 9847

Torsten Meyer

Mo. + Di. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 27.04.2026, 4 Termine

Gemeinschaftsschule Quierschied,
Vorraum zur Küche

8 UST, EUR 60,00

KREATIVES GESTALTEN

Nachmittagskurs

Kräuterwisch binden – Tradition und Technik

Ein Kräuterwisch ist ein traditioneller Strauß aus verschiedenen Heil- und Würzkräutern, der zu bestimmten Jahreszeiten – besonders rund um Mariä Himmelfahrt – gebunden wird. Er dient sowohl als dekoratives Element als auch als Symbol für Gesundheit, Schutz und Dankbarkeit gegenüber

Dozentinnen und Dozenten



TORSTEN MEYER

Techn. Ingenieur, Ausbilder,
Berufspädagoge

» Seit über 20 Jahren bin ich in der Erwachsenenbildung tätig. Von meiner Erfahrung profitieren meine TeilnehmerInnen in den verschiedensten IT Kursen an mehreren Standorten Als Dozent in den Bereichen Elektronik und IT ist es mein Antrieb, den Teilnehmern ein breites Wissen zu vermitteln. Jedes IT Problem ist so vielfältig wie die TeilnehmerInnen selbst. Gerade in der IT stehen wir immer wieder vor neuen Herausforderungen, die ständig eine andere Herangehensweise erfordern. In meinen Kursen steht nicht nur die Problemlösung im Vordergrund, sondern das WARUM? Das ist mein Ansatz einer nachhaltigen Wissensvermittlung. Ich bin immer wieder sehr Stolz, wenn ich am Ende meiner Kurse sehe, wie meine TeilnehmerInnen eigene Lösungsstrategien für komplexe Probleme entwickeln. Daher sehe ich meine Aufgabe in der Hilfe zur Selbsthilfe. «

der Natur.

● **Kurs 9848**

Ellen Schwarz

Fr. 14.08.2026, 14:00 – 16:00 Uhr

Treffpunkt: Lauftreffhütte Quierschied
gegenüber Sportplatz

EUR 10,00 (zzgl. EUR 10 Materialkosten
bar vor Ort zu zahlen)

Wegbeschreibung:

(<https://maps.app.goo.gl/YuLiep8USzLVZbZ38>)

Abendkurs

Schmuck- Kreativwerkstatt

**Schmuck selbst entwerfen und
herstellen für Erwachsene**

Entwerfen Sie ein Schmuckstück nach
Ihren eigenen Ideen und Vorstellungen.
Seien es Ketten, Ohrringe, Armbänder. Es
stehen verschiedene Materialien zur Ver-
fügung wie Glas-, Metall- und Polarisper-
len, versilberte Elemente u.v.m. Werkzeug
wird gestellt.

● **Kurs 9849**

Eva Hentges

Do. 19.03.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Gemeinschaftsschule Quierschied,

Vorraum zur Küche

EUR 10,00 (zzgl. Materialkosten bar vor
Ort abhängig vom jeweilig erstellten
Schmuckstück))

Bitte eine kleine Stoffunterlage mitbringen!

Schmuck- Kreativwerkstatt

**Schmuck selbst entwerfen und
herstellen für Erwachsene**

● **Kurs 9850**

Eva Hentges

Do. 27.08.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Gemeinschaftsschule Quierschied,

Vorraum zur Küche

EUR 10,00 (zzgl. Materialkosten bar vor
Ort abhängig vom jeweilig erstellten
Schmuckstück)

Bitte eine kleine Stoffunterlage mitbringen!

Töpfern

**Modellieren mit Ton
für AnfängerInnen mit
Vorkenntnissen**

Entdecke was in dir steckt. In diesem
Kurs werden die Grundtechniken zum
Modellieren von Ton vorgestellt und aus-
probiert. Der Fantasie sind beim Gestal-
ten der eigenen Keramik keine Grenzen
gesetzt.

*Materialkosten werden nach Bedarf bei
der Dozentin separat abgerechnet.*

● **Kurs 9851**

Sabine Jochum-Engel

Mi. 17:00 – 19:00 Uhr

ab 29.04.2026, 6 Termine

Gemeinschaftsschule Quierschied,
Werkraum

EUR 40,00 (zzgl. Materialkosten bar vor
Ort zu zahlen)

TEXTILES GESTALTEN

Nähen

Abendkurs

**Nähen und Zuschneiden für
AnfängerInnen und Fortgeschrittene**

Nähen ist ein tolles Hobby. Es macht
Spaß, sich ein Bekleidungsstück selbst zu
nähen oder auch Änderungen daran vor-
zunehmen. Der Kurs lädt ein, Kenntnisse
an der eigenen Nähmaschine zu vertiefen
und neue Nähtechniken kennenzulernen.

Bitte bringen Sie zum ersten Termin

*folgende Dinge mit: Kunststoffmaßband,
Lineal, Stecknadeln, Nähnadeln, Finger-
hut, Schneiderkreide, Kopierset, Stoff- und
Papierschere, ein Qualitätsnähgarn. Ein
Starter-Set kann am 1. Kursabend für EUR
5,00 erworben werden. Bringen Sie bitte
zu allen Terminen Ihre Nähmaschine mit.
Fortgeschrittene können gerne eigene*

**Dozentinnen und
Dozenten**



CLAUDIA TSCHUDY-LONSDORFER
Textil- und Bekleidungsingenieurin

» Nach meiner Schneiderlehre und dem Abschluss des Studiums der Bekleidungstechnik im Jahr 1988 hat mich die Faszination für den Umgang mit Stoffen und textilen Materialien bis heute nicht mehr verlassen. Es ist für mich immer wieder ein Erlebnis, wie aus der großen Auswahl an Stoffen, Accessoires und Materialien am Schluss ein fertiges individuelles Bekleidungsstück oder andere textile Teile entstehen, welche sich von der heutigen schnelllebigen textilen Massenware wohltuend abheben. Neben der Neuanfertigung von Bekleidung ist auch die Wiederverwertung (Upcycling) und Aufwertung älterer Teile eine interessante, nachhaltige und herausfordernde Arbeit. «

Nähprojekte mitbringen.

● **Kurs 9852**

Claudia Tschudy-Lonsdorfer,
Textil- und Bekleidungsingenieurin

Mi. 19.03.2026 – 21:15 Uhr

ab 11.03.2026, 11 Termine

Gemeinschaftsschule Quierschied,
neue Mensa

33 USt, EUR 85,00

REISEBERICHTE

Vortrag

Expeditionsfahrt in die Antarktis

Armin und Karin berichten von ihrer unvergesslichen Reise mit einem Expeditionsschiff von Feuerland über die Falklandinseln und Südgeorgien in diese außergewöhnliche polare Welt. Sie hatten das Privileg majestätische Wale in ihrem natürlichen Lebensraum zu beobachten, beeindruckende Gletscher und glitzernde Eisberge zu erkunden und Tausende von Pinguinen zu erleben, die in ihren Kolonien umherwuselten. Sie lernten die Antarktis nicht nur als einen Ort von atemberaubender Schönheit, sondern auch als ein einzigartiges Ökosystem, das sie mit seiner Vielfalt und Fragilität in den Bann gezogen hat, kennen.

● **Kurs 9853**

Armin Fell

Di. 10.03.2026, 18:00 – 20:00 Uhr

Gemeindebücherei Quierschied

gebührenfrei, Hutsammlung

Der Referent unterstützt ein Hilfsprojekt und nimmt hierfür gerne eine Spende an.

PowerPoint-Präsentation

Schlösser der Loire

In seinem Vortrag geht der Referent auf die historischen und geographischen Besonderheiten der Loire ein und stellt dann einige der bekannten und weniger

bekannten Loireschlösser vor, darunter Amboise, Chambord, Chenonceau, Ussé und Villandry, mit Daten zu Bauzeiten und Besitzern sowie Bildern zu Architektur und Gartenkunst. Wichtige Persönlichkeiten mit Bezug zur Touraine werden erwähnt, aber auch landschaftliche Eindrücke und Kirchen kommen nicht zu kurz.

● **Kurs 9854**

Werner Michaltzik

Fr. 20.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Gemeinschaftsschule Quierschied,
neue Mensa

EUR 5,00

PowerPoint-Präsentation

Unbekannter Bodensee – Geheimtipps für den Urlaub

Mainau, Reichenau, Birnau, Lindau – Pfahlbauten, Konzil und Zeppelin kennt jeder. Aber was sagen Ihnen Frickingen, Liggeringen, Büsingen, Schienen oder Baitenhausen? Der Bildvortrag zeigt Ihnen pittoreske Dörfchen, versteckte Ecken und ungewöhnliche Attraktionen rund um den Bodensee als sehens- und erlebenswerte Ziele für kleine Ausflüge, wenn man dort Urlaub macht.

● **Kurs 9855**

Werner Michaltzik

Mo. 27.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Gemeinschaftsschule Quierschied,
neue Mensa

EUR 5,00

PowerPoint-Präsentation

Mit dem Fahrrad unterwegs im Ruhrgebiet

Ruhrpott: Hütten, Bergbau, Dreck, Menschen, Verkehr! Kann man da Rad fahren? O ja, man kann, und zwar sehr angenehm meist auf verkehrsarmen grünen Wegen durch Wälder und Parks, auf die der

Referent genauer eingeht. Zu sehen gibt es natürlich auch viel Industriekultur wie bei uns, nur größer und mit mehr Geld vorzeigbar gestaltet. Darüber hinaus lohnen die Städte Essen, Mülheim, Duisburg, Oberhausen, Bochum und Hattingen ein genaueres Hinschauen, wie die mit power-point gezeigten Bilder beweisen.

● **Kurs 9856**

Werner Michaltzik

Di. 12.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Gemeinschaftsschule Quierschied,
neue Mensa

EUR 5,00

PowerPoint-Präsentation

Schriftsteller auf Reisen – Teil 1 Von Tacitus bis Twain – Die Entwicklung des „Travel Writing“

Die Neugier auf unbekannte Länder und Gegenden wurde schon in der Frühzeit durch Reiseberichte gestillt, es folgten im Laufe der Jahrhunderte Berichte über gezielte Forschungsreisen, ehe auch dem einfachen Bürger zu Beginn der Neuzeit Reisen möglich und erschwinglich wurden. So setzten auch bekannte Schriftsteller, meist aus dem angelsächsischen Raum, ihre Eindrücke aus fremden Ländern literarisch um. Frauen reisten um die Welt und schrieben darüber, auch im deutschen Sprachraum wurde über Reisen berichtet. Die Erwähnung einiger lesenswerter Sonderlinge rundet die kleine Geschichte des „travel writing“ ab.

● **Kurs 9857**

Werner Michaltzik

Mi. 24.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Gemeinschaftsschule Quierschied,
neue Mensa

EUR 5,00

PowerPoint-Präsentation**Schriftsteller auf Reisen – Teil 2
Vom „Modern Travel Writing“ zur
Travel Literature**

Im 20. Jahrhundert entwickelte sich das „travel writing“ der angelsächsischen Tradition über weniger bekannte Vorreiter wie Thesiger, Fermor und Byron, aber auch bekannte Literatur-Nobelpreisträger wie Steinbeck und Naipaul zur modernen „travel literature“. Die Kriterien dieser neuen Literaturgattung werden erläutert und an ausführlichen Besprechungen der Bücher von Chatwin, Theroux und Bryson belegt.

● Kurs 9858**Werner Michaltzik**

Do. 20.08.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Gemeinschaftsschule Quierschied,
neue Mensa
EUR 5,00

Vortrag**Ecuador & Galápagos ...
auf der Straße der Vulkane**

Silvia und Werner Herrmann werden in der Gemeindebücherei Quierschied mit einer Live-Fotoreportage interessante Geschichten und Fotos von einzigartigen Landschaften und einer ungeahnt vielfältigen Pflanzen- und Tierwelt präsentieren.

● Kurs 9859**Werner Herrmann**

Mo. 21.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Gemeindebücherei Quierschied
gebührenfrei
Der Referent unterstützt ein Hilfsprojekt und nimmt hierfür gerne eine Spende an.

BETRIEBSBESICHTIGUNGEN**Besuch des Landtages
des Saarlandes**

Der Landtag des Saarlandes ist die gewählte Vertretung der Bürger. Beim Besuch werden Sie mit den Arbeitsabläufen vertraut gemacht und Sie bekommen einen Einblick in die Arbeit des saarländischen Parlaments mit seinen 51 Abgeordneten. Es erwartet Sie ein Rundgang durch den Plenarsaal und diverse Sitzungssäle, das große, wie kleine Restaurant und weitere Funktionsräume. Darüber hinaus kann auch ein Blick in sonst nicht öffentlich zugängliche Räume geworfen werden, beispielsweise in die „Schatzkammer“ des Landtages und in den Raum der Landespressekonferenz (LPK). Beim Gespräch mit Abgeordneten von verschiedenen Fraktionen werden Getränke und Brezeln gereicht.

● Kurs 9860**Sonja Louis, Besucherdienst (Führung)**

Di. 10.03.2026, 15:00 – 17:00 Uhr
Treffpunkt: Landtag,
Franz-Josef-Röder-Str., 66119 Saarbrücken
gebührenfrei
Bitte Personalausweis mitführen.
Anmeldung erforderlich bis 02.03.2026.

**Besichtigung Saarländischer
Rundfunk**

Wer schon immer einmal wissen wollte, wie und wo der Saarländische Rundfunk seine Radio-, Fernseh- und Internetangebote produziert, kommt an einem Besuch beim SR auf dem Saarbrücker Halberg nicht vorbei. Das Besondere an den Führungen über den Halberg und durch die Funkhaus-Gebäude des Saarländischen Rundfunks ist, dass die Führungen mitten hinein in die Hörfunk- und Fernsehstudios und in die Redaktionen führen, in

**Dozentinnen und
Dozenten****WERNER MICHALTZIK**

» Jahrgang 1952, pensionierter
Polizeibeamter, reist gerne und
liest viel, mehrsprachig, sammelt
unnützes, aber dennoch interes-
santes Wissen, das er gerne in
Vorträgen weitergibt. «



denen die Arbeit gemacht wird. Dadurch kommen Besucherinnen und Besucher in Gruppengröße immer in direkten Kontakt mit den Moderatorinnen und Moderatoren, den Redakteurinnen und Redakteuren, den Technikerinnen und Technikern.

● **Kurs 9861**

SR MitarbeiterIn

Fr. 17.04.2026, 17:30 – 19:30 Uhr

Treffpunkt: SR Halberg,

Franz-Mai-Straße, 66121 Saarbrücken

(vor dem Haupteingang des Konferenzgebäudes des SR)

gebührenfrei

Anmeldung erforderlich bis spätestens 09.04.2026.

Besichtigung HYDAC

Das Unternehmen HYDAC, 1963 im Saarland als Gesellschaft für Hydraulikzubehör gegründet und als Familienunternehmen geführt, hat sich HYDAC stets weiterentwickelt. Als internationaler Firmenverbund verfügt HYDAC über ein globales Netzwerk aus Kompetenz, Qualitätsanspruch und Kundenorientierung. Erfahren Sie bei einer Werksführung am Standort Sulzbach/Neuweiler mehr über das Unternehmen. *Mindestalter 16 Jahre, Anfahrt mit privatem Pkw.*

● **Kurs 9862**

HYDAC MitarbeiterIn

Fr. 29.05.2026, 16:30 – 18:30 Uhr

Treffpunkt: Werk 8 (Filtertechnik)

Justus-von-Liebig-Straße

gebührenfrei

Anmeldung erforderlich bis spätestens 21.05.2026.

Aus Sicherheitsgründen ist es erforderlich, dass wir dem Veranstalter vor Ort die Vor- und Nachnamen, sowie die Adressdaten der teilnehmenden Personen mitteilen. Nennen Sie uns daher bitte bei der Anmeldung den Vor- und Nachnamen und die vollständige Adresse aller Personen.

Mit der Anmeldung zur Besichtigung des Steinkohlekraftwerks Weiher erteilen Sie uns die Einverständniserlaubnis dem Veranstalter vor Ort, Ihre Adressdaten und die Daten aller von Ihnen angemeldeten Personen, mitzuteilen.

Für die Teilnahme ist das Mindestalter von 16 Jahren erforderlich. Minderjährige können nur in Begleitung einer Volljährigen Person teilnehmen.

**Betriebsbesichtigungen
des systemrelevanten
Steinkohlekraftwerks Weiher 3**

Die Energiewende in Deutschland ist im Gange, der Ausbau der Erneuerbaren erfolgt kontinuierlich und mit hohem Aufwand. Gleichwohl sind weiterhin noch steuerbare fossile Kraftwerke für die Energieversorgung in Deutschland unerlässlich. Das Kraftwerk Weiher 3 ist eines davon. Obwohl bereits im Jahr 2017 vorläufig und im weiteren Verlauf endgültig stillgelegt, steht es als systemrelevantes Kraftwerk weiterhin für die Stromversorgung in Deutschland zur Verfügung, um die Versorgungssicherheit mit zu gewährleisten. Im Rahmen einer Besichtigung mit Vortrag, Filmvorführung und Rundgang durch das Kraftwerk werden Einblicke in das Stromversorgungssystem in Deutschland, in den aktuellen Stand der Energiewende und in den eigentlichen

Prozess der Stromerzeugung in einem Steinkohlekraftwerk gegeben.

Für den Kraftwerksrundgang ist festes Schuhwerk und robuste Kleidung erforderlich (keine offenen Schuhe oder Ähnliches).

● **Kurs 8815**

Marc Scheller, ehemaliger Kraftwerksleiter

Fr. 27.03.2026, ab 14:00 Uhr

(ca. 3 – 3,5 Stunden)

Treffpunkt: Infocenter des Kraftwerks Weiher

Kraftwerk Weiher 2, 66287 Quierschied

gebührenfrei

Anmeldung erforderlich/Abmeldung

möglich bis spätestens 20.03.2026.

● **Kurs 9863**

Marc Scheller, ehemaliger Kraftwerksleiter

Fr. 10.07.2026, ab 17:00 Uhr

(ca. 3 – 3,5 Stunden)

Treffpunkt: Infocenter des Kraftwerks Weiher

Kraftwerk Weiher 2, 66287 Quierschied

gebührenfrei

Anmeldung erforderlich/Abmeldung

möglich bis spätestens 02.07.2026

● **Kurs 9863A**

Marc Scheller, ehemaliger Kraftwerksleiter

Sa. 25.07.2026, ab 10:00 Uhr

(ca. 3 – 3,5 Stunden)

Treffpunkt: Infocenter des Kraftwerks Weiher

Kraftwerk Weiher 2, 66287 Quierschied

gebührenfrei

Anmeldung erforderlich/Abmeldung

möglich bis spätestens 17.07.2026

● **Kurs 9863B**

Marc Scheller, ehemaliger Kraftwerksleiter

Di. 11.08.2026, ab 10:00 Uhr

(ca. 3 – 3,5 Stunden)

Treffpunkt: Infocenter des Kraftwerks Weiher

Kraftwerk Weiher 2, 66287 Quierschied
gebührenfrei
*Anmeldung erforderlich/Abmeldung
möglich bis spätestens 04.08.2026*

● Kurs 9863C

Marc Scheller, ehemaliger Kraftwerksleiter

Sa. 22.08.2026, ab 10:00 Uhr

(ca. 3 – 3,5 Stunden)

Treffpunkt: Infocenter des Kraftwerks
Weiher

Kraftwerk Weiher 2, 66287 Quierschied
gebührenfrei
*Anmeldung erforderlich/Abmeldung
möglich bis spätestens 14.08.2026*

WEIL WIR

VOR DIR

RESPEKT HABEN.



Arbeite mit uns im **Team!**

Offene Stellen und Informationen findest Du unter **rehagmbh-jobs.de**

Örtliche Leiterin



Ines Niedermeyer
Örtliche Leiterin
 Birkenweg 64
 66292 Riegelsberg
 Fon 06806 309618
 ines.niedermeyer@freenet.de



Jennifer Rück
Koordination Örtl. vhs
 Altes Rathaus, Zi. 18
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4380
 Fax 0681 506-4393
 jennifer.rueck@rvsbr.de

Anmeldung und Service



Julia Decker
Sachbearbeiterin
 Altes Rathaus, Zi. 2
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4317
 Fax 0681 506-4399
 julia.decker@rvsbr.de



Crocetta Sajja
Sachbearbeiterin
 Altes Rathaus, Zi. 18
 Schlossplatz 1
 66119 Saarbrücken
 Fon 0681 506-4381
 Fax 0681 506-4393
 crocetta.sajja@rvsbr.de

Unterrichtsorte

- Leonardo-Da-Vinci-Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Lindenstr. 9, 66292 Riegelsberg
- Rathaus Riegelsberg sowie Rathaussaal und Rathausgalerie Saarbrücker Straße 31, 66292 Riegelsberg
- Kinder- und Familienzentrum Ronnertswies Jahnstraße 39a, 66292 Riegelsberg
- Malschule/Kreativwerkstatt Atelier Mo Ellerstraße 44, 66292 Riegelsberg
- AWO Seniorenresidenz Am Stumpen, 66292 Riegelsberg
- AWO Seniorenresidenz Rathausstr. 1, 66292 Riegelsberg
- Riegelsberghalle, Vereinsraum Am Stadion, 66292 Riegelsberg
- Mehrgenerationentreff der Gemeinde Riegelsberg, Herchenbacherstr. 66292 Riegelsberg-Walpershofen (ehemalige Sparkasse)
- Haus der Vereine Kurze Str. 5, 66292 Riegelsberg
- Kulturbahnhof Püttlingen Bahnhofstr. 74, 66346 Püttlingen
- Kunst- und Kreativstudio Kopali Ronnertsweg 7, 66292 Riegelsberg
- Ehem. Hauswirtschaftsschule Riegelsberg (Heimatsstube/Lehrküche) Hauerstr. 32A, 66292 Riegelsberg
- Köllertalhalle, Herchenbacherstr. 20, 66292 Riegelsberg

KULTUR UND GESELLSCHAFT

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit der Gemeinde Riegelsberg

Konzert

Rathausmusik on tour – St. Patrick's Day im Gasthaus Elch, Saarbrücker Str. 121, 66292 Riegelsberg

Die Kultband „Rambling Rovers“ entführt Sie mit ihren Jigs, Reels und Polkas in die alte Welt der rauchigen Pubs, der rauen Seefahrt und der irischen Liebeleien. Ursprünglich und kraftvoll – einfach irisch. Vitalität, Fröhlichkeit, Spontaneität und instrumentelle Virtuosität vermitteln irisches Lebensgefühl, lassen Ihre Herzen springen, animieren Sie zum Mitsingen und zum Tanzen. The Power of Irish Folk!!!

