

Allgemeine Nutzungshinweise

Anmeldung

Bitte melden Sie sich bis spätestens eine Woche vor Kursbeginn mit dem Anmeldeformular aus der Heftmitte (bitte heraustrennen) **schriftlich** an bei der **VHS Felde, Dorfstr. 93, 24242 Felde**.

Weitere Formulare finden Sie im Internet unter www.felde.de oder bei der VHS.

Die Programmhefte werden zudem wieder an mehreren Stellen ausgelegt.

Bitte beachten Sie: **Wir versenden keine Anmeldebestätigungen!**

Ihre Anmeldung berechtigt automatisch zur Teilnahme. Wir informieren Sie nur in dem Fall, wenn eine Teilnahme nicht möglich sein sollte, da ein Kurs bereits voll belegt ist oder ausfällt. Geben Sie deshalb bei der Anmeldung bitte unbedingt eine Telefonnummer oder Email-Adresse an, unter der wir Sie erreichen können.

Abmeldung

Falls Sie von einer Anmeldung vor Beginn eines Kurses zurücktreten wollen oder müssen, bitten wir spätestens eine Woche vor Kursbeginn um Nachricht an die VHS-Leitung. Bei nicht fristgerechter Abmeldung oder Abwesenheit ohne Abmeldung wird die volle Kursgebühr erhoben.

Durchführung der Kurse

Die Zahl der Anmeldungen entscheidet darüber, ob ein Kurs durchgeführt wird. In der Regel findet er ab 8 Teilnehmenden statt. Bei weniger als 8 Personen kann der Kurs auf Wunsch mit ggf. erhöhter Kursgebühr stattfinden. Bei Kursen mit begrenzter Teilnehmerzahl entscheidet die Reihenfolge der Anmeldungen über die Teilnahme.

Daher bitte unbedingt rechtzeitig anmelden!

An Feiertagen und während der Schulferien (Herbstferien 12.10. - 24.10.26,

Weihnachtsferien 21.12.26 - 06.01.27) finden in der Regel keine Kurse statt. Bitte beachten Sie jedoch die Ausnahmen.

Gebühren

Zahlen Sie Ihre VHS-Kursgebühren bequem per Lastschrift. Füllen Sie hierzu bitte das SEPA-Mandatsformular im Anmeldeformular aus. Denken Sie daran, im Formular neben den Daten für den Kontoinhaber auch den Namen des Kursteilnehmers mit anzugeben. Andernfalls ist eine Zuordnung der Verbuchung nicht möglich.

Ausgefallene Unterrichtsstunden werden nachgeholt. Bei notwendigem Abbruch eines Kurses seitens der VHS Felde erfolgt eine anteilige Erstattung. Eine Rückzahlung der Gebühren bei vorzeitigem Abbruch durch einen Teilnehmenden ist ausgeschlossen.

Bei Kursen in extra angemieteten Räumen und bei Kursen mit begrenzter bzw. bei geringerer Teilnehmerzahl ist die Kursgebühr entsprechend erhöht.

Haftung

Bitte achten Sie auf Ihre Bekleidung, Autoschlüssel, Wertgegenstände. Die VHS übernimmt keine Haftung für Eigentumsverluste, sowie Unfälle oder Sachschäden innerhalb und außerhalb der VHS. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

Bürozeiten:

Sie erreichen uns persönlich Di. 10.00 - 12.00 Uhr und Do. 17.00 - 18.00 Uhr sowie nach Vereinbarung. Außerhalb der Bürozeiten können Sie auch eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen, wir rufen Sie zurück.

Während der Schulferien ist das Büro nicht besetzt.

Wenden Sie sich bei Fragen gern an uns!

Sie erreichen uns unter 04340-4008010.

VHS: Demokratische Orte des Lernens

Die Volkshochschulen verstehen sich seit ihrer Gründung als demokratische Orte des sozialen und politischen Lernens. Das Programmangebot des Fachbereichs „Politik – Gesellschaft – Umwelt“ umfasst sowohl politische, soziale, ökonomische, ökologische, rechtliche als auch geschichtliche, psychologische und pädagogische Themen. Bildung für nachhaltige Entwicklung, Umweltbildung und Globales Lernen sind wesentliche gesellschaftliche Aufgaben. Ein besonderer Stellenwert kommt dabei der politischen Bildung zu, die weder Belehrung noch Parteipolitik verfolgt und die allgemeines Engagement für demokratische Werte, Menschenrechte und gegen Fundamentalismus fördert. In den angebotenen Lernräumen können Urteilsfähigkeit und Handlungskompetenzen erfahren und entwickelt werden. Die Volkshochschulen halten hier ein breites Angebot zur Information, Diskussion und zum aktiven Handeln vor.

Die Veranstaltungen sind geprägt durch offenen Gedankenaustausch zwischen engagierten Menschen, in sachlichen und kontroversen Diskussionen, zur gemeinsamen Erarbeitung von Kenntnissen und Hintergrundinformationen, mit spannenden und kreativen Methoden.