Seit mehr als 30 Jahren streifen die „musikalischen Vagabunden“ aus Trier in der deutschen Folkszene umher und haben ihre Songs und Melodien im Gepäck. Feiern Sie den St. Patrick's Day mit Lachen, Musik, einem Hauch irischer Magie und den „Rambling Rovers“.

Das Team vom Elch wird in unnachahmlicher Qualität auch für die entsprechende irische Bewirtung sorgen.

● Kurs 9701

Rambling Rovers

Sa. 21.03.2026, 20:00 – 22:00 Uhr
Gasthaus Elch, Saarbrücker Str. 121, 66292 Riegelsberg

EUR 15,00 (Abendkasse 20 EUR)

Karten im Vorverkauf im Kulturbüro der Gemeinde Riegelsberg, Rathaus,
66292 Riegelsberg, kultur@riegelsberg.de

Internationaler Museumstag

Heimatkundliche Raritäten: Tag der offenen Tür der Heimatstube Riegelsberg

In Kooperation mit dem Verein für Industriekultur und Geschichte e.V.

Die Heimatstube Riegelsberg nimmt zum wiederholten Mal am Internationalen Museumstag teil. Ausgerufen vom Internationalen Museumsrat ICOM öffnen im Jahr 2026 bereits zum 49. Mal die Museen ihre Pforten. In Riegelsberg lädt der Verein für Industriekultur und Geschichte deshalb von 14 – 17 Uhr alle Interessierten ein, seine Sammlung heimatkundlicher Raritäten in der ehemaligen Hauswirtschaftsschule in der Hauerstraße 32a in Riegelsberg zu besuchen. „Dazu laden wir zu Kaffee, selbst gebackenen Kuchen und einer musikalischen Reise durch die 1950er, 60er und 70er Jahre ein“, erklärt die 1. Vorsitzende Dr. Carolin Lehberger.

● Kurs 9702

Verein für Industriekultur und Geschichte

So. 17.05.2026, 14:00 – 17:00 Uhr
Heimatstube Riegelsberg, Hauerstr. 32 a
gebührenfrei

Musik

Volkslieder und Schlager mit rhythmischer Begleitung

Leo Stempel begleitet mit seiner Gitarre die Sängerinnen und Sänger bei der Darbietung von traditionellen Volksliedern und bekannten Schlagern.

● Kurs 9703

Leo Stempel, langjähriger Mitarbeiter in der Seniorenarbeit

Do. 19.03.2026, 15:00 – 16:30 Uhr
AWO Seniorenresidenz, Rathausstraße
gebührenfrei

● Kurs 9703A

Leo Stempel, langjähriger Mitarbeiter in der Seniorenarbeit

Do. 07.05.2026, 15:00 – 16:30 Uhr
AWO Seniorenresidenz, Am Stumpfen
gebührenfrei

Junge vhs – Workshop in den Osterferien Vorhang auf für große Zauberer!

👤 10 – 16 Jahre

Der neue Zauberkurs für Kinder im Alter von 10 bis 16 Jahren.

Bitten geben Sie Ihren Kindern für die Mittagspause etwas zu Essen sowie ausreichend zu Trinken mit.

● Kurs 9704A

Marco Lauer Magic, Zauberkünstler & Illusionist

Do. 16.04.2026, 10:00 – 15:00 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock
EUR 30,00 (inkl. EUR 10,00 Materialkosten)

Junge vhs – Workshop in den Sommerferien

Vorhang auf für kleine Zauberer!

👤 5 – 10 Jahre

Der neue Zauberkurs für Kinder im Alter von 5 bis 10 Jahren.

Bitten geben Sie Ihren Kindern für die Mittagspause etwas zu Essen sowie ausreichend zu Trinken mit.

● Kurs 9704B

Marco Lauer Magic, Zauberkünstler & Illusionist

Fr. 03.07.2026, 10:00 – 15:00 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock
EUR 30,00 (inkl. EUR 10,00 Materialkosten)

Fotografie

Ausstellung

Fotoausstellung des Riegelsberger Künstler's Thomas Quinten

Die Fotoausstellung des Riegelsbergers Thomas Quinten zeigt eindrucksvolle Schwarz-Weiß-Aufnahmen aus dem Bereich der Peoplefotografie. Präsentiert werden ausgewählte Portraits im Großformat thematisch angelehnt an die VHS-Kurse zur Portraitfotografie an der Volkshochschule Riegelsberg, die der Fotograf als Dozent leitet. Die Ausstellung mit großformatigen Exponaten lädt dazu ein, das faszinierende Spiel von Licht und Schatten neu zu entdecken und das Auge für die Schwarz-Weiß-Fotografie zu begeistern.

● Kurs 9705

Thomas Quinten, Fotograf a. D.

Termin bei Drucklegung noch nicht bekannt
Rathaus Riegelsberg, Rathausgalerie
gebührenfrei

Abendkurs und Exkursion

Fotochallenge rund um den Osthafen Saarbrücken

Am ersten Kurstag werden wir in 2 Stunden alles Wissenswerte über den Praxistag und die Challenge erfahren. Bitte dazu schon die eigene Kameraausrüstung mitbringen. Am zweiten Kurstag treffen wir uns zu einem 4 stündige Praxisteil. Der Treffpunkt wird am ersten Kurstag bekannt gegeben. Der Fotokurs ist für alle Fotobegeisterten geeignet, die sich bei einer Fotochallenge rund um den Osthafen Saarbrücken von besonderen Motiven inspirieren lassen wollen. Dabei werden verschiedene Bereiche der Fotografie eine abwechslungsreiche Rolle spielen. Von Architektur über Spiegelungen und Dop-

pelbelichtungen bis hin zu Langzeitbelichtungen wird ein breites Wissensspektrum vermittelt.

Viele Praxistipps runden über den Kurstag hinweg die visuellen Eindrücke ab und finden sich dann in außergewöhnlichen Fotos wieder.

Der Kurs ist für alle geeignet, die ihre Kamera bedienen können und ihr Wissen im Bereich der Fotografie vertiefen wollen.

Voraussetzungen: Digitalkamera oder Analogkamera mit manueller Bedienung. Ein Stativ und ein Kabelfernauslöser für die Kamera ist vorteilhaft, aber nicht zwingend notwendig.

● Kurs 9707

Thomas Quinten, Fotograf a. D.

Fr 19.06.2026 18:00 – 20:00 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock
Fr 26.06.2026 17:00 – 21:00 Uhr
Osthafen Saarbrücken
EUR 50,00

GESCHICHTE UND HEIMATKUNDE

In Kooperation mit dem Verein für Industriekultur und Geschichte e.V.

Vortrag

Entwicklung der heutigen Gemeinde Riegelsberg von Mitte des 18. bis Mitte des 20. Jahrhunderts

Die ursprünglich selbständigen Gemeinden Überhofen, Hilsbach, Gühlenbach und Walpershofen waren durch die Landwirtschaft geprägt. Durch den Abbau von Kohle im Köllertal änderte sich alles grundlegend. Fremde Menschen fanden in unserem Ort Arbeit und Heimat. Der Aufwuchs an Bevölkerung hielt über 100 Jahre an. Damit einhergehend entstanden Neubaugebiete und der Aufbau einer

Dozentinnen und Dozenten



MARCO LAUER

Zauberkünstler & Illusionist

» Komm, lass uns zaubern!
Seit meinem sechsten Lebensjahr fasziniert und fesselt mich die Zauberkunst im wahrsten Sinne des Wortes. Angefangen hat alles ganz klassisch mit dem ersten Zauberkasten. Zauberkunst ist mehr als Täuschung und Illusion. Zauberkunst ist eine internationale Sprache, die jeder versteht: die Sprache des Staunens. Ob Groß oder Klein, Jung oder Alt und egal welcher Herkunft – Zauberkunst verbindet! Genau dieses Gefühl möchte ich durch meine Kurse transportieren und hinaus in die Welt tragen. Und wer weiß, vielleicht hat Dich ja auch schon bald das Zauberfieber gepackt! «

Wasser- und Stromversorgung. Schulen wurden gebaut. Handwerk und Gewerbe erlebten ihre Blütezeit. Aus dieser Zeit gibt es Dokumente, Bilder, Anekdoten. Lassen Sie sich überraschen!

● Kurs 9708

Stephan Lehberger

Do. 23.04.2026, 15:00 – 16:30 Uhr
AWO Seniorenresidenz, Rathausstraße
gebührenfrei

Vortrag

● Kurs 9708A

Stephan Lehberger

Do. 30.04.2026, 15:00 – 16:30 Uhr
AWO Seniorenresidenz, Am Stumpfen
gebührenfrei

Vorstellung Köllertaler Jahrbuch 2025/26

Mit vereinten Kräften hat das Team der Jahrbuchredaktion wieder eine Reihe historischer Ereignisse, bewegender Zeitzeugenberichte und ergreifende Familiengeschichten über das Köllertal zusammengetragen. Herausgekommen ist ein buntes Kaleidoskop historischer und aktueller Ereignisse aus den drei Köllertalkommunen Püttlingen, Heusweiler und Riegelsberg. Das neue Köllertaler Jahrbuch 2025-2026, Band 14, wird am Donnerstag, 2. April, 18 Uhr, im Püttlinger Schlösschen vorgestellt. Redaktionsleiterin Monika Jungfleisch wird im Rahmen der Buchpräsentation mit Bildern und Filmbeiträgen u. a. die 100-jährige Geschichte der Laienschauspielgruppen im Köllertal Revue passieren lassen, an die Evakuierung der Köllertaler zum Beginn des 2. Weltkriegs und ihr Versprechen zur Errichtung eines Kreuzgangs in der Kapelle in Hildburgshausen erinnern und die Geschichte der Tabakfabriken in Heusweiler skizzieren. Vorgestellt werden auch die Entwicklung

des Peterhofs im Wolfsgarten und des Forsthauses Pfaffenkopf in den vergangenen drei Jahrhunderten, das Schicksal Püttlinger NS-Opfer und das Leben des Widerstandskämpfers Dietrich Bonhoeffer exemplarisch für kirchlichen Widerstand in der NS-Zeit. Auch herausragende Menschen aus unserer Region werden für ihr Engagement für das Gemeinwohl gewürdigt. Freuen Sie sich auf eine spannende, bildreiche Einführung in das Werk der 12 Autorinnen und Autoren der Geschichtswerkstatt Köllertal mit Musik, Filmvorführung und Auftritten von Köllertaler Laienschauspieler.

● Kurs 9711

Buchpräsentation: Monika Jungfleisch, Politik-, Geschichtswissenschaftlerin, Journalistin

Do. 02.04.2026 (Gründonnerstag),
18:00 – 20:00 Uhr
Schlösschen Püttlingen
gebührenfrei

Vormittagskurs

Geschichtswerkstatt Köllertal

Die Arbeit der Geschichtswerkstatt umfasst Literatur- und Archivrecherche, Ausstellungen und Veröffentlichungen. Sie verfügt über ein umfangreiches Fotoarchiv und gibt in regelmäßigen Abständen Publikationen rund um die Heimatforschung heraus. In enger Zusammenarbeit mit dem Verein für Industriekultur und Geschichte Köllertal e.V. stehen auch Vorträge und Exkursionen auf dem Programm, die sich der lokalen und regionalen Geschichte widmen. Neue TeilnehmerInnen an der Geschichtswerkstatt sind gerne gesehen, eine wissenschaftliche Vorbildung ist nicht erforderlich. Erwartet werden Interesse an heimatkundlichen Fragen und an der Erstellung digital nutzbarer Publikationen

Dozentinnen und Dozenten



WERNER MICHALTZIK

» Jahrgang 1952, pensionierter Polizeibeamter, reist gerne und liest viel, mehrsprachig, sammelt unnützes, aber dennoch interessantes Wissen, das er gerne in Vorträgen weitergibt. «



zu historischen Ereignissen.

Informationen bei Monika Jungfleisch unter Fon 06806 2355.

● **Kurs 9712**

Monika Jungfleisch, Politik-, Geschichtswissenschaftlerin, Journalistin

Mi. 11:00 – 12:30 Uhr, 3 Termine 18.03., 20.05., 17.06.2026

Kulturbahnhof Püttlingen
gebührenfrei

PowerPoint-Präsentation

Mit dem Fahrrad unterwegs im Ruhrgebiet

Ruhrpott: Hütten, Bergbau, Dreck, Menschen, Verkehr!

Kann man da Rad fahren? O ja, man kann, und zwar sehr angenehm meist auf verkehrsarmen grünen Wegen durch Wälder und Parks, auf die der Referent genauer eingeht. Zu sehen gibt es natürlich auch viel Industriekultur wie bei uns, nur größer und mit mehr Geld vorzeigbar ausgestattet. Darüber hinaus lohnen die Städte Essen, Mülheim, Duisburg, Oberhausen, Bochum und Hattingen ein genaueres Hinschauen, wie die mit power-point gezeigten Bilder beweisen.

● **Kurs 9714**

Werner Michaltzik

Di. 16.06.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Raum 103, 1. Stock
EUR 5,00

PowerPoint-Präsentation

Schlösser der Loire – mit dem Fahrrad

Mit vielen Bildern und wesentlichen Informationen zu Geographie und Geschichte unterlegt der Referent vier Radtouren rund um Tours zu einigen Schlössern der Loire – darunter Amboise, Chambord, Usse und Villandry. Landschaften und

Besonderheiten werden gezeigt und beschrieben. Ein kurzer Blick auf Tours und Orleans rundet das Gesamtbild der Touraine ab.

● **Kurs 9715**

Werner Michaltzik

Mo. 22.06.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock
EUR 5,00

Filmvortrag in Großprojektion

La Palma

La Palma, auch „Isla Bonita“ – „die Schöne“ genannt, ist die westlichste der kanarischen Inseln und gehört mit einer Fläche von rund 700 km² zu den kleineren des Archipels. Sie ist eine im wahrsten Sinn des Wortes bezaubernde Insel mit von Kiefern bewaldeten Bergen, dschungelartigen Lorbeerwäldern, atemberaubenden Vulkanlandschaften, Weinterrassen und Bananenplantagen. Im milden Klima des ewigen kanarischen Frühlings bietet La Palma ein ganzjähriges Reiseziel.

● **Kurs 9717**

Holger Lohmann

Do. 28.05.2026, 15:00 – 16:30 Uhr
AWO Seniorenresidenz, Rathausstraße
gebührenfrei

**PÄDAGOGIK UND
PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG**

Elternschule

Vortrag

Future Skills für Kinder: Welche Fähigkeiten morgen zählen – und wie Eltern sie heute fördern können

Wie bereiten wir unsere Kinder auf eine Zukunft vor, die wir selbst noch nicht kennen? Neben Wissen werden Fähigkeiten wie Problemlösungsdenken, Kreativität,

**Dozentinnen und
Dozenten**



MONIKA JUNGFLEISCH

**Politik-, Geschichtswissenschaftlerin,
Journalistin**

» Geschichte und Politik haben mich schon von klein auf interessiert. Was mich jedoch gelangweilt hat, war bloßes Auswendiglernen von Daten. Damit kann ich bis heute nicht viel anfangen. Mich interessieren die Geschichten hinter den Daten und Urkunden. Kurzum, mich interessieren die Menschen, die unsere Vergangenheit gestaltet, durchlebt und auch vieles erlitten haben. Deshalb dreht sich in unserer Geschichtswerkstatt alles darum, wie unsere Vorfahren ihren Alltag gemeistert und besondere (welt-)geschichtliche Ereignisse erlebt haben. Wenn in Berlin die Synagogen gebrannt haben, was passierte zu dieser Zeit vor unserer Haustür? Das ist total spannend und wirft häufig ein neues Licht auf unsere Heimatgeschichte. «

Kommunikationsstärke und ein sicherer Umgang mit digitalen Medien immer bedeutender. Dieser Abend zeigt, welche Kompetenzen künftig gefragt sind – und wie Sie als Eltern die Entwicklung dieser Future Skills spielerisch und praxisnah unterstützen können. Neben kurzen theoretischen Impulsen gibt es Raum für Austausch, Fragen und praktische Anregungen, die Eltern im Familienalltag umsetzen können.

● **Kurs 9718**

Nicole Burkert-Arbogast, Susanne Wilhelm, Erziehungswissenschaftlerinnen, M.A., systemische Therapeutinnen

Do. 19.03.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Raum 105, 1. Stock
gebührenfrei

Vortrag

Perfektion loslassen: „Gut genug“ reicht und wie Eltern entspannt bleiben

Zwischen Schulstress, Freizeitorganisation und Erziehungsansprüchen fühlen sich viele Eltern unter Druck, alles „richtig“ machen zu müssen. Doch ständiger Perfektionismus führt oft zu Überforderung – bei Eltern und Kindern. Wir besprechen, warum „gut genug“ völlig ausreicht, wie Sie realistische Erwartungen entwickeln und im Familienalltag mehr Gelassenheit finden. Eltern müssen nicht alles perfekt machen. An diesem Abend geht es darum, wie Sie den Druck rausnehmen. Neben kurzen theoretischen Impulsen gibt es Raum für Austausch, Fragen und praktischen Anregungen, die Eltern im Familienalltag umsetzen können.

● **Kurs 9719**

Nicole Burkert-Arbogast, Susanne Wilhelm, Erziehungswissenschaftlerinnen, M.A., systemische Therapeutinnen

Do. 21.05.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Raum 105, 1. Stock
gebührenfrei

Vorträge im Rahmen der Elternschule in Kooperation mit der AWO-Kita in Riegelsberg

Vortrag

ADHS im Kindesalter – verstehen, begleiten, unterstützen

Immer mehr Kinder erhalten die Diagnose ADHS (Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung) – doch was bedeutet das eigentlich genau? Wie lässt sich ADHS erkennen, welche Ursachen spielen eine Rolle, und wie können Eltern, Lehrkräfte und Betreuungspersonen betroffene Kinder sinnvoll unterstützen? In diesem Vortrag erhalten Sie einen fundierten Überblick über das Erscheinungsbild ADHS im Kindesalter: von typischen Symptomen über Diagnosekriterien bis hin zu aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen zu Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten. Dabei wird sowohl auf die Herausforderungen als auch auf die Stärken von Kindern mit ADHS eingegangen. Ein besonderer Fokus liegt auf praktischen Tipps für den Alltag: Wie kann der Umgang im Familienleben oder im pädagogischen Umfeld erleichtert werden? Was hilft Kindern mit ADHS wirklich – und was nicht?

● **Kurs 9720**

Marianne Andrea Frank, zertifizierte Elterntainerin bei ADS/ADHS

Mi. 06.05.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Kinder- und Familienzentrum Ronnertswies, 66292 Riegelsberg
gebührenfrei

Vortrag

Gewaltfreie Kommunikation

Würde mein Kind doch einfach machen, was ich sage. Kennen Sie diesen Gedanken? Ständig Streitereien übers Aufräumen, Anziehen, zu Bett gehen oder Zähne putzen? Ich zeige Ihnen eine Methode, wie Sie mit ihrem Kind in Verbindung kommen, die Bedürfnisse erkennen und so ein harmonisches Miteinander schaffen.

● **Kurs 9721**

Sandra Freynhofer, Selbstbehauptungs- und Resilienztrainerin

Do. 23.04.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Kinder- und Familienzentrum Ronnertswies, 66292 Riegelsberg
gebührenfrei

Junge vhs – Sommerferien

Workshop

Mobbing Prävention Basiskurs – für löwenstarke Kinder

👤 6 – 10 Jahre

Untersuchungen der Bertelsmann Stiftung ergaben, dass jedes 3. Kind in Deutschland im Alltag Erfahrungen mit Mobbing und überfordernden Konfliktsituationen macht. Es wird immer wichtiger, Kindern mentale Stärke, Widerstandsfähigkeit und den achtsamen, respektvollen und liebevollen Umgang mit sich und anderen zu vermitteln. Neben Strategien für verschiedene Konfliktsituationen geht es hier auch um die Wahrnehmung von Grenzen, Selbstliebe und Empathie sich und anderen gegenüber. Die Kinder erlernen Strategien für alltägliche Herausforderungen, Mobbing-Prävention und Stärkung des Selbstbewusstseins. Die Inhalte werden durch einen Methodenmix aus interaktiven Rollenspielen, spannenden Geschichten und Gesprächsrunden zur Wissens-

vermittlung in kindlicher Sprache und mit viel Spiel und Spaß vermittelt. Am Ende des Trainings werden die Kinder durch unterschiedliche Situationen getestet und bekommen bei richtigem Verhalten eine Urkunde. Damit sich das Gelernte im Unterbewusstsein festigen kann, wird die letzte Stunde mit einer Meditation beendet. Der Kurs sollte nachhaltig sein, daher bekommen die Eltern am letzten Termin eine ca. 30-minütige Info, was und wie vermittelt wurde. Das Training basiert auf dem Konzept vom TÜV-zertifizierten Ausbildungsinstitut „Stark auch ohne Muckis“.