Exkursionen und Vorträge:

1.0 Sonne, Mond und Saroszyklus: Partielle Sonnenfinsternis am 12. August

Kurz vor dem Ende der Sommerferien, am Abend des 12. August, beglückt uns das Himmelsgeschehen mit der einzigen Sonnenfinsternis, die in diesem Jahr von Deutschland aus zu beobachten ist.

Hier im Norden bekommen wir sie in den letzten beiden Stunden vor dem Sonnenuntergang zu sehen. Hierzu bietet der Physiker Michael Hammer-Kruse einen Informations- und Beobachtungsabend an.

Er beginnt um 18.30 Uhr mit einem Vortrag in der VHS über die Entstehung und das Auftreten von Sonnen- und Mondfinsternissen und gibt Hinweise und Tipps zur Beobachtung.

Bei klarem Himmel begeben wir uns anschließend ab ca. 19.00 Uhr nach draußen und betrachten die Sonne, wie sie sich verfinstert und, wenn sie gerade wieder frei geworden ist, hinter dem Horizont verschwindet.

Der Beobachtungsort befindet sich etwa 1 km von der VHS entfernt. Der Sonnenuntergang ist um 21 Uhr. Richten Sie sich bitte darauf ein, dass es dann auch schon kühl sein kann.

Instrumente bzw. Hilfsmittel zur Beobachtung, wie Teleskop und spezielle Brillen, werden gestellt.

Mi., 12.08.2026
18.30 - voraussichtlich
maximal 20.40 Uhr
Treffpunkt: VHS,
Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 9,00 €
Michael Hammer-
Kruse



1.1 Führung Müllverbrennungsanlage Kiel Modernste Technik und saubere Energie

Die Müllverbrennung Kiel entsorgt seit über fünfzig Jahren den Abfall von Kiel bis zur dänischen Grenze. Als eine der emissionsärmsten Waste-to-Energy-Anlagen Deutschlands, erzeugt die MVK Strom und Fernwärme aus Abfall, die zur Hälfte CO₂-neutral sind. Außerdem ist sie die Anlage mit der höchsten Energieeffizienz in Deutschland. Zu Beginn erhalten Sie eine Einführung in die technischen Anlagen. Bei der anschließenden Betriebsbesichtigung führt der Mitarbeiter Jan Emsmann durch die verschiedenen Bereiche der Anlage. Kinder ab 6 Jahren in Begleitung Erwachsener. Der Rundgang ist nicht barrierefrei. Bitte tragen Sie feste Schuhe.

Mi., 30.09.2026
16.00 - ca. 18.30 Uhr
Gebühr: gebührenfrei
Treffpunkt:
Zu Fuß:
Personeneingang
Winterbeker Weg
Bei Anfahrt mit dem
PKW: Eingang
Verwaltungsgebäude
der MVK,
Theodor-Heuss-Ring
30, 24114 Kiel
Jan Emsmann

1.2 Besuch beim NDR

Während der circa 90-minütigen Führung erfahren Sie viel Wissenswertes über den NDR Schleswig-Holstein und die Menschen, die hier arbeiten. Es werden Ihnen Fragen beantwortet, die Sie sich vielleicht schon öfter gestellt haben: Wie sieht die Moderatorin hinter dem Mikrofon eigentlich aus? Und wie kommen die Nachrichten ins Radio? Wie viele Scheinwerfer hängen im Fernsehstudio, wie sieht die Regie aus und wer verkabelt die Moderatoren? Sie schauen in die Produktionsbereiche von Hörfunk, Fernsehen und Online sowie in die Studios des Schleswig-Holstein Magazins und von NDR 1 Welle Nord. Anschließend sind Sie live zu Gast im Fernsehstudio beim Schleswig-Holstein Magazin. Aus sicherheitstechnischen Gründen können maximal acht Personen an der Führung und anschließenden Livesendung im Fernsehstudio teilnehmen. Das Mindestalter der Teilnehmenden muss 15 Jahre betragen. Die Führung ist größtenteils barrierefrei. Bringen Sie bitte einen Ausweis mit. Da Sie bei einer Live-Sendung dabei sind, bittet der NDR darum, bei Erkältungssymptomen wegen möglicher Störgeräusche von der Führung Abstand zu nehmen. Beachten Sie bitte außerdem, dass fotografieren im Landesfunkhaus nur nach Absprache möglich ist.