Der Kurs ist geeignet für Kinder im Alter von 6 – 10 Jahren. Wasser, Obst und Rohkost werden gestellt.

● **Kurs 9723**

Sandra Freynhofer, Selbstbehauptungs- und Resilienztrainerin

Mo. 3.8. + Di. 4.8. + Mi. 5.8.2026

3 Termine jeweils 9:00 – 13:00 Uhr

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Meditationsraum

EUR 74,00

RECHT- UND VERBRAUCHERSCHUTZ

Vortrag

Die häufigsten Fehler beim Testament vermeiden

Bezüglich des Erbrechtes bestehen bei künftigen Erblassern und Erben vielfach schwerwiegende Irrtümer – mit oft katastrophalen Folgen für das Vermögen. Haben Geschwister bzw. Nichten und Neffen ein Pflichtteilsrecht? Erbt bei kinderlosen Ehegatten der Überlebende alles? Ist ein Testamentsvollstrecker nur bei großen Vermögen möglich? Muss ein Testament zu seiner Wirksamkeit hinterlegt werden? Kann ein notarielles Testament durch ein handschriftliches Testament ersetzt und abgeändert werden? Muss man nach einer Scheidung erbrechtlich nichts mehr regeln? Der Vortrag gibt konkrete Anweisungen und Anleitungen, wie diese Fehler rechtssicher vermieden und dadurch das Familienvermögen und der Familienfriede erhalten werden können.

● **Kurs 9727**

Klaus Herrmann, Fachanwalt Erbrecht

Do. 11.06.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Rathaus Riegelsberg, Rathausgalerie

EUR 5,00

Vortrag

Photovoltaik für Privathaushalte

Der Vortrag bietet einen kompakten Überblick über zentrale Aspekte rund um Photovoltaikanlagen – von den Grundlagen bis zur konkreten Umsetzung. Schritt für Schritt werden wichtige Themen praxisnah und verständlich vermittelt: Grundlagen zur Photovoltaik, von der Idee zur Realisierung (sinnvolle Planungsschritte), Auslegung & Planung (mit Kenngrößen und Beispielprojekt), Wirtschaftlichkeit (inklusive Kennzahlen und Beispielrech-

nung) sowie eine Zusammenfassung (zentrale Erkenntnisse im Überblick).

Anmeldung unter

www.verbraucherzentrale-saarland.de/veranstaltungen

● **Kurs 9730**

Alisha Neroth, Energieberaterin der Verbraucherzentrale Saarland

Mi. 18.03.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Raum 103, 1. Stock gebührenfrei

Vortrag

Wärmepumpe für mein Haus

Denken Sie an eine Heizungserneuerung in Ihrem Bestandsgebäude? Heizen Sie mit Öl oder Gas, vielleicht auch Kohle oder Koks oder einer Nachtstromspeicherheizung? Das Gebäudeenergiegesetz 2024 will fossile Brennstoffe beim Heizen begrenzen und ab 2045 eindämmen. Da bietet es sich an, über die Umstellung auf eine Wärmepumpenheizung nachzudenken. Christine Mörgen, Energieberaterin der Verbraucherzentrale, geht in ihrem Vortrag u. a. auf folgende Fragen ein: Wie funktioniert eine Wärmepumpe? Welche Voraussetzungen braucht man, damit man sie effizient betreiben kann? Muss ich mein Haus sanieren? Mit welchen Investitionskosten muss ich rechnen? Was ist beim Betrieb einer Wärmepumpe zu beachten? Kann ich Erdwärme nutzen? Ist eine Eigenstromnutzung mit Photovoltaik sinnvoll?

Anmeldung unter

www.verbraucherzentrale-saarland.de/veranstaltungen

● **Kurs 9731**

Christine Mörgen, Energieberaterin der Verbraucherzentrale Saarland e. V.

Mi. 17.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Rathaus Riegelsberg, Rathausgalerie gebührenfrei

Vortrag**Sicherheit auf Urlaubsreisen**

Wer fährt nicht gerne in Urlaub? Entspannen, ausschlafen, schönes Wetter ... Doch haben Sie sich schon einmal mit dem Thema „Notausgänge auf Reisen“ beschäftigt – auf Schiffen, im Bus oder Flugzeug, in der Bahn, auf der Autobahn oder im Hotel? Was unternimmt man bei einer Notsituation oder einem Alarm? Denn es gibt fast überall Fluchtwege, Notausstiege und Rettungshilfen, die im Ernstfall Leben retten. Folgen Sie unserem Dozenten auf seiner Urlaubsreise und erhalten Sie bei diesem interessanten Vortrag viele nützliche Tipps, die Sie im Notfall vor körperlichem oder materiellem Schaden bewahren können.

● **Kurs 9735**

Rolf Weber, Dipl.-Ing. Arbeitsschutz- und Arbeitssicherheitsexperte

Di. 24.03.2026, 19:00-20:30 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Raum 103, 1. Stock
gebührenfrei

Vortrag**Sicher wohnen – Schutz vor Einbruchdiebstahl**

Die Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle informiert Sie im Rahmen eines Vortrags, wie Sie mit technischen Maßnahmen Ihr Haus oder Ihre Wohnung einbruchhemmend nachrüsten können und gibt wichtige Verhaltenshinweise um Einbrüche zu verhindern.

● **Kurs 9736**

Reiner Both, Kriminalhauptkommissar

Do. 26.03.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Raum 105, 1. Stock
gebührenfrei

Vortrag**Straftaten zum Nachteil älterer Menschen**

Betrüger/Innen sind kreativ und entwickeln ständig neue Methoden, nutzen neue Technologien und ändern Ihre Taktiken, um nicht entdeckt zu werden. Gehen Sie auf Nummer sicher, indem Sie sich mit Ihren Betrugsmaschen vertraut machen. Aktuelle Fälle zeigen, dass die Täter immer aggressiver vorgehen. Es werden Themen vom Geldbeutel/Taschendiebstahl über Schockanrufe mit aktuellen Fällen, über die Nutzung von künstlicher Intelligenz aufgezeigt. Zahlreiche Hinweise, Tipps und Infomaterialien werden kostenlos zur Verfügung gestellt.

● **Kurs 9737**

Patrick Rubeck, Dezernat Polizeiliche Kriminalprävention

Di. 12.05.2026, 17:00 – 18:30 Uhr
Rathaus Riegelsberg, Rathausgalerie
gebührenfrei

FREMDSPRACHEN**Deutsch****Nachmittagskurs****Mama lernt Deutsch**

Bei diesem Kurs handelt es sich um ein niedrigschwelliges Kursformat, das als Vorstufe zu den Integrationskursen des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge gedacht ist. Es soll Spaß am Deutschlernen vermitteln und als sozialer Treffpunkt und als Ort der Begegnung dienen. Der Kurs richtet sich ausdrücklich nicht nur an ukrainische Frauen und Männer, sondern auch an andere Bewohnerinnen und Bewohner aus Riegelsberg mit wenig Deutschkenntnissen.

● **Kurs 9738**

Stefan Kees

Mi. + Mo. 15:30 – 18:00 Uhr
ab 11.03.2026, 18 Termine
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock
60 UST, gebührenfrei

Englisch**Vormittagskurs****Englisch – Niveau B1**

Dieser Kurs richtet sich an Lernende, die über gute Grundkenntnisse der englischen Sprache verfügen und in der Lage sind, kleine Gespräche zu führen und gesprochenes Material zu verstehen. In einer entspannten und freundlichen Atmosphäre können die Teilnehmer/innen ihre Konversationsfähigkeit weiter verbessern, ihren Wortschatz erweitern und einige der grundlegenden Grammatikkenntnisse wiederholen.

Lehrbuch: Empower Second Edition B1 (Students Book mit Ebook) – ab Unit 9.

● **Kurs 9739**

Francesca Bertelli

Mi. 09:00 – 10:30 Uhr
ab 11.03.2026, 15 Termine
Riegelsberghalle, Vereinsraum
30 UST, EUR 85,00 (64,00)

Vormittagskurs**Englisch – Niveau B2**

Ohne Englisch kommt man heute kaum noch aus – sowohl im Privatleben als auch im Beruf. Deshalb sind sichere und fortgeschrittene Englischkenntnisse sehr wichtig. Mit diesem Kurs frischen Sie Ihr Englisch auf und heben es auf die nächste Stufe. Wir werden multimediales Material, Audio- und schriftliche Texte verwenden und das Sprechen fördern, um die Kommunikationsfähigkeit zu

verbessern. Gleichzeitig werden wir auch fortgeschrittene Grammatikthemen wie Konditionalverben, Modalverben, Satzbau und vieles mehr behandeln.

Das Lehrmaterial wird zu Beginn bekannt gegeben.

● **Kurs 9741**

Francesca Bertelli

Mi. 10:30 – 12:00 Uhr

ab 11.03.2026, 15 Termine

Riegelsberghalle, Vereinsraum

30 UST, EUR 85,00 (64,00)

Französisch

Abendkurs

Französisch Konversation B1/B2

● **Kurs 9743**

Patricia Neises

Di. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 10.03.2026, 14 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule

Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock

28 UST, EUR 79,00 (59,00)

Vormittagskurs

Französisch Konversation B2/C1

● **Kurs 9744**

Patricia Neises

Do. 10:00 – 11:30 Uhr

ab 12.03.2026, 12 Termine

Riegelsberghalle, Vereinsraum

24 UST, EUR 68,00 (51,00)

Italienisch

Abendkurs

Italienisch A1 Stufe 2

Lehrbuch: Con piacere nuovo, Verlag

Klett-Langenscheidt

● **Kurs 9745**

Ilaria Pusceddu

Mi. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 11.03.2026, 14 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule

Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock

28 UST, EUR 79,00 (59,00)

Abendkurs

Italienisch A2 Stufe 2

Lehrbuch: Con piacere A2 neu, Verlag

Klett-Langenscheidt

● **Kurs 9746**

Ilaria Pusceddu

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 11.03.2026, 14 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule

Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock

28 UST, EUR 79,00 (59,00)

Spanisch

Nachmittagskurs

Spanisch mit Muße

(AnfängerInnen A1 – Modul 2)

In einer kleinen Gruppe lernen Sie Spanisch ohne Leistungsdruck. Die Kursleiterin Roggero Manrique ist eine spanische Muttersprachlerin. Sie orientiert sich am Lernfortschritt der Gruppe und übt alle neuen Wörter und Grammatik mit ihnen ein. Bald können Sie erste Sätze verstehen und selbst sprechen: sich begrüßen und vorstellen, nach dem Weg fragen oder sich verabschieden. Gleichzeitig erfahren Sie Interessantes über die Sehenswürdigkeiten. Alles auf lehrreiche, attraktive, lebendige und unterhaltsame Weise.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1

(Klett Verlag), ab Lektion 3

● **Kurs 9747**

Sandra Edith Roggero Manrique

Do. 16:30 – 18:00 Uhr

ab 12.03.2026, 12 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule

Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock

24 UST, EUR 68,00 (51,00)

Dozentinnen und Dozenten



FRANCESCA BERTELLI

Dozentin für Englisch

» Nachdem ich mein Studium in Florenz beendet hatte, zog ich nach New York City, das dann für fünfundzwanzig Jahre meine Heimatstadt wurde. Ich habe eine echte Leidenschaft für das Unterrichten und liebe es, mein Wissen über die englische Sprache sowie die Kultur und Geschichte der englischsprachigen Länder weiterzugeben. In meinem Unterricht verwende ich eine Vielzahl von Medien, von Kursbüchern über Zeitungsartikel bis hin zu Videos und Audios, wobei ich immer den besten Weg finde, jede Unterrichtsstunde engagiert und angemessen auf die TeilnehmerInnen abzustimmen. Ihre Verbesserungen sind mein Erfolg, und ich bin sehr stolz darauf, Ihre Sprachkenntnisse auf das nächste Niveau zu bringen. «

Abendkurs

Spanisch für AnfängerInnen (A1)

Unter der Anleitung einer erfahrenen Muttersprachlerin.

Möchten Sie eine neue Sprache lernen und in die faszinierende Welt der spanischen und lateinamerikanischen Kultur eintauchen? Dann ist unser Spanisch Anfängerkurs genau das Richtige für Sie! In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen der spanischen Sprache. Wir legen besonderen Wert auf praxisnahe Sprech- und Hörübungen, damit Sie sich schnell in alltäglichen Situationen verständigen können. Der Kurs bietet eine perfekte Balance aus Grammatik, Wortschatz und kulturellen Einblicken.

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A1 (Klett-Verlag)

● Kurs 9747A

Sandra Edith Roggero Manrique

Do. 18:30 – 20:00 Uhr

ab 12.03.2026, 12 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock
24 UST, EUR 68,00 (51,00)

KREATIVES GESTALTEN

Keramik

Abendkurs

Keramik-Kurs für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Sie lernen, mit verschiedenen Techniken, Tonmasse eine Form zu geben. So können Gebrauchsgegenstände wie Vasen, Teller, Schüsseln und Tassen entstehen, aber auch schöne dekorative Wandarbeiten und Objekte. Ihrer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Die fertigen Stücke werden gebrannt und glasiert. Der Kurs ist für AnfängerInnen und Fortgeschrittene geeignet. Ton und Glasur sind im

Werkraum vorhanden. Bringen Sie bitte ein altes Baumwolltuch und ein kleines Messer mit. Ich freue mich auf unser gemeinsames Schaffen.

● Kurs 9748

Brigitte Engels

Di. 18:00 – 20:15 Uhr

ab 10.03.2026, 10 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Werkraum 1
30 UST, EUR 95,00

Nähen

Wochenendkurs

Flexibel und bunt, für jeden etwas dabei – Nähkurs für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Gemeinsam nähen wir Ihre Lieblingsstücke. Für Nähanfänger geht es um die Vermittlung von Grundkenntnissen im Nähen und Zuschneiden sowie um die Einführung in den Umgang mit der Nähmaschine. Für Fortgeschrittene gibt es Hilfe und Tipps bei Projekten. Es kann genäht werden was gefällt, Kinder- und/oder Erwachsenenbekleidung, Taschen oder Deko.

Wichtig: Mitzubringen sind Nähmaschine und ein Projekt mit dazu gehörigem Material.

● Kurs 9751A

Barbara Schmiedel, Goldschmiedemeisterin

Sa. 28.03.2026, 15:00 – 20:00 Uhr

So. 29.03.2026, 10:00 – 16:00 Uhr

Mehrgenerationentreff Walpershofen Herchenbacher Str. 1 66292 Rgb
15 UST, EUR 49,00

Wochenendkurs

● Kurs 9751B

Barbara Schmiedel, Goldschmiedemeisterin

Sa. 02.05.2026, 15:00 – 20:00 Uhr

So. 03.05.2026, 10:00 – 16:00 Uhr

Mehrgenerationentreff Walpershofen Herchenbacher Str. 1 66292 Rgb
15 UST, EUR 49,00

Wochenendkurs

● Kurs 9751C

Barbara Schmiedel, Goldschmiedemeisterin

Sa. 30.05.2026, 15:00 – 20:00 Uhr

So. 31.05.2026, 10:00 – 16:00 Uhr

Mehrgenerationentreff Walpershofen Herchenbacher Str. 1 66292 Rgb
15 UST, EUR 49,00

Stricken & Häkeln

Abendkurs

Stricken und Häkeln kreativ und meditativ

Rund, eckig, dreidimensional – alles was sich häkeln oder stricken lässt, vom Erlernen der Grundlagen bis zum Erstellen aufwändiger Teile – all das ist in diesem Kurs möglich. Kleidung, Tiere/Figuren, Decken und vieles mehr: Verrücktes und Praktisches, Traditionelles und Modernes warten auf Verwirklichung.

Material, falls vorhanden, bitte mitbringen – alles Weitere wird am ersten Abend besprochen.

Fragen zum Kursinhalt gerne vorab an die Kursleiterin unter Tel. 06806 45681 oder le-bec@gmx.de.

● Kurs 9752

Barbara Schnabel

Do. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 12.03.2026, 6 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Raum 103, 1. Stock
12 UST, EUR 52,50

Abendkurs

● Kurs 9752A

Barbara Schnabel

Do. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 07.05.2026, 6 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Raum 103, 1. Stock
12 UST, EUR 52,50

Bildende Kunst

Abendkurs

Aquarell am Abend für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Die Aquarelltechnik ermöglicht uns sowohl schnell und spontan als auch vielschichtig und genau zu arbeiten. Mittels Vorlagen oder frei, fangen wir Farben und Stimmungen ein und lassen uns vom Prozess leiten.

Sie lernen, die Formen zu erfassen und Licht und Schatten zu setzen. Sie erfahren alles über den Einsatz der Farben und werden unterschiedliche Gestaltungsmöglichkeiten kennenlernen. Fotovorlagen können mitgebracht werden.

Alltagsgegenstände und Fundstücke aus der Natur dienen uns als Anschauungsmaterial und sind gleichzeitig auch Ausgangspunkt für unsere künstlerischen Experimente.

Informationen vorab unter

Fon 06806 3321.

● Kurs 9755

Brigitte Weiland, Dipl.-Designerin & freie Künstlerin (BBK)

Di. 18:30 – 20:30 Uhr

ab 10.03.2026, 8 Termine

Malschule und Kreativwerkstatt Atelier Mo
21 UST, EUR 68,00

Abendkurs

Experimentelles Gestalten

In diesen Kursen werden traditionelle Techniken mit außergewöhnlichen Materialien und Werkzeugen kombiniert. Die Dozentin Tatjana Freiler ist mit frischen Ideen Impulsgeber und lädt herzlich zu 7 spannenden und entspannenden Kreativabenden ein. Vom experimentellen Schablonendruck über Roll- und Tupftechniken bis hin zu Tricks der fotorealistischen Malerei lernen Sie viele neue Techniken kennen. Mit den erlernten Techniken finden Sie zu individueller Kreativität und erschaffen neben klassischen Kunstwerken auch jahreszeitliche Dekorationen.

Der passende Raum und alle Materialien sind vorhanden, und dazu eine Dozentin, die Sie mit Charme, Witz und einer gehörigen Portion künstlerischer Leidenschaft anstecken und begleiten wird. Kunsthistorische Geschichten zu den einzelnen Techniken, Kunstepochen und Künstlern werden diesen Kurs beleben und erfrischen.

Malkittel oder Kleidung, die bunt und lustig werden darf, wird empfohlen.

● Kurs 9758

Tatjana Freiler, freie Künstlerin

Mi. 18:00 – 20:15 Uhr

ab 18.03.2026, 7 Termine

Kunst- und Kreativstudio Kopali
21 UST, EUR 55,00 (41,00)

Dozentinnen und Dozenten



BRIGITTE WEILAND

Dozentin für Malen und Zeichnen

» Ich bin Diplom-Designerin und freie Künstlerin und arbeite seit 1998 als Dozentin bei der vhs Regionalverband Saarbrücken. Neben meiner eigenen künstlerischen Arbeit liebe ich es, mit meinen Kursteilnehmerinnen und -teilnehmern in der Gruppe zu arbeiten. Zu sehen, wie sich die eigene „malerische Handschrift“ bei ihnen entwickelt, erfreut und fasziniert mich immer wieder. Wer malt und zeichnet, sieht auch seine Umwelt mit neuen, anderen Augen. Plötzlich werden Farben und Formen aktiv wahrgenommen. Das zu vermitteln und dabei zu unterstützen, ist mein Anliegen und meine Passion in meinen Kursen. «

Schmuck

Workshops in den Ferien

Junge vhs

Schmuck selbst entwerfen und herstellen

✱ für Kinder ab 8 Jahren

Ein Schmuckstück nach eigenen Ideen und Vorstellungen entwerfen. Es stehen verschiedene Materialien zur Verfügung, das Werkzeug wird gestellt.

● Kurs 9759

Eva Hentges

Di. 14.04.2026, 16:00 – 17:30 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock
EUR 19,00 (inkl. EUR 9,00 Materialkosten)

Junge vhs

● Kurs 9759A

Eva Hentges

Di. 07.07.2026, 16:00 – 17:30 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock
EUR 19,00 (inkl. EUR 9,00 Materialkosten)

Junge vhs

● Kurs 9759B

Eva Hentges

Di. 28.07.2026, 16:00 – 17:30 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock
EUR 19,00 (inkl. EUR 9,00 Materialkosten)

Workshop

Schmuck selbst entwerfen und herstellen für Erwachsene

Entwerfen Sie ein Schmuckstück nach Ihren eigenen Ideen und Vorstellungen. Es stehen verschiedene Materialien zur Verfügung wie Glas- und Metallperlen, Polaris, versilberte Elemente u.v.m. Werkzeug wird gestellt.