Mi., 23.09.2026
18.30 - 20.00 Uhr
Gebühr: gebührenfrei
Treffpunkt:
Eingangsbereich
des NDR-
Landesfunkhauses,
Schlossplatz 3,
24103 Kiel
Führung durch
Mitarbeitende des
NDR



1.3 Besuch beim NDR

Veranstaltungsbeschreibung siehe oben

Do., 05.11.2026

18.30 - 20.00 Uhr

1.4 Führung durch das Herrenhaus auf Gut Deutsch-Nienhof mit Weinprobe

Es erwartet Sie eine spannende Führung durch die repräsentativen Räume im Erdgeschoss des Herrenhauses auf dem Gut Deutsch-Nienhof. Das Gut wurde 1472 erstmals erwähnt. 1688 errichtete Hans Hinrich von Ahlefeld das bis heute erhaltene Herrenhaus, welches in der Folge noch mehrfach verändert wurde. Erfahren Sie mehr über das Herrenhaus und die Geschichte des Gutes, das sich seit nunmehr 250 Jahren im Besitz der Familie von Hedemann-Heespen befindet. Seit 2002 wird auf Deutsch-Nienhof auch Wein angebaut. Im Anschluss an die Führung erhalten Sie die Möglichkeit, den aktuellen Jahrgang des Kroon 54°15' zu probieren.

Sa., 03.10.2026

15.00 – ca. 16.30 Uhr

Gebühr: 20,00 €

Treffpunkt:

Gut Deutsch-Nienhof

24259 Westensee

1.5 „Steinalt... eine spannende Reise durch die Erdgeschichte“

für Kinder und Erwachsene

Kooperationsprojekt mit dem Geologischen - Mineralogischen Museum Kiel

Aufgrund des tollen Zuspruchs unserer bisherigen „Steinalt“ – Veranstaltungen für Kinder haben wir das Programm auch für Erwachsene weiterentwickelt.

Kinder und Erwachsene entdecken nun gemeinsam die Entwicklung unserer Erde von ihren „glühenden“ Anfängen bis zum heutigen „Blauen Planeten“.

Um das alles zu verstehen hilft uns unser Freund Steinalt, der zum Glück seine Geschichte in dem Buch „Steinalt – und kein bisschen langweilig“ ganz spannend erzählt. Zur besseren Orientierung in der sehr langen Erdgeschichte haben wir noch ein 20 m langes Seil mitgebracht an dem die wichtigsten Entwicklungsschritte der Erdgeschichte markiert sind. Natürlich haben wir auch viel zum „Begreifen“ und „Staunen“ dabei...die unterschiedlichsten Gesteine, Fossilien, ja sogar einige richtige Zaubersteine mit denen wir interessante Experimente machen.

Sa., 05.09.2026

11.00 - 13.00 Uhr

Treffpunkt:

Geologisches

Mineralogisches

Museum Kiel

Ludewig-Meyn-Str. 12

24118 Kiel

Gebühr: 9,00 €

Kursleitung:

Jürgen Fischbach

(Dipl. Geologe,

„Voneinander Lernen/

Natur-&

Kulturpädagogik

zwischen den

Meeren“) und

Dr. Christian Reimers

(Geologe)



Vorträge:

1.6 BNE: Heimische Biodiversität - die Vielfalt der Lebewesen -

Die Veranstaltung dient dazu, eine Vorstellung über die heimische Biodiversität zu vermitteln, von der ein sehr großer Anteil der Arten hochgradig gefährdet ist. Ein Aussterben von Arten bedroht die Ökosysteme und wird damit letztlich auch den Menschen schädigen. In den einzelnen Veranstaltungstagen wird eine Übersicht über alle größeren heimischen Organismengruppen mit Artbeispielen vermittelt. Dies betrifft vielfach auch Lebewesen, die dem Laien unbekannt sind, auf die es aber ankommt, da sie von erheblicher Bedeutung für die Ökosysteme sind. Auch diese „Unbekannten“ sollen vorgestellt werden.

Frau Hiddemann ist Biologin mit dem Schwerpunkt Biodiversität. Die Motivation der Referentin zu diesem Thema resultiert in erster Linie aus den Problemen, die aus dem katastrophalen Rückgang der Biodiversität resultieren.

Fr., 11.09.2026
17.00 - 18.00 Uhr

4 x

weitere Termine:
Fr., 18.09. und 25.09.,
sowie Di., 29.09.2026,
jeweils 17.00 - 18.00
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 16,00 €
Julia Hiddemann
Biologin

Die folgenden drei Vorträge von René Pahlke, mobiler Hundetrainer (WolfsKnigge), sind für Hundehalter aller Erfahrungsstufen geeignet und interaktiv gestaltet. Der Ansatz des Referenten verbindet Verhaltenstheorie mit praxisnahen Lösungen für den Alltag.

1.7 Wie Hunde lernen – und warum sie manchmal nicht hören

Warum funktioniert „Sitz“ zu Hause, aber nicht im Park? Warum ignoriert der Hund euch ausgerechnet dann, wenn es drauf ankommt? In diesem Vortrag zeige ich euch, wie Hunde wirklich lernen, wie Verknüpfungen entstehen und warum Timing dabei so entscheidend ist. Ich erkläre, welche Rolle Motivation, Stress und Erregung beim Lernen spielen und warum euer Hund in manchen Situationen gar nicht „nicht hören will“, sondern schlicht nicht kann. Mit Beispielen aus meinem Trainingsalltag, die ihr direkt auf euren Hund übertragen könnt. Für alle, die verstehen wollen, was im Kopf ihres Hundes passiert.

Mi., 07.10.2026
19.00 - 20.30 Uhr
Gemeindezentrum
Felde,
Raiffeisenstr. 2
Gebühr: 12,00 € bar
René Pahlke

1.8 Die Sprache der Hunde - Verhalten richtig erkennen und verstehen: Dein Hund spricht mit Dir, aber Du hörst nicht zu!

Hunde kommunizieren ständig mit ihren Menschen – die entscheidende Frage ist, ob ihre Signale erkannt und richtig verstanden werden. In diesem Kurs erläutert Hundetrainer René Pahlke, welche Körpersignale Hunde im Alltag senden und warum diese von vielen Hundehalterinnen und Hundehaltern häufig übersehen oder missverstanden werden. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf der Wirkung der menschlichen Körpersprache auf den Hund. Zudem werden verbreitete Missverständnisse aufgegriffen und erklärt: Warum der vermeintliche „Schuldblick“ keiner ist, was hinter Ressourcenverteidigung steckt und wie Alltagskonflikte entstehen können, bevor sie überhaupt wahrgenommen werden. Mit Bild- und Videobeispielen aus dem Trainingsalltag.

Mi., 04.11.2026
19.00 - 20.30 Uhr
Gemeindezentrum
Felde,
Raiffeisenstr. 2
Gebühr: 12,00 € bar
René Pahlke

1.9 „Wann wird der endlich erwachsen?!“

Vom Welpen-Chaos über die Pubertät bis zum entspannten Senior – was dein Hund in welcher Lebensphase wirklich braucht. Welpenzeit, Flegelphase, Pubertät, Erwachsenwerden, Altern. Jede Phase bringt eigene Herausforderungen und eigene Chancen. In diesem Vortrag zeige ich euch, wann euer Hund was lernen kann und wann es schwieriger wird, warum der Junghund plötzlich „alles vergessen“ hat und ab wann ihr mit mehr Ruhe rechnen dürft. Ich gehe darauf ein, was in welcher Phase wirklich wichtig ist, welche typischen Fehler ich im Trainingsalltag sehe und warum auch alte Hunde noch überraschen können. Für alle Hundehalter und Hundeeinsteiger, egal in welcher Phase ihr gerade steckt.

Fr., 27.11.2026
19.00 - 20.30 Uhr
Gemeindezentrum
Felde,
Raiffeisenstr. 2
Gebühr: 12,00 € bar
René Pahlke

1.10 Reisevortrag China

Einblicke in eine für uns fremde Welt, mit der wir aus wirtschaftlichen und politischen Gründen doch zu tun haben. Von Hongkong und Macao im Süden aus mit Bahn und Schiff China erkunden, bis zur Chinesischen Mauer im Norden. Peking und Shanghai sind auch mit dabei. Drei Wochen China in zwei Stunden präsentiert. Kleine Entspannungspause eingeschlossen.

Fr., 06.11.2026
19.00 - ca. 21.00 Uhr
Gemeindezentrum
Felde,
Raiffeisenstr. 2
Gebühr: 7,00 € bar
Elke Pries-Hoffmann

1.11 Die Welt der Eulen

In diesem Vortrag werden unsere heimischen Eulenarten vorgestellt. Wie kann ich sie erkennen, wie rufen sie, welche Arten leben wo?

Es geht um Eulenschutz und die zahlreichen besonderen Anpassungen der geheimnisvollen Vögel an das Leben in der Nacht - und Möglichkeiten, Eulen anzusiedeln und zu schützen.

Es ist viel Raum für Fragen und Diskussionen. Auch für Kinder geeignet.

Do., 19.11.2026

18.00 - 20.00 Uhr

Gemeindezentrum

Felde,

Raiffeisenstr. 2

Gebühr: 9,00 €

Natascha Gaedecke

Diplom-Biologin



Unsere Veranstaltungen im Rahmen der Aktionswoche Biologische Vielfalt:

1.12 Die Vielfalt der heimischen Pilze kennenlernen

mit dem Pilzsachverständigen Sönke Lettau

Anhand von mitgebrachten Frischpilzen und einer Präsentation mit dem Beamer erhalten Sie eine Einführung in die Pilzkunde. Thematisiert werden dabei Bestimmungsmerkmale von Pilzen, Unterscheidung von Speisepilzen und Giftpilzen, Kennenlernen der häufigsten Speisepilze in der Region und den giftigen Doppelgängern, Lebensweise der Pilze, Pilzvergiftungen (echte und unechte), Umwelteinflüsse (Radioaktivität), Vorstellung von Fachliteratur und Internetseiten, das Finden von Ansprechpartnern sowie das Verhalten in der Natur, richtige Bekleidung und Ausrüstung für das Sammeln sowie Tipps für das Zubereiten von Pilzen.