● Kurs 9760

Eva Hentges

Di. 14.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock
EUR 10,00 (zzgl. Materialkosten, die bar vor Ort zu entrichten und abhängig vom jeweiligen Schmuckstück sind)

Workshop

● Kurs 9760A

Eva Hentges

Di. 12.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock
EUR 10,00 (zzgl. Materialkosten, die bar vor Ort zu entrichten und abhängig vom jeweiligen Schmuckstück sind)

Workshop

● Kurs 9760B

Eva Hentges

Di. 07.07.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock
EUR 10,00 (zzgl. Materialkosten, die bar vor Ort zu entrichten und abhängig vom jeweiligen Schmuckstück sind)

Workshop

● Kurs 9760C

Eva Hentges

Di. 28.07.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock
EUR 10,00 (zzgl. Materialkosten, die bar vor Ort zu entrichten und abhängig vom jeweiligen Schmuckstück sind)

Workshop

Blumengesteck in Eierform

Kreieren Sie ein bezauberndes österreichisches Blumengesteck in außergewöhnlicher Eierform. Wir formen zwei Eier aus Heu und

fügen sie geschickt zu einem dekorativen Gefäß zusammen, das wir anschließend mit frischen Frühlingsblumen kunstvoll bestücken. Das fertige Gesteck wird zum stimmungsvollen Blickfang für die Oster-tafel oder als Dekoration im Eingangsbe-reich.

Gartenschere, Schere und Drahtschere bitte mitbringen.

● Kurs 9764

Susanne Hübschen, Floristin

Do. 26.03.2026, 18:30 – 20:45 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Werkraum 1
EUR 15,00 (zzgl. Materialkosten, die bar vor Ort zu entrichten sind)

Workshop

Muttertagsherz

Zum Muttertag gestalten wir ein liebevolles Drahtherz als besonderes Geschenk oder Dekoration. Wir formen ein Herz aus Draht und schmücken es mit einer harmonischen Kombination aus zartem Schleierkraut, duftendem Eukalyptus sowie Trocken- und Seidenblumen. Das blühende Herz wird zum dauerhaften Geschenk, das Ihre Zuneigung auf besondere Weise zum Ausdruck bringt.

Gartenschere, Schere und Drahtschere bitte mitbringen.

● Kurs 9765

Susanne Hübschen, Floristin

Do. 30.04.2026, 18:30 – 20:45 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Werkraum 1
EUR 15,00 (zzgl. Materialkosten, die bar vor Ort zu entrichten sind)

Workshop

Mach was aus Draht

Entdecken Sie die vielseitigen Möglichkeiten der Drahtkunst und lernen Sie, aus gewöhnlichem Wickeldraht großartige

Skulpturen zu gestalten. Wir formen gemeinsam dekorative Objekte wie filigrane Herzen, praktische Körbchen oder andere kreative Drahtfiguren für Haus und Garten. Ihrer Fantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt – bringen Sie Ihre eigenen Ideen mit ein.

Gartenschere, Schere und Drahtschere bitte mitbringen.

● Kurs 9766

Susanne Hübschen, Floristin

Do. 18:30 – 20:45 Uhr

ab 13.08.2026, 2 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Werkraum 1

EUR 30,00 (zzgl. Materialkosten, die bar vor Ort zu entrichten sind)

GESUNDHEITSBILDUNG

Workshop

Kosmetik selber machen – kreativ & individuell

Salben, Lotionen und Gele aus dem Drogeriemarkt? Kann man kaufen – oder einfach selbst herstellen! Pflegende Produkte aus eigener Herstellung sind etwas ganz Besonderes. In diesem Kurs stellen wir gemeinsam eine pflegende Salbe, ein erfrischendes Gel und eine leichte Lotion her – mit Düften, die Sie sich selbst aussuchen. Sie erfahren, wie Rezepte aufgebaut sind, worauf man bei Haltbarkeit und Anwendung achten sollte und wie Sie Produkte an Ihre eigenen Wünsche anpassen können. Am Ende nehmen Sie nicht nur Ihr persönliches Pflegepaket mit nach Hause, sondern auch viele Ideen zum Selbermachen. Unkosten für Material sind in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: zwei Geschirrtücher und – wer möchte geeignete Abfüllgefäße und ein Lieblingsparfüm.

● Kurs 9767

Stephanie Blaes, Apothekerin

Fr. 13.03.2026, 18:00 – 20:30 Uhr

Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB,

Hauerstr. 32A, Lehrküche

EUR 35,00 (inkl. 15 EUR Materialkosten)

junge vhs – Osterferien

Mix your own Kosmetik – Ferienkurs für Teens

Lotion und Sportgel aus dem Laden? Langweilig! In diesem Kurs rührst du dir deine eigenen Pflegeprodukte zusammen: Ein frisches Sport- oder Kühlgel und eine leichte Lotion. Du entscheidest welcher Duft reinkommt- so werden deine Produkte echt einzigartig. Und das Beste: Am Ende hast du ein eignes Pflegepaket zum Mitnehmen! Unkosten für Material sind in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: zwei Geschirrtücher und – wer möchte geeignete Abfüllgefäße und ein Lieblingsparfüm Unkosten für Material sind in der Kursgebühr enthalten.

● Kurs 9767A

Stephanie Blaes, Apothekerin

Fr. 10.04.2026, 15:00 – 17:30 Uhr

Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB,

Hauerstr. 32A, Lehrküche

EUR 35,00 (inkl. 15 EUR Materialkosten)

ENTSPANNUNG, BEWEGUNG UND STRESSBEWÄLTIGUNG

Selbsterfahrungskurs

Stressprävention und Stressbewältigung – Dem Stress die Stirn bieten

Der Kurs richtet sich an erwachsene Personen, die unter Stress und hohen Anforderungen im Alltag bereits leiden oder einer stressbedingten Überforderung vorbeugen möchten. Er zielt darauf ab, das Wissen der Teilnehmenden zu erweitern

Dozentinnen und Dozenten



TATJANA FREILER

Freie Künstlerin

» In meinen Kursen verbinde ich traditionelle Techniken mit außergewöhnlichen Materialien und Werkzeugen. Vom experimentellen Schablonendruck über Roll- und Tupftechniken bis hin zu Tricks der fotorealistischen Malerei lernen die TeilnehmerInnen viele neue Techniken kennen. Dabei stehen Spaß und Freude am künstlerischen Gestalten im Vordergrund. Gleichzeitig möchte ich mit kunsthistorischen Geschichten zu den einzelnen Techniken, Kunstepochen und Künstlern in meinen Kursen wichtiges Hintergrund- und Fachwissen vermitteln. «

und praktische Möglichkeiten aufzuzeigen, die persönliche Stressbewältigung zielführender zu gestalten um auch mit eigenen Belastungen, die nicht ausgeschaltet werden können, besser umgehen zu können. Durch Selbstreflexion und dem Auseinandersetzen mit persönlichen Themen sowie der Selbsterfahrung mit Hilfe von verschiedenen Entspannungsverfahren und kurzen Alltagsübungen werden Voraussetzungen geschaffen, um den eigenen Stresskreislauf durchbrechen zu können.

Bitte Matte, Decke, ggf. Kopfkissen und Schreibmaterial mitbringen sowie bequeme Kleidung mit warmen Socken anziehen (zum 1. Termin ist nichts mitzubringen).

● **Kurs 9769**

Manuela Rommel-Jost, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Entspannungstrainerin

ab 16.3.2026, 8 Termine
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Meditationsraum & Klassenraum 102 (1. Stock)
16 UST, EUR 55,00

Abendkurs

Meditation

Meditation ist der Schlüssel für positives Denken, inneren Frieden, Kreativität und Lebensfreude – und damit zu körperlicher und seelischer Gesundheit. Durch Meditation können wir lernen, jeden Moment anzunehmen wie er ist – ohne ihn zu bewerten. Dies hilft uns, mit den unterschiedlichsten Situationen unseres Lebens bewusster und gelassener umzugehen. In diesem Kurs werden Sie verschiedene Meditationstechniken kennenlernen – kurze, die Sie in Alltagssituationen zur Zentrierung nutzen können, sowie längere, in der Sie sich mit Zeit und Ruhe eine Auszeit für das Gedankenchaos

schaffen können.

Dieser Kurs ist auch geeignet für Menschen, die sich zum ersten Mal an das Thema „Meditation“

● **Kurs 9771A**

Jahin Gehl, Heilpraktikerin, CQM-MasterCoach

Di. 19:30 – 21:00 Uhr
ab 17.03.2026, 6 Termine
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Meditationsraum
12 UST, EUR 50,00

● **Kurs 9771B**

Jahin Gehl, Heilpraktikerin, CQM-MasterCoach

Di. 19:30 – 21:00 Uhr
ab 19.05.2026, 5 Termine
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Meditationsraum
10 UST, EUR 42,00

Abendkurs

Pilates

Pilates ist ein rehabilitierendes, präventives und figurformendes Ganzkörpertraining. Mit kontrollierten, präzisen Übungen stärken wir die Körpermitte und sorgen somit für eine gesunde Körperhaltung, straffen die Silhouette, erhöhen die Beweglichkeit und steigern das allgemeine Wohlbefinden. Das Training eignet sich für alle, die Spaß an Bewegung haben, unabhängig von Alter, Fitnessniveau oder Körperform.

● **Kurs 9772**

Jessica Britten, zertifizierte Pilatetrainerin

Do. 19:00 – 20:30 Uhr
ab 12.03.2026, 6 Termine
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Meditationsraum
12 UST, EUR 50,00

Dozentinnen und Dozenten



ANNETTE MARMIT

Hebamme und Beckenbodentrainerin

» Schon seit über 30 Jahren übe ich meinen Traum-Beruf Hebamme aus. Mittlerweile habe ich schon viele junge Familien mit ihren Babys begleitet. Mit abwechslungsreichen Übungen, anschaulichen Erklärungen und Anleitungen möchte ich bei euch den Spaß am Beckenbodentraining wecken, um euch selbst und eurer Gesundheit – und das ohne großen Aufwand – etwas Gutes zu tun. «

Abendkurs● **Kurs 9772A**

**Jessica Britten, zertifizierte
Pilatestrainerin**

Do. 19:00 – 20:30 Uhr
ab 07.05.2026, 6 Termine
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Meditationsraum
12 UST, EUR 50,00

Abendkurs● **Kurs 9772B**

**Jessica Britten, zertifizierte
Pilatestrainerin**

Do. 19:00 – 20:30 Uhr
ab 13.08.2026, 4 Termine
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Meditationsraum
8 UST, EUR 33,50

Wochenend-Workshop**Bye bye Burnout**

In diesem Workshop erlernen wir praxisnahe Methoden zur Stressbewältigung und Burnoutprävention. Mit Elementen aus Achtsamkeit, Yoga und Meditation stärken wir innere Balance, fördern Entspannung und entwickeln Strategien, die sich leicht in den Alltag integrieren lassen. Der Workshop richtet sich an Menschen, die ihre Resilienz im Alltag erhalten und fördern möchten.

Bitte Yogamatte, bequeme Kleidung, rutschfeste Socken und ggf. Verpflegung mitbringen.

● **Kurs 9773**

**Jessica Britten, Trainerin für Stress- und
Burnoutprävention**

Fr. 17.04.2026, 10:00 – 16:00 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Meditationsraum & Klassenraum 102 (1. Stock)
EUR 45,00

Outdoor-Workshop**Rendezvous mit dem inneren
Schweinehund**

Gute, sportliche Vorsätze für den Frühling? Die brauchen wir nicht, denn dieser Workshop erweckt im Handumdrehen eine große Freude an Bewegung! Bei unserem „Rendezvous mit dem inneren Schweinehund“ genießen wir ein „mehrgängiges Menü“ aus leichter Gymnastik, freiem Tanzen, Atem- und Entspannungsübungen, gewürzt mit einer Prise Humor und Lebendigkeit in Form von Lachyoga und einem Topping aus Gehirnjogging! Angelehnt an die Philosophie des Lachyogabegründers und indischen Arztes Dr. Madan Kataria gelangen wir auf diese Weise befreit von Stress zu einer positiven Grundhaltung, einem wachen Geist, einem gestärkten Immunsystem und einem angenehmen Körpergefühl mit LUST AUF MEHR!

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, geeignetes Schuhwerk, bei Bedarf eine Sitzunterlage und Decke für die Entspannung und etwas zu trinken; alles in einem Rucksack damit Hände und Arme frei sind.

● **Kurs 9774**

**Petra Hammer, Kursleiterin Lachyoga,
Gedächtnistrainerin**

Di. 10.03.2026, 14:30 – 16:45 Uhr
Treffpunkt: Innenhof der Scheune
Neuhaus (zw. Riegelsberg & SB)
EUR 14,00

Bewegung und Fitness**Abendkurs****Beckenboden Workout mit Musik –
Spüre wie dein Beckenboden tanzt**

Dieser Kurs bietet die Kombination von intensivem Beckenboden-Workout, u. a. integriert in abwechslungsreichen Fitness-

**Dozentinnen und
Dozenten****MANUELA ROMMEL-JOST**

**Heilpraktikerin für Psychotherapie
Entspannungstrainerin**

» Als Heilpraktikerin für Psychotherapie und Entspannungstrainerin arbeite ich in eigener Praxis und begleite Menschen psychotherapeutisch in schwierigen Lebenssituationen. Viele psychische und körperliche Erkrankungen verstärken sich durch Stress, Überforderung, andauernde Belastungen und fehlende ausgleichende Aktivitäten oder werden dadurch unter Umständen sogar ausgelöst. Mir ist es wichtig, diese Zusammenhänge nicht nur in meiner Praxis, sondern auch in allen meinen Kursen vermitteln zu können sowie unterschiedliche Methoden und Entspannungsverfahren aufzuzeigen, solch einen Stresskreislauf durchbrechen zu können. zeigen. «

übungen für den gesamten Körper, UND Musik. Spüre die Kraft und Energie in dir und lerne, deinen Beckenboden auch im Alltag einerseits zu stärken und zu unterstützen, andererseits ihn vor Überbelastung zu bewahren. Erfahre, wie du durch Spaß an Bewegung deinen Beckenboden als deine starke Mitte unterstützen und mobilisieren kannst.

Bitte Matte, Handtuch und ein kleines Kissen mitbringen, sowie bequeme Kleidung und warme Socken anziehen.

● **Kurs 9775**

Annette Marmit, Hebamme und Beckenbodentrainerin

Di. 17:30 – 18:45 Uhr

ab 10.03.2026, 10 Termine

Köllertalhalle Riegelsberg-Walpershofen

EUR 59,00

Junge vhs

Kinder-Tanzworkshop – auch für Jugendliche: Hip-Hop, Streetdance & Tanztheater

In diesem Workshop entdecken die Kinder die Freude am Tanzen und am gemeinsamen Gestalten. Wir verbinden energiegeladene Bewegungen aus Hip-Hop und Streetdance mit kreativen Elementen aus dem Tanztheater. So lernen die Kinder spielerisch, wie Tanz Geschichten erzählen kann und wie man mit Rhythmus, Ausdruck und Teamgeist gemeinsam Spaß hat. Die Mischung aus tänzerischen Grundlagen, Improvisation und Theaterübungen fördert nicht nur Bewegung und Koordination, sondern auch Kreativität, Selbstbewusstsein und Zusammenarbeit in der Gruppe.

● **Kurs 9776**

Serkan Bozkurt, Tanz- und Bewegungspädagoge

ab Sa. 14.03.2026, 17:30 – 19:00 Uhr,

6 Termine

Gymnastikraum Haus der Vereine

12 UST, EUR 50,00

Junge vhs – Osterferien

Junge vhs

Schnupper-Tanzworkshop für Kinder: Hip-Hop, Streetdance & Tanztheater

🕒 6 – 11 Jahre

In diesem Workshop entdecken die Kinder die Freude am Tanzen und am gemeinsamen Gestalten. Wir verbinden energiegeladene Bewegungen aus Hip-Hop und Streetdance mit kreativen Elementen aus dem Tanztheater. So lernen die Kinder spielerisch, wie Tanz Geschichten erzählen kann und wie man mit Rhythmus, Ausdruck und Teamgeist gemeinsam Spaß hat. Die Mischung aus tänzerischen Grundlagen, Improvisation und Theaterübungen fördert nicht nur Bewegung und Koordination, sondern auch Kreativität, Selbstbewusstsein und Zusammenarbeit in der Gruppe.

● **Kurs 9776A**

Serkan Bozkurt, Tanz- und Bewegungspädagoge

Di. 07.04.2026, 09:00 – 10:30 Uhr

Gymnastikraum Haus der Vereine

2 UST, EUR 15,00

Junge vhs

Schnupper-Tanzworkshop für Kinder: Hip-Hop, Streetdance & Tanztheater

🕒 12 – 17 Jahre

In diesem Workshop entdecken die Kinder die Freude am Tanzen und am gemeinsamen Gestalten. Wir verbinden energiegeladene Bewegungen aus Hip-Hop und Streetdance mit kreativen Elementen aus dem Tanztheater. So lernen die Kinder spielerisch, wie Tanz Geschichten erzählen kann und wie man mit Rhyth-

Dozentinnen und Dozenten



SERKAN BOZKURT

Tanz- und Bewegungspädagoge

» Ich bin erfahrener Tanz- und Bewegungspädagoge mit über 13 Jahren Berufserfahrung. Als freiberuflicher Künstler im Bereich Tanz und Performance vereine ich verschiedene Stile und bringe Bewegung in eine neue Dimension. Meine Kurse bieten eine einzigartige Mischung aus Hip-Hop, Streetdance, klassischem Ballett und zeitgenössischem Tanz. Besonders liegt mir die Verbindung von Tanztheater, Performance-Kunst und urbanen Tanzstilen am Herzen – ein kreativer Raum, in dem Emotion und Ausdruck im Mittelpunkt stehen. Ob Anfänger oder Fortgeschrittene, meine Kurse sind für alle offen, die Tanz als kraftvolle Ausdrucksform entdecken und ihre Bewegungsmöglichkeiten erweitern möchten. Lass uns gemeinsam die Sprache des Tanzes erkunden! <<

mus, Ausdruck und Teamgeist gemeinsam Spaß hat. Die Mischung aus tänzerischen Grundlagen, Improvisation und Theaterübungen fördert nicht nur Bewegung und Koordination, sondern auch Kreativität, Selbstbewusstsein und Zusammenarbeit in der Gruppe.

● **Kurs 9776B**

Serkan Bozkurt, Tanz- und Bewegungspädagoge

Di. 14.04.2026, 09:00 – 10:30 Uhr
Gymnastikraum Haus der Vereine
2 UST, EUR 15,00

Abendkurs

Kennenlernkurs Tai Chi – Bewegungs-, Heil- und Kampfkunst aus China

Dieser Kurs bildet einen Einstieg in das Tai Chi, bekannt auch als Schattenboxen. Langsame, weiche und fließende Bewegungen im Einklang mit dem Atem entfalten und stärken unsere Lebensenergie (chinesisch „chi“). Die Tai Chi Gesundheitsübungen mit ihrem wunderbaren Flow sind sowohl Balsam für die Seele, als auch eine wirkungsvolle Bewegungsmedizin für den kranken Rücken, für blockierte Gelenke und für chronisch verspannte Muskeln. Besonders hilft Tai Chi, unseren Kopf wieder leer werden zu lassen, schult Vorstellungskraft und Orientierungsvermögen, geistige Frische, Gelassenheit, Konzentration und innere Ruhe vermehren sich, Lebenskraft u. Lebensfreude werden nachhaltig gefördert. Mit Tai Chi kommt der Mensch wieder mehr in seine Balance, die Ganzheit von Körper, Geist u. Seele wird gestärkt u. die Persönlichkeit entwickelt. Es werden allgemeine und einfache Tai Chi Grundlagen und Prinzipien erlernt, gleichermaßen geeignet für Frauen und Männer, Jung und Alt, Anfänger und Fortgeschrittene.

Bitte bequeme Kleidung und eine Decke/ Isomatte mitbringen.

● **Kurs 9777**

Christoph M. Hornberger, (traditioneller Yang-Stil, Tudi von Meister Yang Jian Chao)

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr
ab 11.03.2026, 8 Termine
Köllertalhalle Riegelsberg-Walpershofen
10,7 UST, EUR 50,00

Abendkurs

Fit for Life – ein rückengerechtes Ganzkörpertraining

Das vielseitige und abwechslungsreiche Programm, das im Wesentlichen ganz ohne Geräte und Hilfsmittel auskommt, garantiert Power und Spaß. Mit einem spritzigen Cardio-Teil machen Sie den Fettpölsterchen Beine und verbessern ihre Kondition. Ergänzend formt und kräftigt das gezielte und wirkungsvolle Muskeltraining alle großen Muskelgruppen, speziell Bauch, Beine, Rücken und Gesäß in rückengerechter Art und Weise besonders intensiv. Mit speziellen Bewegungsschulungen und ganzheitlichen Dehnübungen können Sie zudem degenerativen Funktionsverlusten vorbeugen. Einfache und effektive Techniken, um die Faszien zu kräftigen, zu dehnen und zu lösen, bewirken eine Wohltat für den Körper und runden die Stunden ab. Das Training bringt Ergebnisse für Fitnesstypen jeden Alters und eignet sich sowohl für ungeübte, aktive Menschen als auch für erfahrene Workout-Fans.

● **Kurs 9781**

Marco Besch, Polizeibeamter, Sportübungsleiter/Lisa Besch, Fitnesstrainerin

Mo. 19:00 – 20:30 Uhr
ab 20.04.2026, 9 Termine
Gymnastikraum Haus der Vereine
18 UST, EUR 92,00

Dozentinnen und Dozenten



JESSICA BRITTEN

Dozentin für Pilates und Ballett

» Meine Kurse sind für alle da, unabhängig von Alter, Geschlecht, Körperform oder sonstigem. Mein Ziel ist es, alle TeilnehmerInnen genau dort abzuholen, wo sie gerade stehen und sie auf ihrer Reise zu ihrem persönlichen sportlichen oder tänzerischen Ziel bestmöglich zu begleiten. Mit viel Spaß an der Bewegung und ohne Leistungsdruck. Hierfür bilde ich mich auch stetig weiter, denn auch meine Reise ist noch nicht zu Ende! :>>

Junge vhs – Sommerferien

Junge vhs

Selbstbehauptung für Kinder im Grundschulalter

Unsere Kinder sollen sicher sein vor Gewalt, Belästigungen und Übergriffen, auch sexueller Art. Mit einfachen Techniken und wirksamen Taktiken können entsprechende Belästigungen und auch aggressivere Angriffe wirkungsvoll abgewehrt werden. Die Kinder lernen gefährliche Situationen einzuschätzen und sind damit in der Lage, geistig-mental und aktiv zur Deeskalation beizutragen. Bestimmte Taktiken, Körper- und Abwehrhaltungen sowie erste grobmotorische Basistechniken der Selbstverteidigung helfen, sich stark und selbstbewusst nach außen darzustellen. Das Kursprogramm wird mit zahlreichen Übungen und Spielen, welche psychologische Aspekte wie Selbstbehauptung, Stärkung des eigenen Selbstbewusstseins und das eigene Verhalten auf Aggression und Angriff aufgreifen, ganzheitlich abgerundet.

● Kurs 9782

Marco Besch, Polizeibeamter, Sportübungsleiter/Lisa Besch, Fitnesstrainerin

Di. 30.06.2026, 09:00 – 11:00 Uhr
Gymnastikraum Haus der Vereine
EUR 13,00

Junge vhs

● Kurs 9782A

Marco Besch, Polizeibeamter, Sportübungsleiter/Lisa Besch, Fitnesstrainerin

Di. 04.08.2026, 09:00 – 11:00 Uhr
Gymnastikraum Haus der Vereine
EUR 13,00

Abendkurs

Von Tango bis Cha-Cha – Gesellschaftstanz mal anders

Tanz ist Lebensfreude! Gesellschaftstanz-Choreographien nach Hilde Huyras erlauben uns, diese wunderschönen Tänze auch ohne festen Tanzpartner zu tanzen. Also, kein Partner ist kein Grund mehr, nicht zu tanzen! Probieren Sie es einfach aus und genießen Sie herrliche Standard- und temperamentvolle lateinamerikanische Tänze: traumhaft schöne Rumba, Walzer zum Schweben, quirligen Quickstepp, fröhlichen Cha-Cha und andere.

● Kurs 9784

Iris Huyras, Physiotherapeutin, kreative Tanzpädagogin, Heilpraktikerin für Psychotherapie

Di. 20:30 – 22:00 Uhr
ab 10.03.2026, 6 Termine
Köllertalhalle Riegelsberg-Walpershofen
12 UST, EUR 55,00

Dozentinnen und Dozenten



MARCO BESCH
Dozent für Fitnesskurse

» Als Polizeibeamter, Trainer und Sportübungsleiter des DOSB für Individual- und Gruppentraining und Sport in der Prävention/ Faszientraining BGM macht mir die Arbeit als vhs-Dozent sehr viel Spaß. In diesem Semester bin ich u. a. mit meinem Kurs „Fit for Life – ein rückengerechtes Ganzkörpertraining“ sowie mit einem Schnupperkurs für die junge vhs Selbstbehauptung und „Selbstverteidigung für Kinder von 5 - 8 Jahren“ mit von der Partie. «

Einzelveranstaltungen

Wenn die Füße nicht mehr flitzen, tanzen wir vergnügt im Sitzen

Unter diesem Motto richtet sich die Veranstaltung an alle Tanzbegeisterten, insbesondere an ältere Menschen und solche mit eingeschränkter Mobilität. Tanzen im Sitzen fördert die Erhaltung und Verbesserung körperlicher Leistungsfähigkeit, trainiert die Koordination der Bewegungen und das Gedächtnis. Die Musikauswahl und das Bewegungsangebot sind vielfältig. Im Vordergrund steht immer die Freude am Tanzen in geselliger Runde.

● Kurs 9785A

Anita Leyes, Tanzleiterin

Do. 19.03.2026, 15:00 – 15:45 Uhr
AWO Seniorenresidenz, Am Stumpen
gebührenfrei

● Kurs 9785B

Anita Leyes, Tanzleiterin

Do. 16.04.2026, 15:00 – 15:45 Uhr
AWO Seniorenresidenz, Am Stumpen
gebührenfrei

● Kurs 9785C

Anita Leyes, Tanzleiterin

Do. 21.05.2026, 15:00 – 15:45 Uhr
AWO Seniorenresidenz, Am Stumpen
gebührenfrei

● Kurs 9785D

Anita Leyes, Tanzleiterin

Do. 18.06.2026, 15:00 – 15:45 Uhr
AWO Seniorenresidenz, Am Stumpen
gebührenfrei

● Kurs 9785E

Anita Leyes, Tanzleiterin

Do. 16.07.2026, 15:00 – 15:45 Uhr
AWO Seniorenresidenz, Am Stumpen
gebührenfrei

● Kurs 9785F

Anita Leyes, Tanzleiterin

Do. 20.08.2026, 15:00 – 15:45 Uhr
AWO Seniorenresidenz, Am Stumpen
gebührenfrei

● Kurs 9786A

Anita Leyes, Tanzleiterin

Do. 02.04.2026, 15:15 – 16:00 Uhr
AWO Seniorenresidenz, Rathausstraße
gebührenfrei

● Kurs 9786B

Anita Leyes, Tanzleiterin

Do. 07.05.2026, 15:15 – 16:00 Uhr
AWO Seniorenresidenz, Rathausstraße
gebührenfrei

● Kurs 9786C

Anita Leyes, Tanzleiterin

Mi. 03.06.2026, 15:15 – 16:00 Uhr
AWO Seniorenresidenz, Rathausstraße
gebührenfrei

● Kurs 9786D

Anita Leyes, Tanzleiterin

Do. 02.07.2026, 15:15 – 16:00 Uhr
AWO Seniorenresidenz, Rathausstraße
gebührenfrei

● Kurs 9786E

Anita Leyes, Tanzleiterin

Do. 06.08.2026, 15:15 – 16:00 Uhr
AWO Seniorenresidenz, Rathausstraße
gebührenfrei

● Kurs 9786F

Anita Leyes, Tanzleiterin

Do. 03.09.2026, 15:15 – 16:00 Uhr
AWO Seniorenresidenz, Rathausstraße
gebührenfrei

Dozentinnen und Dozenten



ANITA LEYES
Tanzleiterin

» Tanzen im Sitzen (TiS) ist für alle Tanzbegeisterten, speziell für ältere Menschen und solche mit eingeschränkter Mobilität, geeignet. Das Bewegungsangebot und die Musikauswahl sind vielfältig. TiS fördert die Erhaltung und Verbesserung körperlicher Leistungsfähigkeit, trainiert die Koordination und das Gedächtnis und ist kommunikativ. Im Vordergrund steht die Freude an der Bewegung nach Musik in geselliger Runde. «

NATUR UND UMWELT

Ostermärchenwanderung für kleine und große Märchenfreunde

Hilfe, die Ostereier sind weg! Der kleine Osterhase Hoppel hat seine bunten Eier verloren, die er doch zu den Kindern bringen wollte. Ob ihr ihm wohl helfen könnt die Eier im Lampennesterwald wieder zu finden? Bei dieser kleinen Wanderung zum Osterfeste dürfen sich die Teilnehmer nicht nur an Geschichten und Gedichten zu diesem alten Fest erfreuen, sie erfahren auch viel über die Mythologie der Kelten, die dieses Fest ebenso feierten, wie später die Christen. *Eier sind im Preis eingeschlossen – bitte Körbchen zum Transport der Eier mitbringen.*

● Kurs 9787

Guido Geisen, Umwelt- und Kräuterpädagoge

Sa. 28.03.2026, 14:00 – 17:00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Tennisanlage Riegelsberg
EUR 14,00 (Erwachsene/EUR 7,00 Kinder)

Exkursion

Wildkräuterwanderung – den Frühlingswildkräutern auf der Spur

Eine kulinarische Kräuterwanderung rund um die Lampennesterhütte. Zusammen mit dem Wildkräuterpädagogen Guido Geisen erkunden die Teilnehmer die interessante heimische Wildkräuterwelt im Frühling, wie Scharbockskraut, Wiesenschaumkraut, Sauerampfer, Spitzweigerich, Vogelmiere & Co. Besonders im Frühjahr nach Erwachen aus der Winterruhe, sind viele Mineralstoffe und wertvolle Spurenelemente in den Wildkräutern vorhanden. Wie köstlich und wie nahrhaft diese Kräuter sein können, erfahren die Teilnehmenden bei der Verkostung von

verschiedenen Wildkräuter-Snacks aus den gesammelten Wildkräutern.

● Kurs 9787A

Guido Geisen, Umwelt- und Kräuterpädagoge

Sa. 16.05.2026, 14:00 – 18:00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Tennisanlage Riegelsberg
EUR 18,00 (inkl. einem kleinen Skript und den Lebensmitteln)

Exkursion

Märchenwanderung für Erwachsene

Pünktlich zum Sommeranfang wird der Umweltpädagoge und eingetragene Vorlesepat Guido Geisen auch in diesem Jahr die „großen“ MärchenfreundInnen wieder mitnehmen auf eine Wanderung durch den Lampennesterwald mit nicht-alltäglichen Geschichten. Zum Schmunzeln, Lachen und sich einfach „Wohlfühlen“!

● Kurs 9787B

Guido Geisen, Umwelt- und Kräuterpädagoge

Sa. 09.08.2026, 14:00 – 17:00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Tennisanlage Riegelsberg
EUR 14,00

Vortrag

Der etwas andere Rosenvortrag

Nicht schneiden und düngen stehen bei diesem Vortrag im Mittelpunkt. Referentin Tanja Both zeigt Ihnen, wie lecker, gesund und vielseitig Ihre Rosen im Garten sein können – lassen Sie sich überraschen.

● Kurs 9788

Tanja Both, Natur-, Kräuter- und Umweltpädagogin

Di. 28.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Raum 103, 1. Stock
EUR 19,00 (inkl. EUR 7,00 Materialkosten)

Dozentinnen und Dozenten



GUIDO GEISEN

Umwelt- und Kräuterpädagoge

» Seit über 20 Jahren führt er interessierte Menschen nicht nur durch die Natur und erläutert ihre Besonderheiten. Vielmehr entdeckt der Landschaftsökologe auch immer wieder wohlschmeckende Wildkräuter, die er gerne vorstellt oder „fischt“ aus dem Totholz der Wälder seltene Käfer und anderes Getier. Und immer werden seine Wanderungen literarisch begleitet und erhalten so einen „Mehrwert“ an Unterhaltung. «

Workshop**Feel good – ätherische Öle für die Sommerzeit**

Gemeinsam bereiten wir eine wohltuende Emulsion für die sonnenstrapazierte Haut zu. Auch ein Insektenabwehrspray darf nicht fehlen, um das gute Gefühl im Sommer im Freien zu behalten – ebenso ein kühlendes Fußbad für heiße Füße.

● **Kurs 9788A**

Tanja Both, Natur-, Kräuter- und Umweltpädagogin

Di. 26.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Raum 103, 1. Stock
EUR 22,00 (inkl. EUR 10,00 Materialkosten)

Vortrag**Pflanzen der Bibel**

In der Bibel spielen Pflanzen eine wichtige Rolle. Wie ein roter Faden ziehen sich durch die Heilige Schrift Geschichten über die verschiedensten Pflanzenarten. Der Vortrag stellt die in der Bibel erwähnten Pflanzen in Auswahl vor, ordnet sie kulturhistorisch ein und geht kurz auf die biblischen Hintergründe ein. Ferner zeigt er auf, wie Sie die Pflanzenwelt der Heiligen Schrift auch im eigenen Garten, auf dem Balkon oder im Haus halten und so die Geschichten der Bibel ein wenig zum Leben erwecken können.

● **Kurs 9789**

Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter

Mo. 16.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Raum 105, 1. Stock
EUR 5,00

Exkursion

**Naturkundliche Wanderung:
Heimische Bäume und Sträucher
kennen lernen**

Das Blattwerk der Bäume und Sträucher

erscheint nach der langen Winterruhe innerhalb weniger Wochen und verändert das Gesicht der Landschaft. Über Bäume gibt es viel zu lernen, es gibt zahllose Märchen und Erzählungen.

Im Rahmen einer kleinen Wanderung erfahren die Teilnehmenden etwas über die Eigenschaften der Hölzer und wozu sie gebraucht werden. Vor allem werden wir die heimischen Baum- und Straucharten bestimmen und kennen lernen.

*Die Veranstaltung eignet sich auch für junge Menschen ab dem Alter von 6 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen.
Bitte festes Schuhwerk anziehen.*

● **Kurs 9789A**

Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter

Sa. 09.05.2026, 15:00 – 17:00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Waldinformati-
onszentrum/Scheune Neuhaus
EUR 5,00

Exkursion für Familien**Waldkunst – wir erschaffen****Kunstwerke aus Naturmaterialien**

Die Veranstaltung eignet sich nicht nur, aber insbesondere für Familien mit Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter. Sie zielt darauf ab, sich in der Natur zu treffen und sich intensiv mit unterschiedlichen Naturthemen zu befassen. Wir erkunden spielerisch die einheimische Tier- und Pflanzenwelt und veranstalten ein kleines Picknick. Bitte individuell Picknick und Getränke für Groß und Klein mitbringen. Gestärkt erschaffen wir gemeinsam mit dem Naturschutzbeauftragten Stefan Kees Kunstwerke aus Naturmaterialien. Die Teilnahme von Kindern ist nur in Begleitung von Erwachsenen möglich.

Es empfiehlt sich das Tragen von Arbeitshandschuhen, dem Wetter angepasster Kleidung sowie geschlossener, stabiler Schuhe.

Dozentinnen und Dozenten**STEFAN KEES**

Dozent und örtlicher Leiter

» Die Natur und ihre Schönheit stets neu entdecken!

„Bevor ich Leiter der vhs-Außenstelle Quierschied wurde, war ich bereits mehrere Jahre als Dozent im Bereich Ökologie, Umwelt- und Naturschutz tätig. Meine Kurse sind geeignet für Menschen jeden Alters, angefangen bei Kindern und Jugendlichen bis hin zu Erwachsenen. Ich liebe es, Menschen für die Natur und ihre Schönheit zu begeistern und entdecke dabei stets selbst Neues.“

● **Kurs 9789B**

Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter

Sa. 20.06.2026, 15:00 – 17:00 Uhr
Treffpunkt: P & R Parkplatz Heinrichshaus
EUR 5,00

JUNGE VHS

Exkursion

Fledermauswanderung: Fledermäuse live bei der Jagd verfolgen

Begeben Sie sich zur Dämmerung mit einem Ultraschall-Detektor auf Fledermauspirsch und lauschen den Jägern der Nacht. Dies sind Geräte, welche die hohen Rufe der Fledermäuse für uns Menschen hörbar machen können.

Während der Führung erfahren die Teilnehmenden Wissenswertes über die Rolle der Fledermäuse in unserem Ökosystem, ihr Sozialverhalten, ihren Jahresverlauf und, was wir alle zu ihrem Schutz unternehmen können.

Die Veranstaltung eignet sich auch für junge Menschen ab dem Alter von 6 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen.

Bei Regen muss die Fledermauswanderung leider ausfallen.

● **Kurs 9789C**

Stefan Kees

Sa. 29.08.2026, 20:30 – 22:30 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Burbacher Weiher
Im Weyerbachtal 30 66115 SB
EUR 5,00

In Kooperation mit dem Verein für Industriekultur und Geschichte Köllertal e.V.

Wanderung

Auf alten Bergmannspfaden im Steinbachtal bei Riegelsberg/Von der Heydt

Auf Bergmannspfaden hat sich über viele

Jahrzehnte hinweg ein bedeutender Teil des Alltagslebens vieler saarländischer Bergleute abgespielt. So liefen Tausende von ihnen auf kräftezehrenden Fußmärschen bei Tag und Nacht, von weit her und aus der näheren Umgebung wie dem Köllertal, als auch von den Arbeiterkolonien Fischbach, Burbach und Altenkessel auf schnurgeraden Routen zur Grube Von der Heydt. Die preußische Bergverwaltung gründete diese Mitte des 19. Jahrhunderts inmitten der weitläufigen Eichen-Buchenhäuser des ehem. Köllertaler Waldes. Die Wanderung vermittelt anschaulich das Leben der „Ranzenmänner“, aber auch die Entwicklung des Bergbaus im Zusammenspiel mit dem konkurrierenden Forst. Die Exkursion ist ein Beitrag des Vereins Industriekultur und Geschichte e.V. Köllertal zum „Saarkohlenwald – Wald des Jahres 2026“. Gutes Schuhwerk und Trittsicherheit sind Voraussetzung der Teilnahme. Die Strecke mittlerer Schwierigkeit umfasst ca. 5 km. Eine Schlussrast im Naturfreundehaus, einem ehemaligen Betriebsgebäude der Kirschheckschächte, wird angeboten.

Info vorab: Jörn Wallacher,

Tel. 06898-81924,

Mail joern.wallacher@posteo.de

● **Kurs 9790**

Thomas Fläschner, Landeskundler

Fr. 24.04.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
Treffpunkt: P & R Parkplatz Heinrichshaus, Saarbahnhaltestelle
EUR 5,00

Exkursion

Abwechslungsreiche Wanderung auf dem Frohn-Wald-Weg

Bei dieser Tour entdecken die Teilnehmer alte Bergmannspfade, eine vor vielen Jahrzehnten gefasste Quelle, geheimnisvolle Tropfsteine in einem Bunker des

Westwalls, einen idyllischen Waldweiher, wunderschöne Bachtäler und abwechslungsreiche Waldbilder. Die Strecke verläuft auf zum Teil sehr erdigen aber einfach zu gehenden Wegen überwiegend im Wald. Der Startpunkt ist mit der Saarbahn erreichbar.

Genügend Kondition, bei Bedarf Rucksackproviand und ausreichend Flüssigkeiten sowie geeignete Kleidung und entsprechendes Schuhwerk werden vorausgesetzt.

● **Kurs 9791**

Martin Bambach, selbständiger Wanderführer

Sa. 23.05.2026, 10:00 – 13:45 Uhr (11,1 km)
Treffpunkt: vor dem Cafe Ottilie, Buchschacher Str. 2, Riegelsberg
EUR 12,00

Exkursion

Exkursion durch den „Urwald“ bei Riegelsberg

Bei dieser Tour sind die Teilnehmer im „Urwald vor den Toren der Stadt“ unterwegs. Dabei entdecken sie neben einigen Relikten des Bergbaus, wie einen Bergmannspfad, einen seltsamen „Fledermausbunker“ und eine der kleinsten Spitzkegelhalden im Saarland auch idyllische Weiher und abwechslungsreiche Waldbilder. Die Strecke verläuft zum Teil über schmale Pfade aber auch breite Waldwege. Im Anschluss ist eine Einkehr ins Cafe Ottilie möglich.

Genügend Kondition, bei Bedarf Rucksackproviand und ausreichend Flüssigkeiten sowie geeignete Kleidung und entsprechendes Schuhwerk werden vorausgesetzt.

● **Kurs 9791A**

Martin Bambach, selbständiger Wanderführer

So. 06.09.2026, 11:00 – 15:00 Uhr (12,9 km)

Treffpunkt: vor dem Cafe Ottilie,
Buchschacher Str. 2, Riegelsberg
EUR 12,00

ERNÄHRUNG, KOCHEN UND GETRÄNKE

Vormittagskurs

Kulinarische Vielfalt aus Griechenland

Gemeinsam werden Vorspeisen, Pites mit Käse oder Spinat, Hauptgerichte und Nachspeisen gekocht und gebacken. Als Grundlage dienen spezielle Rezepte aus den verschiedenen Regionen Griechenlands, die sich von Nord bis Süd und von Ost bis West erstrecken. Ein besonderer kulinarischer Bezug wird in dem Kurs zur Insel Kreta, der Heimat der Dozentin, hergestellt.

● Kurs 9793

Maria Kasotaki

Sa. 13.06.2026, 10:00 – 14:00 Uhr
Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB,
Hauerstr. 32A, Lehrküche
EUR 34,00 (inkl. EUR 16,00 Lebensmittelkosten)

Abendkurs

Kochen auf Italienisch

Cucinare? Parlare italiano? „Facciamo
beides.“

Genussvermittler und Muttersprachler Giovanni Romano bietet einen kompletten Kochkurs auf Italienisch an. Also für alle, die in Rom einen Cappuccino bestellen können und hier etwas Italien erleben möchten.

● Kurs 9794

Giovanni Romano, Gastronom

Sa. 14.03.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB,
Hauerstr. 32A, Lehrküche
EUR 36,00 (inkl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

Abendkurs

Buona Pasqua – Das italienische Ostermenü

Ein gelungenes Menü zum großen Fest, wie es die Großmütter in Italien zubereiteten. Timballo al Ragu, Cannelloni alla Umbra, leckere Lammgerichte (L'agnello del legionario) und vieles mehr, wie natürlich auch der süße Abschluss (dulcis in fundo) erwarten euch bei diesem Kurs, das Ganze abgerundet mit dem passenden Wein und den Tipps und Anekdoten von Genussvermittler Giovanni Romano. Venite e godete!