Bitte mitbringen: falls vorhanden Pilzbestimmungsbuch

Mo., 07.09.2026

18.00 - 21.00 Uhr

VHS, Dorfstr. 93

Raum 2

Gebühr: 14,00 €

Sönke Lettau

1.13 Pilzwanderung

Wir wollen während dieser Wanderung in einem nahegelegenen Wald der Umgebung von Felde die wichtigsten Speisepilze und ihre giftigen Doppelgänger kennen lernen. Die Anzahl der Teilnehmenden ist aus Naturschutzgründen begrenzt. Deshalb ist eine Anmeldung unbedingt erforderlich.

Vom Treffpunkt aus fahren wir per PKW weiter.

Bitte mitbringen: feste Schuhe, kleines Messer, luftiges Gefäß z.B. kleiner Korb, falls vorhanden ein Pilzbestimmungsbuch

Bitte bringen sie keine Hunde mit!

Sa., 12.09.2026

14.00 - 17.00 Uhr

Treffpunkt:

VHS, Dorfstr. 93

Gebühr: 14,00 €

Sönke Lettau

1.14 Natur- und Kulturpädagogische Wanderung im Oberen Eidertal

Das obere Eidertal hat eine spannende Natur- und Kulturgeschichte hinter sich. Menschliche Spuren lassen sich sogar bis in die in die Altsteinzeit zurückverfolgen. Vor mehr als zwölftausend Jahren wurde das Tal durch abschmelzende Gletscher der letzten Eiszeit freigegeben und entwickelte sich von einem eiszeitlichen Tunneltal bis heute zu einer einzigartig vielfältigen Landschaft mit zahlreichen Tier- und Pflanzenarten. Dieser spannenden und wechsellvollen Geschichte wollen wir nachgehen. Mit Kompass, Fernglas, Lupe, Hammer und Erdbohrer erforschen wir selbst die Umgebung und lüften so nach und nach das Geheimnis der Landschaftsentwicklung und die Artenvielfalt im Lebensraum des Oberen Eidertals. Aufgrund der an manchen Stellen feuchten bis nassen und unebenen Untergrundverhältnisse sind wasserfeste Wanderschuhe und lange Hosen ratsam. Bei angekündigtem Sonnenschein ist ein Hut oder ähnliches als Sonnenschutz zu empfehlen. Die Teilnahme an der Veranstaltung erfolgt auf eigene Gefahr. Verpflegung bitte mitbringen.

So., 06.09.2026

11.00 - ca. 14.00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz

an der Dorfstraße,

24220 Techelsdorf

Gebühr: 14,00 €

Kursleitung: Natur- und Kulturpädagogik zwischen den

Meeren,

Jürgen Fischbach/

Dipl.-Geologe und

Pädagoge in

Kooperation mit

Dr. Christian Reimers/

Geologe

Bitte melden Sie sich zu allen Veranstaltungen und Kursen an, damit wir besser planen und Sie sich Ihre Plätze sichern können! Vielen Dank!



Politik - Gesellschaft - Umwelt

1.15 Herbstwanderung im Stodthagener Naturwald

Aus totem Holz zu neuem Leben -

Schöner Wohnen mit Aussicht

In einem Naturwald dürfen Bäume alt werden. In jeder Phase ihres Alterungsprozesses ziehen unterschiedliche Bewohner bei ihnen ein. Eine große Vielfalt an spezialisierten Arten vor allem an Pilzen, Insekten, Spinnen, Wirbellosen leben auf, in, unter und von absterbenden Gehölzen. Warum Totholz lebendiger ist als lebende Bäume und seine große Bedeutung für den Kreislauf der Natur wird verständlich auf unserem ca. vier Kilometer langen Rundweg durch den herbstlichen Naturwald. Bitte denken Sie an wetterangepasste Kleidung und feste Schuhe.

Sa., 12.09.2026

14.00 - 17.00 Uhr

Treffpunkt:

24244 Felm,

Stodthagener Weg

18, Parkplatz

Gebühr: 9,00 €

Gudrun Aschenbach

Diplom-Biologin/

zertifizierte

Landschaftsführerin

1.16 Herbstwanderung im Emkendorfer Schulwald

Willkommen im Grünen Klassenzimmer

Das Grüne Klassenzimmer ist ein außerschulischer Lernort, der von Mitarbeiter*innen des Naturparks Westensee, Student*innen der Muthesius-Kunsthochschule und Schüler*innen eines Rendsburger Gymnasium konzipiert wurde. Deren Ideen setzte ein lokaler Holzkunsthändler zu einem Waldlehrpfad um. Im Februar 2026 wurde das Projekt mit dem „Deutschen Lehrkräftepreis - Unterricht innovativ“ ausgezeichnet. Die ca. 4 km lange Wanderung in der bunten, herbstlichen Natur bringt nicht nur Kinderaugen zum Leuchten. Bitte denken Sie an wetterangepasste Kleidung und feste Schuhe.