● Kurs 9794A

Giovanni Romano, Gastronom

Sa. 28.03.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB,
Hauerstr. 32A, Lehrküche
EUR 37,00 (inkl. EUR 19,00 Lebensmittelkosten)

Abendkurs

La Dolce Vita auf den Teller – Kochen wie in Italien

Leckere Sommergerichte aus dem Italienurlaub? In diesem Kurs werden einige schmackhafte Klassiker nachgekocht! Bei einem gemütlichen Aperitif werden der Speiseplan besprochen und unter fachmännischer Anleitung, bespickt mit Tricks und Tipps aus einer langen leidenschaftlichen Gastronomieerfahrung vier Gänge zubereitet. Mit passendem, wohlschmeckendem Wein wird gemeinsam diniert. Natürlich darf das „dulcis in fundo“, die Nachspeise, nicht fehlen.

● Kurs 9794B

Giovanni Romano, Gastronom

Sa. 25.04.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB,
Hauerstr. 32A, Lehrküche
EUR 37,00 (inkl. EUR 19,00 Lebensmittelkosten)

Dozentinnen und Dozenten



ARMIN SCHÖNENBERGER
zertifizierter Wassersommelier,
Sensorikexperte

» Als zertifizierter Wassersommelier und Wasserbotschafter verstehe ich mich als kompetenten Berater für die Kulturgetränke Trinkwasser, natürliches Mineralwasser und natürliches Heilwasser. Ich biete in meinem Seminar an der vhs Regionalverband Saarbrücken ein ganzheitliches Konzept, das durch ansprechende, alltagstaugliche Maßnahmen sowie eine anschauliche Verkostung vor Ort begeistert. Alle Sinne bei relevanten Geschmacksausrichtungen und sensorischen Wahrnehmungen rund um das Thema Wasser werden angeregt und inspiriert. «

Abendkurs

Männer, Töpfe, Heldentaten: Dein Einstieg ins kulinarische Abenteuer!

Du kannst alles – aber kochen gehört (noch) nicht dazu? Dann wird's höchste Zeit den Kochlöffel zu schwingen, bevor Du wieder Pizza bestellst! In unserem Männerkochkurs an der VHS zeigen wir Dir, dass ein ordentliches Steak mehr braucht als nur Mut – und dass Gemüse nicht gefährlich ist, auch wenn es grün aussieht. Hier wird geschnippelt, gebrutzelt, abgeschmeckt und – keine Sorge – auch ordentlich gelacht. Was sonst in diesem Text stehen könnte aber nicht gedruckt werden würde erzählt euch dann an dem Abend Genussvermittler & Live-Coach Giovanni Romano. Also Schürze umbinden, Humor einpacken und los geht's! Anmeldung schnell sichern – Helden tragen jetzt Kochschürze statt Rüstung oder Cape!

● Kurs 9794C

Giovanni Romano, Gastronom

Sa. 22.08.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB,
Hauerstr. 32A, Lehrküche
EUR 37,00 (inkl. EUR 19,00 Lebensmittelkosten)

Abendkurs

Viva la Pasta

Spaghetti, Tagliatelle, Gnocchi, Tortellini, Ravioli... Heute begehen wir alle kulinarischen Sünden als gäbe es kein Morgen! Wer hat noch nie einen „Tris di Pasta“ im Ristorante bestellt, um möglichst viele leckere Nudelgerichte kosten zu können? Wir zaubern drei verschiedene davon, begleitet mit passendem Wein, abgerundet mit einer süßen Nachspeise ... Viva la Pasta! Das Leben ist schön!

● Kurs 9794D

Giovanni Romano, Gastronom

Sa. 05.09.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB,
Hauerstr. 32A, Lehrküche
EUR 37,00 (inkl. EUR 19,00 Lebensmittelkosten)

Abendkurs

Türkisches Festmenü

Festliche Menüs werden in der Türkei zu besonderen Anlässen wie Geburt, Hochzeit oder Jubiläen zubereitet. Lernen Sie mit unserer Dozentin verschiedenste Gerichte kennen – angefangen mit den bekannten Meze's (Vorspeisen), leckeren Hauptspeisen und süßen Desserts (die oft mit Sirup getränkt werden).

Bitte Tücher zum Abtrocknen mitbringen.

● Kurs 9795

Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin

Mi. 11.03.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB,
Hauerstr. 32A, Lehrküche
EUR 38,00 (inkl. EUR 20,00 Lebensmittelkosten)

Abendkurs

Türkisches Urlaubsmenü

Türkische Gaumenfreuden – das ist mehr als Döner Kebab. Wer schon einmal Urlaub in der Türkei gemacht hat, kann dies sicher bestätigen. An diesem Abend bereiten wir leckere Fleischgerichte (Köfte, Lammkotelettchen) mit den dazu passenden Beilagen zu.

Bitte Tücher zum Abtrocknen mitbringen.

● Kurs 9795A

Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin

Mi. 22.04.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB,
Hauerstr. 32A, Lehrküche
EUR 38,00 (inkl. EUR 20,00 Lebensmittelkosten)

Abendkurs

Türkischer Kochabend „unter Freunden“

Was gibt es Schöneres als ein gemütlicher Kochabend mit Freunden! Lernen Sie hierfür die passenden Gerichte kennen: appetitanregende Vorspeisen, schmackhafte Fleischgerichte mit Gemüse und orientalischem Reis und zum Abschluss ein leckeres Dessert.

Bitte Tücher zum Abtrocknen mitbringen.

● Kurs 9795B

Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin

Mi. 20.05.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB,
Hauerstr. 32A, Lehrküche
EUR 38,00 (inkl. EUR 20,00 Lebensmittelkosten)

Abendkurs

Alkoholfreie Sommercocktails, Slushy's & hausgemachte Limonaden

An diesem Abend erfahren Sie, wie Sie mit regionalen Kräutern, frischem Obst und Gemüse köstliche Erfrischungsgetränke für heiße Sommertage zubereiten können. Sie werden sehen und schmecken, wie einfach es ist, gesunde, leichte Cocktails und hausgemachte Limonaden mit natürlichen Sirups und Honig herzustellen.

● Kurs 9796

Armin Schönenberger, zert. Wassersommelier/staatl. geprüfter Gastronom

Mi. 27.05.2026, 18:30 – 21:00 Uhr
Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB,
Hauerstr. 32A, Lehrküche
EUR 22,00 (inkl. EUR 10,00 Umlage für Lebensmittel und Getränke)

Vortrag mit Verkostung**Mineral- und Heilwasser – unser Gesundheitselixier**

Sie trinken gerne Mineralwasser und haben Lust mehr über das beliebte Erfrischungsgetränk zu erfahren? Warum ist das „perfekte Match“ mit Weinen, Kaffeespezialitäten, Tee und Whiskys keine Marketingfloskel? Im Vortrag werden Mineral-, Heil-, Quell- und Tafelwasser sowie die Wasserfiltration ganzheitlich betrachtet. Bei einer Wasserverkostung soll erfahrbar werden, dass sich Wassergattungen im Geschmack aufgrund der darin enthaltenen Mineralstoffe voneinander unterscheiden. Das vermittelte Wissen soll helfen neue Gewohnheiten beim Trinkverhalten in den Alltag zu integrieren.

● Kurs 9797

Armin Schönenberger, zert. Wassersommelier/staatl. geprüfter Gastronom

Di. 26.05.2026, 18:30 – 20:30 Uhr
Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB,
Hauerstr. 32A, Lehrküche
EUR 10,00 (inkl. EUR 5,00 Umlage für 6 Mineralwasser und 2 Heilwasser)

PC, TABLET & SMARTPHONE**Vortrag****Künstliche Intelligenz (KI)**

Künstliche Intelligenz (KI) ist ein spannungsgeladenes Thema. Ist es einfach eine tolle Entwicklung, die im Alltag viele Erleichterungen bringt, oder ist sie eine Gefahr und macht sich all zu leicht selbständig mit dem Risiko des Missbrauchs? Wer mehr über KI erfahren möchte, wie sie unser Leben verändert, welche Potentiale und Chancen sie aber auch mitbringt, für den ist dieser Vortrag genau das richtige.

● Kurs 9798

Torsten Meyer

Mo. 18.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Raum 103, 1. Stock
EUR 5,00

Vortrag**Smartphone-Beherrschen für Seniorinnen und Senioren**

Nicht selten schenken die Kinder oder Enkelkinder Senioren ihr erstes Handy. Diese wissen damit nicht umzugehen und lassen sich von ihren Lieben alles erklären. Wer aber bereits seit Jahren mit Smartphones umgeht, verliert zuweilen den Blick dafür, worin Unklarheiten für Neulinge bestehen können. Nicht selten entstehen dadurch echte Konfliktsituationen. In diesem Kurs lernen die Teilnehmer wie man ein Smartphone einrichtet, wie sie Geräte sichern, was die Geräte können und welche zusätzlichen Apps sinnvoll sind. Sie erfahren auch, welche Software installiert ist und welche Updates sie machen müssen. Die Teilnehmer bringen ihr Smartphone mit und können das Gelernte direkt umsetzen.

● Kurs 9798A

Torsten Meyer

Mo. 01.06.2026, 17:30 – 20:30 Uhr
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule
Riegelsberg, Raum 103, 1. Stock
EUR 10,00

Dozentinnen und Dozenten**TORSTEN MEYER**

**Techn. Ingenieur, Ausbilder,
Berufspädagoge**

» Seit über 20 Jahren bin ich in der Erwachsenenbildung tätig. Von meiner Erfahrung profitieren meine TeilnehmerInnen in den verschiedensten IT Kursen an mehreren Standorten. Als Dozent in den Bereichen Elektronik und IT ist es mein Antrieb, den TeilnehmerInnen ein breites Wissen zu vermitteln. Jedes IT Problem ist so vielfältig wie die TeilnehmerInnen selbst. Gerade in der IT stehen wir immer wieder vor neuen Herausforderungen, die ständig eine andere Herangehensweise erfordern. In meinen Kursen steht nicht nur die Problemlösung im Vordergrund, sondern das WARUM? Das ist mein Einsatz einer nachhaltigen Wissensvermittlung. Ich bin immer wieder sehr Stolz, wenn ich am Ende meiner Kurse sehe, wie meine TeilnehmerInnen eigene Lösungsstrategien für komplexe Probleme entwickeln. Daher sehe ich meine Aufgabe in der Hilfe zur Selbsthilfe. «

A

Abendschule 309
Achtsamkeit 179, 184
Agentur für Lernförderung 299
Akademie für Ältere 39 ff.
Aktzeichnen 157
Alphabetisierung 258, 301 ff.
Arabisch 247, 427
Arbeit und Beruf 238, 264 ff.
Archäologie/Kunstgeschichte 49 f.,
144 ff., 350
Ausstellung(s)(führung) 24, 71 f.,
145 ff., 153, 164, 304, 350, 437
Autogenes Training 178

B

Baby und Schwangerschaft 422
Backen 30 f., 206 f., 413
Beckenbodentraining 449
Betriebsbesichtigungen 25, 85, 104,
316 ff., 341, 364, 431 ff.
Betriebsorganisation 272
Bewerbungstraining 34 f., 271 f., 305
Bierseminare 216
Bildbearbeitung 295 f.
Bildhauerisches Gestalten 49, 166
Bildungsurlaub 230, 237, 243, 268, 273,
282, 288 ff.
Bogenschießen 345

C

Chinesisch 247
Computerschreiben/Tastschreiben 31 f.,
281 f., 305

D

DATEV 276, 279 f.
Demenz 42, 366, 414 f.
Deutsch als Fremdsprache 252 ff., 371, 384,
407 f., 427
Deutsch-französisches Programm 16 ff.,
126 f., 210 ff., 360
Deutschprüfungen 254 ff.
Digitale Grundbildung 41, 305

E

EDV-Kurse 59 ff., 276, 279 f., 282 ff.,
374 ff., 428
Ehrenamt 114 f., 353, 380
Einbürgerungstest 258, 308
Elternschule 98 f., 318, 353, 355, 380 f.,
384, 440
Energieberatung 111 ff., 359, 400, 441
Englisch 31, 51 f., 223 ff., 307, 321, 384,
406 f., 442
Entspannung 28 f., 178 ff., 321, 378, 384,
368, 396
Ernährung 16, 201 ff., 308, 365 f., 397,
412 f., 420 ff.
Erste Hilfe 176, 367, 384
Excel 33, 288 ff., 376
Exkursionen 17 ff., 25 f., 40, 58 f., 64 ff.,
69 ff., 74 f., 77, 82, 85, 89, 91, 104, 119 ff.,
124, 144, 151, 216 f., 308, 316 ff., 320,
335 ff., 340 f., 344, 358, 360, 364 f., 379,
390 f., 420, 431 ff., 437, 455 f.

F

Feldenkrais-Methode 56, 178 f.,
Film-/Lichtbildvorträge 21, 46, 71, 90,
130 ff., 147 ff., 332 f., 340, 344 f., 364 f.,
400 f., 430 f., 439
Film/Medien 46, 139 ff.
Finanzbuchführung 276 ff.
Finanzen 78, 94, 108 ff., 280 f., 306 f., 355
Fitness/Workout 57, 191 ff., 386, 408 ff.
Floristik 168 f., 394 ff., 415 f., 428 f.
Fotografie 21, 48, 159 ff., 322, 324, 369 ff.,
403 f., 428, 437
Französisch 41, 52 f., 231 ff., 321, 337, 342,
370, 396, 407, 443
Führungskräfte 270 f.

G

Gebärdensprache 321
Gedächtnistraining 55, 267 f.
Geschichte und Geografie 21, 24, 63 ff., 132,
313 ff., 332 ff., 340, 344 f., 364 f., 382 f.,
400 f., 404 f., 426, 430 f., 438 f.
Geschichtswerkstatt 64, 332, 334, 344,
382 f., 405, 426, 438
Gesundheitsbildung/-methoden 53 ff., 91,
93, 174 ff., 308, 324 f., 414, 422, 447 ff.
Getränke-/Weinkultur 19, 40, 127, 209 ff.,
413 f., 420 ff., 458 f.
Gitarre 135 f., 370

Goldschmieden 167 f.

Griechisch 247
Grundbildung 300 ff.
Gymnastik 326, 395

H

Häkeln 171, 347
Hauptschulabschluss 309

I

Inklusionsangebote 86 f., 102, 302 ff., 398
Integrationskurse 258 f.
Interkulturelle Kompetenzen 223 ff.,
268 ff., 308
IT-Sicherheit 287 f.
Italienisch 243 ff., 428, 443

J

Japanisch 247 f.
Junge vhs 23 ff., 134 f., 184, 194, 198 f., 203,
206 ff., 224, 319 f., 347, 371 ff., 381 f., 393,
398, 405 f., 420, 422 f., 436, 440 f., 446 f.,
450, 452, 455 f.

K

Kalligrafie 248
Kampfkunst 194
Kaufmännische Weiterbildung 272 ff.
Keramik 169 f., 322 f., 417 f., 429, 444
Kochen 201 ff., 328 ff., 342, 346 f., 397 f.,
412 f., 420 ff., 457 f.
Konzert 436
Korbflechten 171
Koreanisch 249 f.
Kunstfahrten 144
Kunstgeschichte/Archäologie 49 f., 144 ff.,
350
Kunsthandwerk 166 ff., 393 f., 418
Künstliche Intelligenz (KI) 35, 40, 266 f.,
274 f., 286 f., 375 f., 459

L

Lektürekurs 19 ff., 125 ff.
Lerntreff 284 f., 286, 303 ff.
Lesen und Schreiben lernen 302 ff.
Lesung 82, 99, 124 f., 175, 333 f., 350, 391
Line Dance 194 ff., 332, 385
Literatur 19 ff., 45 f., 122 ff., 214, 430 f.

THEMENREGISTER

M

Make-up 188 f.
Malen 48, 153 ff., 319, 322, 370, 394, 445
Mathematik/Rechnen 306
Mediengestaltung 294 ff.
Meditation 179 f., 390, 448
Medizin/Therapieansätze 42, 54 f., 106 f.,
175 ff., 324 f., 344, 368, 379 f., 414, 422
Mittlerer Bildungsabschluss 309
Mundart und Heimatkultur 131, 162, 313 ff.,
332, 334, 340, 344
Musik 27 f., 48, 125, 134 ff., 436

N

Nähen 170 ff., 323, 340 f., 348, 370, 418,
429 f., 444
Natur, Umwelt, Nachhaltigkeit 24 ff., 81 ff.,
175 f., 208, 320, 335 ff., 344, 351, 354, 357 f.,
362 f., 378, 390 ff., 401 ff., 426 f., 454 f.
Naturwissenschaft/Technik 90 f., 383
Niederländisch 250
Nordic Walking 57, 193

O

Office-Anwendungen 35, 288 ff., 374 ff.
Online-Kurs 16, 68, 72, 78 f., 93 f., 98, 100,
109, 112 ff., 121, 132, 134, 147 ff., 185 f.,
190, 203, 229, 245, 262 f., 266 ff., 270 f.,
273 ff., 278 ff., 283 f., 286, 290
Ostern 30, 206 f., 393, 397, 412, 454

P

Pädagogik 97 ff., 318 f., 353, 355, 440
Philosophie 44, 117 ff.
Photoshop 295
Pilates 56, 190 f., 448
Plastik/Skulptur 166
Politische Bildung 18, 24, 73 ff., 93,
308, 361 f.
Polnisch 250
Porträt 160 f., 417 f.
Portugiesisch 250, 320 f.
Pressearbeit 114 f., 275 f.
Programmieren 32 f., 293 f.
Psychologie 94, 100 ff., 380 f., 392

Q

Qi Gong 55 f., 187 f., 326

R

Rechnen/Mathematik 306
Rechtsfragen 42, 105 ff., 344, 351 ff., 356,
379 f., 423 ff., 441
Reisen/Reiseberichte 21, 71, 131 f., 332 f.,
340, 345, 364 f., 400 f., 430 f., 439
Resilienz 36, 174, 381, 392, 449
Rückenschule/Wirbelsäulengymnastik
189 ff., 385, 396, 451
Russisch 250 f.

S

Schach 324
Schlüsselkompetenzen 266 ff., 392
Schmuck 166 ff., 405 f., 416, 422, 429, 444 f.
Schreiben 127, 129 ff., 303
Schulabschlüsse 309
Schwangerschaft und Baby 422
Selbstbewusstsein 36, 271
Selbstverteidigung/-behauptung 29, 194
Singen 27, 47, 134 f., 334
Skulptur/Plastik 166
Smartphone-Kurse 284 ff., 383, 403, 428
Social Media 140 f., 275 f.
Spanisch 53, 239 ff., 407, 427, 443 f.
Spirituosenseminare 216
Sportbootführerschein 330
Sprachen 16, 31, 51 ff., 232 ff., 252 ff.,
320 f., 337, 342, 371, 384, 396, 406 ff.,
427 f., 442 ff.
Stepptanz 196 f.
Stressbewältigung 174, 178 ff., 368, 447, 449
Stricken 171, 323
Studienfahrten/Tagesfahrten 18 f., 40, 58 f.,
74 f., 77, 124, 144, 216 f., 308

T

Tablet-Kurse 284 f., 428
Tai Chi 55 f., 186 f., 368, 408, 451
Tanzen 29 f., 192, 194 ff., 332, 340, 371 ff.,
385, 393, 450, 453
Tastschreiben/Computerschreiben 31 f.,
281 f., 305
Technik/Naturwissenschaft 90 f., 383
Textiles Gestalten 170 ff., 323, 340 f., 347 f.,
370, 418, 429 f., 444
Thailändisch 251
Theater 47 f., 136 f., 142
Theologie 117 f.
Türkisch 251

U

Ukulele 135 f.

V

Vegane, vegetarische Ernährung 203 ff., 421
Verbraucherberatung/-schutz 42 f., 104 ff.,
312 f., 344, 351 f., 354, 381, 400, 423 ff.,
441 f.
Vereine 114 f., 353, 380

W

Waldpädagogik 320, 344, 362, 378, 390
Wanderungen/Spaziergänge 17, 24, 26, 58,
69, 82 ff., 193, 208, 308, 320, 335 ff., 344,
364 f., 379, 390 f., 402, 454 ff.
Wassergymnastik 57, 193, 327, 408
Websites erstellen 33, 297
Wein-/Getränkekultur 19, 40, 127, 209 ff.,
413 f., 458 f.
Wirbelsäulengymnastik/Rückenschule
189 ff., 385, 396, 451
Word 35, 288 f., 374 f..

X

Xpert Business 276 ff.
Xpert Cultural Communication Skills 268 f.

Y

Yoga 28 f., 56, 180 ff., 325 f., 369, 385 f.,
396, 408

Z

Zaubern 28, 373 f., 405 f., 423, 436
Zeichnen 153 ff., 394, 416 f.
Zumba 192, 409

A

Aatz, Dominique 178
Adam, Annika 178, 190
Adolf-Bender-Zentrum 75
Akhlaghi, Sedi 188 f.
Alaimo, Maria 243 f.
Albert, Alexandra 385, 408 f.
Alles, Frederic 169 f.
Almokheber, Asmaa 422
Alpuente, Pilar 240, 243
Altmeyer, Patrik 358
Altpeter, Heike 40
Alves-Weyers, Manuela 250 f., 320 f.
Amiot, Cécile Sujatha 192, 195
Anlauf, Susanne 193
Apfelbach, Beatrice 323
Arnold, Wolfgang 334
Augustin, Roland Dr. 162

B

Bach, Elsbeth 55
Bach, Wolfgang Dr. 125
Bächle, Ulf 43, 45
Bambach, Martin 17, 27, 85 ff., 456
Baronsky-Ottmann, Nicole 147
Bartosch, Franziska 18, 24, 75, 77
Bauer, Lea 36 f.
Bauer, Natascha 107
Bauer, Oswin 212 f.
Bäumler, Iris-Marie 364
Becker, Cathrin 113 f.
Becker, Heidrun 56
Behr, Javier 223, 225, 228 f.
Behringer, Klaus 127
Ben Dkhil, Hedi 247
Bender, Christine 417
Bender, Manfred 105 f., 353 ff., 361
Benn, Imme 183
Benpreisch, Eva 179
Bernardi, Michael 35 f., 272, 279 f., 282
Bernarding, Julia 380
Bertelli, Francesca 52, 226 ff., 442 f.
Besch, Marco 451 f.
Betreuungsbehörde Regionalverband
Saarbrücken 42, 106, 380, 426
Betz, Kristina Dr. 149
Beyer, Andreas Prof. Dr. 151
Bildau, Judith Dr. 175
Binder, Andreas Prof. Dr. 54, 177
Blaes, Stephanie 447
Blank, Marion 189, 192
Blass, Jan-Luca 140
Bock, Ulrike Dr. 49 f., 148
Böhme, Claudia 150
Bohr-Jankowski, Karin 127, 129
Boissier, Nicole 342

Bollinger, Hans 332, 334
Both, Reiner 351, 424, 442
Both, Tanja 208, 354, 365, 379, 390, 413, 454 f.
Böttcher, Guillermo 56, 180 ff., 186, 198 f.,
325 f., 327, 369, 408 f.
Boudraa, Petra 174
Bourgeois, Annelies 225, 250
Bozkurt, Serkan 392 f., 450 f.
Bradt, Thorsten H. 274 f.
Braun, Jutta 381 f.
Braun, Lothar 381 f.
Breil, Stefan 60 f., 286 f.
Breininger, Lilli 160, 164
Britten, Jessica 449, 451
Brockmüller, Gabriele 170, 323, 325
Brokate, Ratna 204
Bruce Boye, Elke 178 f.
Brück, Claudia 82, 89
Bubel, Wolfgang 321
Bulciolu, Barbara 428
Burkert-Arbogast, Nicole 380 f., 440
Buss, Silvia 18, 67
Byun, Jae Sun 249

C

Calabrese, Marina 225, 244 f.
Camelo Ramirez, Ruby 239 f.
Campos Sánchez, Vanesa 427
Cappel, Thomas Reiner 287 f.
Cárdenas, Rubén 241 f.
Cattaneo, Mario 305 f.
Caymaz-Isiklilar, Ayla 205 f., 458
Chait, Benjamin 120
Cho, Yeji 137, 142
Choblet, Matthieu Dr. 21, 126
Choe, Mi-Hyon 195 f.
Choi, Young-Joo 249
Clemens, Daniel 26, 28
Clemente, Mechthild 428
CoopGo Genossenschaftsverband e.V. 115
Curcuruto, Sebastiano 119
Custodis, Florian Dr. 54, 177

D

Dahms, Matthias 271
Dauriach, Sylvie Dr. 101, 236, 238
De Graaf, Suzanne 250
Deby, Eric 232 f.
Decker, Leonore 302, 304, 307
Decker, Petra 71
Deetz, Karsten 352, 360
Detzler, Helmut 402
Deutscher, Thomas 223, 225, 227, 232, 406 f.
Dick, Bernhard 282 f., 288 ff., 294, 374 ff.
Diester, Natalya 250 f.
Dietzsch, Magali 237
Difonzo, Chiara Debora 245
Dilk, Karl-Günther 118
Dittgen, Dennis 189
Dittrich, Klaus 141
Döpp, Sabrina 141
Dörr, Hans Jürgen 210 f.
Douba, Marion 184 f.
Drouin, Frank 378
Dumont-Roty, Sébastien 232
Dupin, Thierry 232, 234, 236, 321
Duppre, Elisabeth 396

E

Ebersohl, Simone 326
Ebert, Charlotte 332, 334
Ecke, Klaus R. 153, 155, 394
Ehre, Anette 387
Eisen, Stefan 153
Eitel, Klaus 174, 180 f.
Engels, Brigitte 444
Entsorgungsverband Saar 316
Erhardt, Paola Rosell 240
Ernst, Maria 398
EUROP'age e. V. 40
Ewen, Waltraud 184 ff., 190

DOZENTINNEN- UND DOZENTENREGISTER

F

Faßbender, Klaus Dr. 104
Fehrenbach, Rosa Adeline Prof. Dr. 42
Fell, Joachim 430
Feldes, Thomas 360
Fiedler, Jessica 99, 353, 355
Fischer, Andrea Dr. 93
Fläschner, Thomas 456
Fox, Christine 272 f.
Frank, Marianne Andrea 440
Freidinger, Udo 29, 57, 193 f., 326 f.
Freiler, Tatjana 155, 445, 447
Freyhofer, Sandra 440 f.
Friedrich, Klaus 86, 152
Frost, Gregg 54, 176
Fuchs, Antje Dr. 64
Fuck-Feix, Hans-Jürgen 329
Fuß, Natalie Dr. 366 f.
Futakuchi, Atsuko 248

G

Gaevert, Horst 358
Galetzka, Birgit 243 f.
Gard, Annika 161
Gehl, Jahin 448
Geisen, Guido 454
Georg, Annette 368
Gerber, Alexander 126, 137
Giannoulis, Christina 247
Giese, Judith 40
Gigerenzer, Gerd Prof. Dr. 100
Gilgen, Bernhard 404
Glaser, Harald 64, 69, 332
Glatz Lopez de Gernerio, Julene 202 f.
Globus Dudweiler/Güdingen 317
Göbel, Torsten 171
Gode, Brigitte 16, 203
Gottesleben, Michael 106
Graser, Elisabeth 190 f.
Gruca, Andreas 176, 384
Grün, Tamara 410 f.
Gutensohn, Nina 422

H

Hach, Pascal 408
Haffner, Elisa 124
Hagedorn, Axel 335 ff., 390
Haidarzhyl, Kateryna 362
Hammer, Petra 179, 193, 386, 411, 449
Happi, Orchelle Rodrigue Theresa 30 f., 203, 205 f.
Haring, Anne 166
Harth, Klaus 151, 154
Hartkorn, Rainer 56 f.
Hartwahn, Evgeni 322 f.
Haupt, Karin 340, 373
Heger, Anika 385
Hegner, Maria Dr. 223, 231 f.
Heib, Andrea 249
Henné, Marion 166 ff.
Hentges, Eva 405 f., 416 f., 422, 429, 446
Herbig, Albert 156 f.
Herresthal-Scharf, Sylvia 105
Herrmann, Klaus 441
Herrmann, Werner 431
Herte, Michael 94
Herzau, Thilo 283 f., 286, 290
Hesse, Dorothea 179
Hewener, Vera 48
Hijazi, Mohamad 247
Hildebrand, Jan 400
Hilgers, Barbara 49
Himbert, Dirk 328 f.
Himbert, Elisabeth 413
Hinze, Klaus 160, 369
Hippchen, Thomas 66
Hochgeschwender, Michael Prof. Dr. 72
Hockemeyer, Lisa Dr. 151
Höfer, Ulrich 322, 324
Hoffmann, Gabi 25, 85, 208
Höflich, Susanne 303
Holz, Ursula 380
Horn, Vanessa 98, 271
Hornberger, Christoph M. 451
Hu, Chun-Hong 204 f., 215, 247
Hubig, Florian 329 f.
Hübschen, Susanne 169, 394 ff., 406, 415 f., 446 f.
Huth, Lisa 360
Huyras, Iris 452

I

Ivanescu, Ciprian 422

J

Jackson, Myles W. Prof. Dr. 134
Jäger, Sebastian 216
Jakobs, Reinhard 313
Jene, Inge 304
Jochem, Manfred 292 ff.
Jochum-Engel, Sabine 429
Jockers Kaltz, Vera 414
Jolly, Markus 400
Jülch, Christian Dr. 313
Jung, Daniel 312 f., 344 f., 352 f., 379 f., 424
Jung, Matthias 99
Jungfleisch, Monika 382 f., 403 ff., 438 f.
Jungfleisch, Nadine 35, 273
Jungmann, Werner 401 f., 426 f.
Junk, Petra 187 f.
Jünke, Holger 107, 109

K

Karger, Astrid 161
Karyag, Alev 251
Kasotaki, Maria 457
Kees, Stefan 316, 320, 344 f., 351, 357, 362 f., 371, 378 f., 384, 390 f., 403, 425 ff., 442, 455 f.
Kelm-Richter, Natalie 284 f.
Kirch, Klaus 316
Kircher Francois, Sabrina 231, 233
Kirchhoff, Bodo 124
Klär, Werner 344
Kleiß, Peter Dr. 118
Klingen, Heino Dr. 118
Klopp, Stefan 334
Klotchkova, Sabrina 89, 91
Koch, Bettina 140
Koch, Samuel 101 f.
Koch, Susanne 324 f.
Kohl, Ralf Dr. 320
Köhnke-Krämer, Regina 189 f.
Korb, Fabienne Dr. 19
Korobov-Köhler, Maria-Elena 257
Koslowsky, Melanie 409
Kött-Müller, Heidi 189
Kranz, Simone 137
Krause-Wichmann, Susanne 233 f., 237, 245 f.
Krieger, Christine 194 f.
Krisam, Jürgen 363
Kubitzek-Pelka, Almut 120 f.
Kugler, Karl-Ernst 69 ff., 340
Kuhn, Ralf 32 ff., 174, 268, 288 ff.
Künzer, Frank 104
Kunzler, Renate 332

L

Lajko, Eva 30, 184, 199
Lambrecht, Astrid 69
Lange, Helmut 267 f.
Lanzer, Karin 319 f., 322
Lassek, Karl-Reiner 355
Lauer, Marco 27 f., 374 f., 405 ff., 423, 436 f.
Lee, Jung-Yeun 204, 328
Lehberger, Stephan 438
Leo, Maxim 124
Leonardy, Heribert Dr. 44
Lewis, Christopher 229
Leyes, Anita 453
Linn, Adrian 306
Linnenberger, Jürgen 345
Linster, Léa 16, 203, 205
Litzenburger, Ellen 24, 85, 365
Lohmann, Holger 332, 340, 364, 439
Loll, Uwe 266 f.
Lorig, Astrid 332, 334
Loser, Petra 330
Louis, Sonja 431
Löw, Christian 210, 213 f.
Luckas, Beate 289 ff.
Ludwig, Stefanie 58 f.
Lupp, Peter Michael 46, 64, 82 f., 146 f., 350 f., 391 f.
Lust, Ulli 150

M

Maas, Ingrid-Carolin 408
Mai, Jürgen 71
Maier, Bernhard Prof. Dr. 72
Major, Franz-Josef 354, 376
Malessa, Christian 130 ff.
Mandaba, Michael 302, 307
Manderla, Norbert 316
Margardt, Janek 31, 224, 228
Margolina, Marianna 196 f.
Marino, Sara 244 f.
Marmit, Annette 448, 450
Marzen-Schwindling, Susanne 384 f.
Mas, Jean 336
Maslennikov, Viktoria 170 f.
Mathieu, Bernd 215, 326
Mathieu, Margareta 56
Mbaho, Nelly 206
Meiser, Astrid 231, 233 f., 236, 427 f.
Meister, Jochen 150
Meister-Paredes, Raquel 242
Menzel, Arne 47 f., 155
Mertes-Jacob, Markus 426
Merz, Sabine 56, 178
Metzger, Jürgen 424
Meyer, Jürgen 70
Meyer, Peter 407

Meyer, Torsten 59, 61, 111, 383, 402 f., 428
Michaltzik, Werner 21, 131, 333, 345, 356 f., 364 f., 400, 430 f., 438 f., 459
Mohamad, Othman 341
Mohaupt, Franziska 93
Mohra, Stefanie 44 f.
Molter, Nicole 347
Mörge, Christine 112 f., 359, 441
Morsch, Brigitte 101
Mous, Razan 427
Mühlbauer, Ute 177 f., 366
Müller, David 28 f., 183 f., 187
Müller, Edgar Werner 77 f., 361 f.
Müller, Sydney 249
Müller, Uwe 386 f.
Müller-Benecke, Mechtild 304
Münkler, Herfried Prof. Dr. 78
Munz, Johannes 276, 278, 280

N

Nantasook, Saranya 251
Nantasuk, Aphaphan 204
Nehme, Hartmut 274, 281
Neises, Patricia 443
Neu, Barbara 323
Neroth, Alisha 441
Nicolay, Chantal 233, 235, 337, 396 f.,
Niegel, Ingrid 55
Nikunen, Kirsii Kaarina 263
Nilius, Gudrun 303

O

Oehrlein, Evelyn 369
Omlor, Beatrix 49, 51 ff.
Oppermann-Poupon, Josette 52
Osthoff, Simone 239, 241 f.

P

Pacheco Torres, Valeria 239 f.
Panasiuk, Oksana 197
Parduhn, Roswitha 166
Parlow, Tim 356
Peiler, Sofie 192
Penth, Max 19
Pezelyté, Austeja 47, 134
Pfeil, Bernd 216
Philipp, Markus 66 f., 70
Pichler, Caroline 386
Pidoll-Champomier, Astrid 229, 321
Piper, Dirk 125
Platz, Gisela 44, 118, 270
Polzin-Haumann, Claudia Prof. Dr. 16 f.
Pörtner, Catherine 384
Praksys Partnersch. Burkert+Wilhelm 98
Pusceddu, Ilaria 244, 246, 443

Q

Quinten, Larissa 371 ff.
Quinten, Thomas 437

R

Radecke, Klaus Dr. 54 f., 176 f.
Rambling, Rovers 436
Rammer, Ingo 212
Ranft, Jan 125
Ranker, Marion 393 f.
Rau, Katherine 227 f.
Rauch-Bernd, Elisabeth Dr. 231, 233
Rechtsanwälte Fries & Herrmann 107 f.
Recktenwald, Esta 106
Reeck, Olaf 416 f.
Reemtsma, Jan Philipp Prof. Dr. 121
Reichardt, Christopher 41
Reichardt, Oliver 29, 198
Reichert, Wendelin 354
Reinhards, Eva 393
Reinig, Silke 25 f.
Ribic, Esther 41
Rodríguez, Fernanda 240
Roessler, Thomas 48, 124, 144, 164
Roggero Manrique, Sandra Edith 443 f.
Rohr, Armin 149, 153, 157
Rohr, Konstantin 352
Roland, Jürgen 282, 296 f.
Rolshausen, Katharina 130, 215 f.
Rolshausen, Martin 215 f.
Romano, Giovanni 346 f., 397 f., 412 f., 420 f., 457 f.
Römer-Horn, Ortrud 352, 390
Rommel-Jost, Manuela 448 f.
Rosenkranz, Kirsten 270
Roth, Silke 67
Röttig, Stefan 27
Rouget, Gerhard 19, 21, 126 f., 134 f., 211 f., 214, 216 f.
Rousseau, Ralf 187
Rousselange, Ruth 333
Rubeck, Patrick 43, 106, 312, 355, 425, 442
Rüdenauer, Esther Dr. 211
Rupp, Birgit 418
Rupp, Christian 168
Rupprecht, Harald 194
Ruschel, Josef 363

DOZENTINNEN- UND DOZENTENREGISTER

S

Saar, Sabine 223
Saarländische Wasserstoffagentur GmbH 90 f.
Sachsse, Rolf Prof. Dr. 163
Sahr, Aaron Dr. 78 f.
Sauder, Andreas 366, 415
Sauer, Franziskus 41
Sauer, Gabriele 18, 152
Sautter, Björn Dr. 79
Scazzari, Melanie 272
Schäfer, Conrad 87, 341 f., 357 f.
Schäfer, Elke 387
Schäfer, Klaus-Peter 42, 111, 356
Schank, Dorothee 101, 266
Scheller, Marc 318, 432 f.
Scherer, Myriam 418
Scherer, Thomas 330
Scherpelz, Malte 42 f., 109 f., 306 f., 381, 401, 425
Schmidt, Ekkehardt 67, 70
Schmidt, Lidia 250
Schmidt, Nicole 180 f.
Schmiedel, Barbara 444
Schmitt, Elisabeth Dr. 18 f., 77
Schmitz, Frank 65
Schnabel, Barbara 171, 444 f.
Schneeweiß, Reinhard 111 ff., 359
Schneider, Gerhard 295 f.
Schneider, Isabelle 407
Schneider, Kevin 140
Schneider, Stefan 17
Schönenberger, Armin 41, 214 f., 413 f., 421, 457 ff.
Schöpfli, Ernst Bartlin 69
Schreiber, Patricia 191, 193
Schreiner, Frank 196 f.
Schroden, Marie-Katrin 350
Schuck, Karin 259
Schuler, Markus 364
Schultzeis, Christian 130
Schumacher, Christina Dr. 53 f., 91, 93, 175 f.
Schumacher, Margit 191 f., 396
Schuster, Andrea 302, 308
Schwab, Elke 334
Schwarz, Ellen 320, 422, 429
Schwarz, Peter 351
Schwarz, Werner 21
Schwender, Sandra 21, 162
Schwindling, Axel Dr. 407
Sciascia, Domenico 213
Seguí, Natalia 241 f.
Seiler, Doris 48
Seim, Jonathan Dr. 93
Seitz, Georg 210 ff.
Serra, Nicoletta 243

Serrière, Thomas 303, 305
Seul, Martina 396
Sicurani, Catherine 51, 53, 234 f.
Sieber, Gerhild 70
Slotta, Delf 64 f., 120, 145, 358, 420
Soltani, Shoran 370, 404 f.
Sommer, Natalia 190
Speicher, Ewald 44, 119
Speicher, Mechthild 126
Spielelagune Saar e.V. 138
Sprick, Annegret 303
Springer, Christine 191
Stavrou, Gregor A. Dr. Dr. 54, 176
Steffen, Silke 226 f.
Stehlíková, Jana Dr. 77
Stein, Harald 136 f., 370
Stein, Heide 426
Stein, Meike 114 f.
Steiner, Christine 426
Stephan, Roland 313
Stetter, Nicole 174
Stollberger-Rilinger, Barbara 72
Stoltenberg, Ruth 163 f.
Stolzenberger-Kawada, Mayumi 247 f.
Stoye, Karina 184
Strauß, Simon Dr. 79
Strempel, Leo 436
Strozzi, Elisa 223 f., 227, 244, 246
Strozzi, Riccardo 52 f.
Strübig, Daniel 105
Sude, Katrin 161 f.
Summkeller, Roland 363
Suttka, Bernd 211
Symank, Sebastian Dr. 176

T

Taguchi, Kazuki 248
Talbot, Theodore Dr. 119
Ternes, Markus Ch. 273
Theis, Christiane 45, 58
Thiel-Dirksen, Claudia Dr. 248, 302 f.
Thiele, Noline 234
Tilmon, Gisela 418
Toader, Harald 261
Tomczyk, Thomas 356
Tonnelier, Rose-Marie 238
Toussaint, Suzanne 41
Tschudy-Lonsdorfer, Claudia 348, 429 f.
Tumminelli, Lilla 412

U

Ullrich-Schäfer Ingrid 153
Ulrich, Rainer 90

V

Villard, Françoise 307
Vogel-Latz, Guido 66
Volksbund Deutsche Kriegsgräberfürsorge e.V. 18, 74
von Agris, Anna-Sophie 94
von Lutz, Bruno Dr. 229
von Osterhausen, Ingrid 304
Voss, Julia Prof. Dr. 132

W

Wagner, Gerhard 225, 228
Wagner, Lisa 53 f., 91, 93, 175 f.
Wagner, Randolph 418
Wagner, Willi 279 f.
Walstra, Kerst 126
Wang, Mo 270
Weber, Fred 124, 144, 309
Weber, Marco 40
Weber, Rolf 352, 354 ff., 442
Wehlen, Bernhard Dr. 49 f., 147 ff.
Weiland, Brigitte 445
Weibacher, Julian Dr. 46, 48
Weicken, Hans-Michael Dr. 85
Weins, Christel Dr. 46, 48
Weltkulturerbe Völklinger Hütte 145
Weniger, Andrea Dr. 150
Wenk, Gabi 89, 363, 365
Werner, Anne-Marie Dr. 237
Weyand-Franz, Uwe 272
Wiemers, Patrick 283 ff., 297
Wilhelm, Susanne 319, 440
Willems, Wolfgang 66, 108
Wolf, Maria 417
Woll, Tobias 288, 291

Z

Zägel, Gerhard 32, 281 ff. 305, 308
Zander, Stephan 53 f., 91, 93, 175 f.
Zare, Susan 140
Zentraler Kommunalen Entsorgungsbetrieb 104
Ziegenbalg, Bob 45, 47
Zimmer, Hans-Peter 367 f.
Zimmermann, Monika 327
Zinnow, Marcel 37, 294
Zinsmeister, Frank 297
Zraiouil, Nada 422

1. Geltungsbereich

- 1.1 Die allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) der Volkshochschule Regionalverband Saarbrücken, Schlossplatz, 66119 Saarbrücken (im Folgenden: „vhs“) gelten für alle Kurse und Veranstaltungen der vhs, sofern nicht etwas Abweichendes schriftlich vereinbart ist.
- 1.2 Bei der Durchführung von Studienfahrten/-reisen, die einen Dritten als Veranstalter ausweisen, gelten die vorliegenden AGB nicht. Für Studienfahrten/-reisen, welche die vhs als Pauschalreise im Sinne der Richtlinie (EU) 2015/2302 anbietet, sind Informationen zu den wichtigsten Rechten der Teilnehmenden abrufbar unter: vhs-saarbruecken.de

2. Anmeldung und Vertragsschluss

- 2.1 Die Ankündigungen der vhs von Kursen und Veranstaltungen in den Programmen, Aushängen, im Internet usw. stellen kein bindendes Angebot zum Abschluss eines Vertrages dar. Das verbindliche Angebot zum Abschluss eines Vertrages über die Teilnahme an dem jeweiligen Kurs wird mit der Anmeldung oder, falls dies zeitlich früher erfolgt, der Zahlung des Teilnahmeentgeltes abgegeben. Sollte die Teilnahme an einem Kurs ohne Anmeldung erfolgen, erfolgt der Vertragsschluss durch die Ermöglichung der Teilnahme.
- 2.2 Die anmeldende Person ist an die Anmeldung gebunden. Die Anmeldung wird von der vhs schriftlich bestätigt, dadurch kommt der Vertrag über die Teilnahme zustande. Die Anmeldung ist verbindlich. Das gesetzliche Widerrufsrecht, sofern es besteht, bleibt davon unberührt.
- 2.3 Die Anmeldung kann schriftlich, per E-Mail, im Log-in-Bereich der Homepage oder persönlich innerhalb der Anmeldefrist bei der VHS erfolgen. Eine telefonische Anmeldung ist nur bei gebührenfreien Kursformaten innerhalb der Anmeldefrist möglich.
- 2.4 Die Anmeldungen werden in zeitlicher Reihenfolge ihres Eingangs bearbeitet. Ein Anspruch auf Teilnahme besteht nicht.
- 2.5 Die Zulassung zu den einzelnen Veranstaltungen der vhs kann aus sachlichen oder organisatorischen Gründen (z.B. Kapazität der Räumlichkeiten) begrenzt sein. Sollte der Kurs/die Veranstaltung ausgebucht sein, wird die anmeldende Person per E-Mail oder Post informiert.