So., 25.10.2026

13.30 - 16.30 Uhr

Treffpunkt:

Hopfenkrug, 24802

Emkendorf, Parkplatz,

Bushaltestelle

Hopfenkrug

Gebühr: 12,00 €

Gudrun Aschenbach

Diplom-Biologin/

zertifizierte

Landschaftsführerin

1.17 Eulenexkursion

In den Wäldern rund um das Gut Emkendorf leben mehrere Waldkauzpaare und auch der seltene Uhu. Wir wollen eine etwa 4 km lange Abend-/ Nachtwanderung machen und auf dem Weg die Rufe der nachtaktiven Vögel hören. Es wird viel Wissenswertes über Eulen und Käuze vermittelt. Gerne mitbringen: Fernglas, Taschenlampe

Do., 03.12.2026

15.00 - 18.00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz

Gut Emkendorf

(54,26113° N,

9,85434° O),

Gebühr: 12,00 €

Natascha Gaedcke

Diplom-Biologin



Politik - Gesellschaft – Umwelt

1.18 Eulenexkursion

In den Wäldern rund um das Gut Emkendorf leben mehrere Waldkauzpaare und auch der seltene Uhu. Wir wollen eine etwa 4 km lange Abend/Nachtwanderung machen und auf dem Weg die Rufe der nachtaktiven Vögel hören. Es wird viel Wissenswertes über Eulen und Käuze vermittelt. Gerne mitbringen: Fernglas, Taschenlampe

Mi., 13.01.2027
15.30 - 18.30 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz
Gut Emkendorf
(54,26113° N,
9,85434° O),
Gebühr: 12,00 €
Natascha Gaedecke
Diplom-Biologin

1.19 Gemüseanbau leicht gemacht

Gärtnern liegt voll im Trend und viele Hobbygärtner*innen träumen von einer guten Ernte. Denn nichts ist nachhaltiger als die Ernte aus dem eigenen Garten. Der Winter ist eine gute Zeit, um mit Vorfreude auf das Frühjahr zu planen. Dabei gibt es etliche Fragen zu beantworten: welche Kulturen möchte ich anbauen und welche wachsen bei mir, wie groß ist der Aufwand? Was passiert mit einem abgeernteten Beet? Habe ich genug Platz? Habe ich genug Zeit? Ob kleiner oder großer Garten, ob Hochbeet oder klassisch ebenerdig.

Folgende Themen werden unter Anderem besprochen:

1. Grundlagen: Standortbedingungen, Grundlagen der Permakultur/ Bio-Anbau
 2. Mischkultur, Fruchtwechsel
 3. Anbauplan, wann wird was gepflanzt, gesät und wohin
 4. Besonderheiten einzelner Kulturen
 5. Praktisches: Jede*r Teilnehmer*in erstellt einen eigenen Anbauplan für den eigenen Garten. Jede*sät, wenn möglich, etwas Salat zum Vorziehen auf der Fensterbank aus und pikiert ein paar Pflanzen.
- Silke Heinrich, Gartenbautechnikerin und erfahrene Gärtnerin, führt in die Thematik ein, vermittelt praxisnahes Wissen, teilt hilfreiche Tipps und Tricks und steht zur Beantwortung Ihrer Fragen bereit.
Bitte mitbringen: Schreibzeug und Lineal

Fr., 29.01.2027
18.00 – 20.00 Uhr
und Sa. 30.01.2027
10.00 – 14.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 26,00 €
Silke Heinrich

Wir suchen Kursleitungen
für verschiedene Programmbereiche.
Wir freuen uns, wenn Sie sich bei uns melden!



Politik - Gesellschaft - Umwelt

1.20 Offene Technik-Sprechstunde insbesondere für Seniorinnen und Senioren

Sie haben Fragen zu Ihrem Smartphone, Tablet oder Laptop? In unserer offenen Technik-Sprechstunde erhalten Sie geduldige und verständliche Unterstützung.

Wir helfen Ihnen zum Beispiel bei Einstellungen am Handy, erklären neue Funktionen, geben Tipps für mehr Sicherheit im Internet und unterstützen Sie bei alltäglichen technischen Fragen. Gemeinsam finden wir individuelle Lösungen für Ihre persönlichen Anliegen – Schritt für Schritt und leicht nachvollziehbar. Selbstverständlich arbeiten wir datenschutzkonform und behandeln Ihre Daten und Fragen vertraulich. Sie können gern an einem der folgenden Termine in der vhs vorbeikommen.

Idealerweise melden Sie sich vorher schriftlich oder telefonisch bei uns an.