3. Teilnahme, Anmeldeerfordernis, Zulassung, Zulassungsbeschränkung

- 3.1 Eine Teilnahme an Kursen der vhs ist nur nach vorheriger Anmeldung möglich. Sollte im Einzelfall eine Anmeldung nicht erforderlich sein, ist dies in der Kursbeschreibung ersichtlich.
- 3.2 Die Teilnahme kann von besonderen persönlichen und/oder sachlichen Voraussetzungen abhängig gemacht werden.

4. Akademie für Ältere

Voraussetzung für die Teilnahme an den Kursen der Akademie für Ältere ist ein Mindestalter von 65 Jahren. Für die Kurse der Akademie für Ältere wird einmalig eine Semestergebühr in Höhe von EUR 75,00 erhoben zzgl. eventuell anfallender Kursgebühren (nähere Informationen im aktuellen Programmheft).

5. Organisatorische Änderungen

- 5.1 Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch eine/n bestimmte/n KursleiterIn durchgeführt wird.
- 5.2 Die vhs kann aus sachlichem Grund in einem der anmeldenden Person zumutbaren Umfang Ort, Kursgröße und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern.
- 5.3 Muss eine Veranstaltung oder Veranstaltungseinheit aus von der vhs nicht zu vertretenden Gründen ausfallen (z.B. wegen Erkrankung des Kursleitenden), so kann ein Nachholtermin angesetzt werden. Ein Anspruch hierauf besteht jedoch nicht.
- 5.4 Wird die für eine Veranstaltung erforderliche Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht, so wird die vhs in der Regel versuchen, sich mit den Teilnehmenden auf eine Erhöhung der Kursgebühr und/oder eine Kursverkürzung zu einigen.

6. Abmeldungen/Rücktritt der anmeldenden Person

- 6.1 Die anmeldende Person ist in folgenden Fällen zum Rücktritt vom Vertrag berechtigt:
 - 6.1.1 bei Einzelveranstaltungen bis zu 1 Werktag vor dem Veranstaltungstermin bzw. bei Kursformaten vor dem zweiten Kurstermin
 - 6.1.2 bei Wochenendseminaren, Kompaktkursen über mehrere Tage und Studienfahrten ist eine schriftliche Abmeldung bis

spätestens 4 Wochen vor Kursbeginn erforderlich, bei Kursen im Rahmen des Saarländischen Bildungsfreistellungs-gesetzes (SBFG) ist eine schriftliche Abmeldung bis spätestens 14 Tage vor Kursbeginn erforderlich

- 6.1.3 bei allen Koch- und Degustationskursen, etc. bis zu 2 Arbeitstagen (Arbeitstage sind montags – freitags) vor Kursbeginn. Fällt ein Koch- oder Degustationskurs, etc. auf einen Sonn- bzw. Feiertag, Montag oder Dienstag spätestens bis zum vorangehenden Freitag bis 12:00 Uhr.
- 6.2 Rücktrittserklärungen haben schriftlich oder per E-Mail zu erfolgen. Für die Fristwahrung der Rücktrittserklärungen ist das Datum und die Uhrzeit des Eingangs der Rücktrittserklärung bei der vhs maßgeblich.
- 6.3 Soweit ein gesetzliches Widerrufsrecht besteht, bleibt dies von den vorstehenden Rücktrittsregelungen unberührt.

7. Rücktritt seitens der vhs

Die vhs ist in folgenden Fällen zum Rücktritt vom Vertrag berechtigt:

- 7.1 wenn eine Veranstaltung aus Gründen, welche die vhs nicht zu vertreten hat (z.B. Ausfall einer Kursleiterin/eines Kursleiters) ganz oder teilweise nicht stattfinden kann.
- 7.2 wenn die bei der Kursausschreibung angegebene Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird
- 7.3 wenn die teilnehmende Person nach einem vorübergehenden Ausschluss der Teilnahme gem. Ziffer 13 ihr Verhalten nicht ändert und dadurch die Durchführung der Veranstaltung für die dozierende Person und/oder andere teilnehmende Personen unzumutbar wird.

8. Höhere Gewalt

Für den Fall, dass die anmeldende Person oder die vhs an der Teilnahme bzw. Durchführung der Veranstaltung durch ein Ereignis höherer Gewalt ganz oder teilweise gehindert sind (z.B. durch Kriegshandlungen, bürgerkriegsähnliche Unruhen, Epidemien, Tod, Feuer, Unterbrechung oder Verzögerung von Transportmitteln, Stromausfall, Handlungen oder Anordnungen öffentlicher Behörden, Arbeitskämpfe oder arbeitskampfähnliche Maßnahmen (ausgenommen sind Streiks des Personals der vhs) oder durch andere

ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Ursachen ähnlicher oder anderer Art, die jenseits des Einflussbereichs einer der Parteien liegen) werden die anmeldende Person bzw. die vhs von sämtlichen Verpflichtungen aus diesem Vertrag in Bezug auf die nicht erfolgte Veranstaltung entbunden. Erkrankung bzw. Unfälle stellen keine Höhere Gewalt dar.

9. Kursgebühren und Zahlung

- 9.1 Die Höhe der Kursgebühren ergibt sich aus den Angaben zu den Kursen auf der Homepage oder im Programmheft der vhs. Die Kursgebühren sind mit der Bestätigung der Anmeldung durch die vhs fällig.
- 9.2 Die Zahlung der Kursgebühr kann durch SEPA-Lastschrift, PayPal, EC- bzw. Kreditkarte, bar oder in Ausnahmefällen per Überweisung erfolgen. Die Zahlung ist spätestens eine Woche nach Bestätigung der Anmeldung durch die vhs fällig. Die anmeldende Person kommt nach Bestätigung der Anmeldung in Verzug, wenn sie die Teilnahmegebühren nicht fristgerecht zahlt.
- 9.3 Mit der Online Anmeldung und der Auswahl „Bezahlung per Bankeinzug“ erteilt die anmeldende Person die zur SEPA-Basislastschrift erforderliche Ermächtigung und Anweisung. Die Abbuchung erfolgt nach Bestätigung der Anmeldung durch die vhs. Das SEPA-Lastschriftmandat ist unbefristet gültig und jederzeit widerrufbar. Bei Auswahl „Onlinezahlung“ kann direkt online gezahlt werden. Bei erfolglosem Lastschrifteinzug schuldet die anmeldende Person vorbehaltlich weitergehender Ansprüche für die Bearbeitung des Anmeldevorgangs eine Bearbeitungspauschale von 3 Euro. Der anmeldenden Person steht der Nachweis offen, dass die tatsächlichen Kosten wesentlich niedriger sind als die vereinbarte Pauschale.
- 9.4 Im Zentralen Service sind Barzahlungen, EC- und Kreditkartenzahlungen möglich.
- 9.5 Bei Einzelveranstaltungen mit Abendkasse kann die Kursgebühr an der Abendkasse gezahlt werden, wenn dies bei der Veranstaltungsankündigung gesondert vermerkt ist.
- 9.6 Im Falle einer Rückerstattung von Kursgebühren erfolgt diese grundsätzlich bargeldlos durch Überweisung auf das von der anmeldenden Person benannte Konto.

10. Ermäßigungen

Bei ermäßigungsfähigen Kursen (gesonderte Kennzeichnung der Kursgebühren) erhalten Studierende (nicht Fernstudium, Seniorenstudium und berufsbegleitende Studiengänge), Auszubildende, Empfänger von Leistungen des SGB II, SGB XII, AsylbLG, Inhaber der Ehrenamtskarte und Freiwilligendienstleistende auf Antrag eine Ermäßigung. Hierzu sind die entsprechenden Belege/ Nachweise mit der Anmeldung vorzulegen.

11. Aufsichtspflicht gegenüber minderjährigen Teilnehmenden

- 11.1 Es wird darauf hingewiesen, dass die Aufsichtspflicht der vhs bzw. ihrer Vertreter für minderjährige Kursteilnehmende nur während der Kurszeit besteht.
- 11.2 Sofern Kinder unter 14 Jahren nach Kursende nicht abgeholt werden und selbständig nach Hause gehen dürfen, ist dies bei Anmeldung schriftlich bekannt zu geben.
- 11.3 Für alle Teilnehmenden unter 18 Jahren gilt, dass sie den Anweisungen der Kursleitung sofort nachkommen müssen und sich nicht ohne Abmeldung bei der Kursleitung vom Veranstaltungsort entfernen dürfen.

12. Haftungsausschluss

- 12.1 Die vhs oder ihre Beauftragten haften in allen Fällen vertraglicher und außervertraglicher Haftung bei Vorsatz und grober Fahrlässigkeit nach Maßgabe der gesetzlichen Bestimmungen auf Schadensersatz oder Ersatz vergeblicher Aufwendungen.
- 12.2 In sonstigen Fällen haftet die vhs oder ihre Beauftragten – soweit in Ziffer 12.3 nicht abweichend geregelt – nur bei Verletzung einer Vertragspflicht, deren Erfüllung die ordnungsgemäße Durchführung des Vertrags überhaupt erst ermöglicht und auf deren Einhaltung die anmeldenden Personen regelmäßig vertrauen dürfen (so genannte Kardinalpflicht), und zwar beschränkt auf den Ersatz des vorhersehbaren und typischen Schadens. In allen übrigen Fällen ist die Haftung vorbehaltlich der Regelung Ziffer 12.3 ausgeschlossen.
- 12.3 Die Haftung der vhs für Schäden aus der Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit und nach dem Produkthaftungsgesetz bleibt von den vorstehenden Haftungsbeschränkungen und -ausschlüssen unberührt.

13. Ausschluss der Teilnahme

- 13.1 Die vhs kann Personen von der Teilnahme an Kursen und Veranstaltungen bzw. einzelnen Veranstaltungseinheiten aus den folgenden Gründen nach eigenem Ermessen, nach vorheriger Androhung, zeitweise ausschließen:
 - Gemeinschaftswidriges oder störendes Verhalten in Veranstaltungen
 - Ehrverletzungen aller Art gegenüber der Kursleitung oder den Beschäftigten der vhs
 - Diskriminierung von Personen wegen Alter, Geschlecht, Hautfarbe, Volks- oder Religionszugehörigkeit, sexueller Orientierung o.ä.
 - Missbrauch von Veranstaltungen für parteipolitische oder weltanschauliche Zwecke oder Agitationen aller Art
 - Verstöße gegen die Hausordnung

14. Hausordnung

In den Gebäuden sowie auf dazugehörendem Gelände der vhs ist die Hausordnung zu beachten. Räume sind sauber zu hinterlassen und die Einrichtungsgegenstände schonend zu nutzen.

15. Bescheinigung

Anmelde- und/oder Teilnahmebescheinigungen können auf Wunsch ausgestellt und beim Zentralen Service persönlich abgeholt, per Email als PDF zugesandt werden oder per Post mit frankiertem Rückumschlag angefordert werden.

16. Anwesenheitslisten

In der Regel besteht eine Verpflichtung der teilnehmenden Person, sich durch den/ die DozentIn in die Anwesenheitsliste der besuchten Veranstaltung eintragen zu lassen.

17. Schlussbestimmung

Sollten einzelne Bestimmungen des Vertrages oder der AGB ganz oder teilweise unwirksam sein, wird hierdurch die Wirksamkeit der übrigen Regelungen nicht berührt.

Saarbrücken, Februar 2026

1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Volkshochschule Regionalverband Saarbrücken, Altes Rathaus, Am Schlossplatz 1, 66119 Saarbrücken (nachfolgend vhs) ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts. Der Regionalverband Saarbrücken unterliegt als öffentliche Stelle den Bestimmungen der Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) und des Saarländischen Datenschutzgesetzes. Der Schutz Ihrer personenbezogenen Daten ist uns ein sehr wichtiges Anliegen. Daher werden Ihre Daten im Rahmen der gesetzlichen Vorschriften geschützt und alle Vorgaben der DSGVO und des Saarländischen Datenschutzgesetzes eingehalten.

2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Ohne die anzugebenden Daten (Name, Vorname, Adresse) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. um bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z. B. Akademie für Ältere, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer sowie E-Mail-Adresse 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.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Im Lastschriftmandatbogen müssen Sie zur Zuordnung nochmals Ihren vollständigen Namen und Ihre Adresse angeben. 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 dabei involvierten Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist Voraussetzung für Ihre Anmeldung zu unseren Kurs- und Veranstaltungsangeboten.

3. Newsletter

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mailadresse zur Zusendung von Werbeinformationen der vhs zu verwenden. Ohne Einwilligung werden wir Ihre E-Mailadresse nicht für diesen Zweck nutzen. Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Den Widerruf können Sie uns z. B. per Brief oder E-Mail mitteilen.

4. 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. Cambridgeoder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert-Abschlüssen, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitutionen 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 drittmittelfinanzierten Kursen (z. B. durch Bund/Land/Arbeitsagentur/Jobcenter) eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen dann auf einer rechtlichen Verpflichtung. Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Vorname, Anschrift) zur Durchsetzung der Forderung im Rahmen des gerichtlichen Mahnverfahrens weiterzuleiten.

5. 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.

6. 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 bzw. erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags 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.

7. 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:
datenschutz@rvsbr.de

Verbindliche Anmeldung mit Zahlungsverpflichtung

bei der vhs Regionalverband Saarbrücken
Altes Rathaus | Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken
Fon 0681 506-4343
Fax 0681 506-4390, 506-4399 bzw. 506-4398 (nur Bildungsurlaub)

Bitte in Druckschrift ausfüllen und möglichst Ihre E-Mail-Adresse und Ihre Mobil-Telefonnummer angeben, damit wir Sie bei Bedarf zeitnah informieren können.

Name Vorname

Straße/Nr. PLZ/Ort

Telefon (bis 16:00 Uhr)

Mobiltelefon

E-Mail

Kurs Nr. Kurs Nr.
Kurs Nr. Kurs Nr.

Hiermit melde ich mich verbindlich an und verpflichte mich zur Zahlung der Kursgebühr. Mir ist bekannt, dass für die Kursgebühren keine Rechnung versandt wird. Abmeldungen sind nur schriftlich vor dem 2. Kurstermin möglich, bei Kursen im Rahmen der Freistellung zur Weiterbildung (SBFG) spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn, bei Wochenendseminaren, Exkursionen und Studienfahrten spätestens 4 Wochen vor Kursbeginn. Die Abmeldung zu Koch- bzw. Degustationskursen ist bis zwei Arbeitstage vor Kursbeginn möglich.

- ☐ **per Barzahlung/Kartenzahlung**
möglich innerhalb einer Woche nach Anmeldung
im Zentralen Service der vhs
- ☐ **per Überweisung**
innerhalb einer Woche nach Anmeldung
- ☐ **per Lastschrift**
Bitte das Lastschriftmandat auf der Rückseite unterschreiben
und per Post/per Fax/per Mail an die vhs schicken oder im
Zentralen Service abgeben.

Kontoninhaber: Regionalverband Saarbrücken
Bankverbindung: Sparkasse Saarbrücken, Bankleitzahl: 590 501 01,
Konto-Nr.: 653, IBAN: DE08 5905 0101 0000 0006 53, BIC: SAKSDE55XXX

Bildungsurlaub

☐ Ich möchte den angegebenen Kurs Nr.
vom _____ bis _____ als Bildungsurlaub
belegen und bitte um Zusendung der erforderlichen Unterlagen.

Gebührenermäßigung

Ich bitte um Reduzierung der Kursgebühren auf die im Programm
in Klammern ausgewiesenen Beträge (Nachweis, z. B. Schüler-
ausweis, bitte bei der Anmeldung in der Geschäftsstelle der vhs
vorlegen oder Kopie mitfaxen).

Ich bin bzw. beziehe (Zutreffendes bitte ankreuzen und ggfs. ausfüllen):

- ☐ SchülerIn/Auszubildende(r), Schule u. Klasse: _____
- ☐ StudentIn Uni oder Fachhochschule (kein Senioren- oder
Fernstudium und keine berufsbegleitenden Studiengänge)
- ☐ Bürgergeld
- ☐ Ehrenamtskarte
- ☐ Arbeitslosengeld I (nur bei Sprachkursen, Kursen der
beruflichen Weiterbildung, Kreativkursen)
- ☐ Grundsicherung
- ☐ SozialCard
- ☐ Bundesfreiwilligendienst/FSJ/FÖJ

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die allgemeinen Geschäftsbedingungen und die
Datenschutzerklärung der vhs Regionalverband Saarbrücken an und bin mit der
elektronischen Erfassung und Speicherung meiner personenbezogenen Daten für
Anmeldung und Gebührenerhebung einverstanden.

Datum und Unterschrift



Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats

An die
vhs Regionalverband Saarbrücken
Altes Rathaus
Schlossplatz 1
66119 Saarbrücken

Bitte in Druckschrift ausfüllen.

Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats

Die Gläubigeridentifikationsnummer der vhs Regionalverband:
DE3604300000072653.

Ihre Mandatsreferenznummer wird von der vhs spätestens mit
der Vorankündigung zum tatsächlichen Lastschrifteinzug mitge-
teilt.

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige die vhs Regionalverband Saarbrücken, Zahlungen
für Kursgebühren von meinem Konto mittels SEPA-Lastschrift
einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von
der vhs Regionalverband Saarbrücken auf mein Konto gezogenen
Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem
Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlan-
gen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten
Bedingungen.

Bitte ankreuzen

- ☐ SEPA-MandantIn ist KursteilnehmerIn
- ☐ SEPA-MandantIn zahlt für andere KursteilnehmerInnen

Name, Vorname Kontoinhaber/-in

Straße/Nr.

PLZ/Ort

Name des Kreditinstitutes

IBAN

*Mit meiner Unterschrift erkenne ich die allgemeinen
Geschäftsbedingungen und die Datenschutzerklärung der vhs
Regionalverband Saarbrücken an und bin mit der elektronischen
Erfassung und Speicherung meiner personenbezogenen Daten
für Anmeldung und Gebührenerhebung einverstanden.*

Ort, Datum und Unterschrift Kontoinhaber/in

E-Mail Adresse (bitte in Druckbuchstaben)

BEIM ZKE GIBT ES VIEL ZU ENTDECKEN!

Lust einmal im Wertstoffzentrum hinter die Kulissen zu schauen?

Dann wäre doch ein Ausflug zum Wertstoffzentrum am Holzbrunnen
genau das Richtige!

Die Führung richtet sich an Kindergartengruppen oder Schulklassen und
kann kostenlos über die Website gebucht werden.

Neu: passend dazu kann eine tolle Erweiterung mit
Besuch im Zoo, hinzugebucht werden.

Alle Informationen rund um das Angebot und interessante Spiel- &
Lernbögen zum Herunterladen gibt es hier: www.zke-sb.de/kinder

Ihr wollt gerne was für die Umwelt tun und mit ein paar Freunden oder
der Familie eine **Sauberkeitsaktion** starten?

Dann unterstützt der ZKE euch mit dem nötigen
Material und kümmert sich um das, was ihr gesammelt habt.

Mehr dazu unter www.zke-sb.de/sisanmeldung





Mach deine Freunde happy. Mit Wero.

**Sende Geld einfach
und schnell.**

Jetzt in der App Sparkasse nutzen.

weRO

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Saarbrücken