Vormittagstermine von 10.00 – 11.00 Uhr
am 22.09., 06.10., 27.10., 10.11., 24.11., 08.12.2026

Nachmittagstermine von 17.30. - 18.30 Uhr
am 24.09., 29.10., 26.11.2026

Di., ab 22.09.2026
10.00 - 11.00 Uhr
sowie

Do., ab 24.09.2026
17.30 – 18.30 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 1
Gebühr: gebührenfrei
Tatjana Liese

1.21 Spielenachmittag

Ein Spielenachmittag für **alle**, die gern in Gesellschaft mit anderen spielen.

Wir möchten gemeinsam Gesellschafts- oder Kartenspiele spielen und haben einige Spiele hier.

Bringen Sie sehr gern auch selbst ein Spiel mit.

Wenn nicht die gesamte Zeit passt, können Sie natürlich auch später kommen oder früher gehen.

Wir freuen uns über eine nette Runde von alt bis jung!

Fr., 11.09.2026
15.00 - ca. 18.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: gebührenfrei
VHS-Team

1.22 Spielenachmittag

Kursbeschreibung siehe oben

Sa., 14.11.2026
14.00 - ca. 17.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: gebührenfrei
VHS-Team

Melden Sie sich bitte zu den Veranstaltungen und Kursen an, damit wir besser planen und Sie sich Ihre Plätze sichern können! Vielen Dank!

Weitere Aktionen zum Thema Nachhaltigkeit in der VHS:

„Alles im Fluss!? Wasser in der Krise“
Eine Ausstellung in Kooperation mit der Heinrich-Böll-Stiftung Schleswig-Holstein
14.11. - 04.12.26

Die Ausstellung des Bildungswerks „anderes lernen“, der Heinrich-Böll-Stiftung Schleswig-Holstein erklärt die Zusammenhänge zwischen Klima- und Wasserkrise sowie den Einfluss von Wirtschaft und Nutzung auf Wasserverfügbarkeit und -qualität.

Sa., 14.11.2026 -
Fr., 04.12.2026
VHS, Dorfstr. 93
Gebühr: gebührenfrei



Tauschregal in der vhs

Steigbügel, Bleistift, Küchenmaschine, Dekoblume oder was auch immer bei Ihnen gut erhalten, aber ungenutzt herumliegt und weggegeben werden soll - bringen Sie es gern vorbei! Wir möchten ein Tauschregal in der vhs einrichten, in dem gebrauchte Gegenstände abgegeben und - hoffentlich auch sehr zahlreich - mitgenommen werden können.

Bringen Sie die Sachen bitte gern vorerst dienstags von 10 – 13 Uhr, donnerstags von 17 – 18 Uhr oder nach Absprache bei uns vorbei.

Wir beginnen im Herbstsemester mit einer Testphase und schauen, wie es läuft.

Repaircafé

Wer macht mit?

Wir möchten ein Repaircafé in der vhs einrichten.

Wir suchen Leute mit handwerklichem oder technischem Geschick, die gern tüfteln, basteln und Freude daran hätten, anderen Menschen bei den Reparaturen zu helfen. Wer hat Lust sich einzubringen und etwas zum gemeinsamen Miteinander beizutragen? Und wer hat Bedarf an welchen Reparaturen? Melden Sie sich bitte gern bei uns!

Denn Reparieren wäre doch viel besser als Wegwerfen.

Großer Bücherflohmarkt

Samstag, den 17. Oktober bis Sonntag, den 25. Oktober 2026

werktags von 15.00 bis 17.00 Uhr

samstags und sonntags von 11.00 bis 17.00 Uhr

in der VHS Felde, Dorfstraße 93

Kultur - Gestalten

2.1 I Jah Dynasty

Reggae, Salsa und Afro-Beat

I Jah Dynasty sind 5 professionelle Musiker aus den unterschiedlichen musikalischen Schmelztiegeln der Welt. Sie verstehen es hervorragend die unterschiedlichen Musikstile Reggae, Salsa und Afro-Beat so miteinander zu vermengen, dass für den Zuschauer daraus eine lebendige, explosive und mitreißende Mischung entsteht.

Dabei dreht sich in diesem Mix alles um die Sängerin Valdeese Mbang. Sie steht im Mittelpunkt der Formation und führt mit ihrem stimmlichen Talent alle Musiker zu einer festen musikalischen Einheit zusammen.

Gesang, Gitarre, Keyboards, Bass, Schlagzeug und Percussion stehen bei I Jah Dynasty auf dem Instrumentenplan. Die Band I Jah Dynasty verspricht eine groovige tanzbare Performance, mit viel Emotion und wahnsinniger Rhythmik.

Die Nacht wird heiß!!

I Jah Dynasty besteht aus: Valdeese Mbang - Gesang, Percussion (Kamerun), Valdez Tala - Bass, Gesang, Percussion (Kamerun/Paris), Landry Onguelle - Keyboards, Gesang, Percussion (Gabun/Paris), Ness Antriantavy - Gitarre (Madagaskar), Christian Bourdon - Drums, Gesang, Percussion (Vesoul/Kamerun)

Do., 29.10.2026

19.00 Uhr

Gemeindezentrum
Felde

Raiffeisenstr. 2

Gebühr: 18,00 € bar

Lange Nacht der Demokratie

Mit dem Bündnis buntes Quarnbek

Familienprogramm ab 18.00 Uhr

Abendprogramm ab 20.00 Uhr mit Franz Organista und Thies Bielenberg (Politische Lieder und Zaubern für Demokratie), anschließend Filmvorführung

Fr., 02.10.2026

ab 18.00 Uhr

Landgasthof
Griesenbötel
in Schönwohld
freier Eintritt

Hinweis auf Veranstaltungen der VHS Melsdorf im Bürgerhaus Melsdorf:

So., 08.11.26 - Theateraufführung der Eiderbühne Flintbek: „Gundas Traum vom Sieg“

Sa., 05.12.26 - Weihnachtskonzert

Kultur - Gestalten

Programmbereich „Kulturelle Bildung“ - Kultur macht stark

In unseren Angeboten der Kulturellen Bildung erlernen, erproben, entwickeln und erweitern Sie Kernkompetenzen wie Kreativität, Flexibilität, Improvisationsbereitschaft, Problemlösungsstrategien und Teamfähigkeit. Nutzen Sie Kreativkurse, um Ihre Lern- und Erfahrungsräume zu erweitern. Persönliche und berufliche Interessen lassen sich dabei optimal miteinander verbinden.

Kulturelle Bildung schafft in ihrer Offenheit für alle Bürgerinnen und Bürger Zugänge zur Kultur und ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe, sie fördert Integration und Inklusion. „Gerade die sozialen, kreativen und kommunikativen Potenziale der kulturellen Erwachsenenbildung sind perspektivisch von großer und wachsender Bedeutung“, betont auch die Enquete-Kommission „Kultur in Deutschland“ in ihrem Abschlussbericht.

2.2 Einführung zur Inszenierung *Märchen im Grand Hotel*

An diesem Nachmittag wird Ulrich Frey, Dramaturg am Opernhaus Kiel, einen Einblick in die aktuelle Inszenierung *Märchen im Grand Hotel* geben.

Zur Handlung: Hollywood trifft Hochadel im

Hotelambiente: Marylou Mackintosh, Tochter eines berühmten Produzenten, muss in der

männerdominierten Filmwelt Hollywoods ihre Frau stehen. Ihrem Vater will sie unbedingt einen eigenen Kinohit präsentieren. Dafür reist sie auf Feldforschung nach Europa, um in der exklusiven Atmosphäre eines Grand Hotels unter adeligen Gästen einen Filmstoff zu finden ... was sofort funktioniert: Im Zentrum der Komödie stehen die abgesetzte spanische Infantin Isabella, ihr habsburgisch verlotterter und anderweitig interessierter Verlobter Prinz Andreas, sowie Zimmerkellner Albert, der sehnsüchtig die unerreichbare Isabella anschnarcht...

Paul Abrahams geniale Jazz-Operetten sind endlich wieder im Zentrum des Repertoires zurück. Mit »Märchen im Grand-Hotel«, uraufgeführt 1934 am Theater Wien, bringt Operettenfachmann Christian Thausing eine hinreißende Kino- und Komödienparodie über eine verrückt verschrobene, aus der Zeit gefallene Gesellschaft erstmals auf die Kieler Opernhausbühne.

Im Anschluss an die Einführung ist der Besuch der Generalprobe geplant.

Bitte beachten Sie, dass der Besuch der Generalprobe vom Theater unter Umständen abgesagt und daher nicht garantiert werden kann.

Do., 19.11.2026

16.15 - ca. 17.45 Uhr

Gebühr: 7,00 €

Ort: Opernhaus Kiel

Rathausplatz 4

24103 Kiel

Ulrich Frey

Ab 18.00 Uhr

Besuch der Generalprobe im Opernhaus Kiel

Gebühr: 5,00 €

vor Ort in bar

Kultur - Gestalten

2.3 Schreibwerkstatt

mit der Autorin Ute Marianne Pfeiffer

Was macht ein Gedicht oder eine kurze Geschichte aus? Besonders wenn der Text ein Publikum ansprechen soll? Wer eigene Gedanken in eine literarische Form bringen, Ergebnisse besprechen und einem kleinen Publikum präsentieren möchte, hat in diesem Kurs schreibend und diskutierend die Gelegenheit dazu. Theoretische Vorkenntnisse sind nicht notwendig. An schon begonnenen Texten kann weitergearbeitet werden.

Mitzubringen ist individuelles Schreibzeug nach Wahl, etwas zu trinken und zum Knabbern.

Fr., 09.10.2026

17.00 – 20.00 Uhr und

Sa., 10.10.2026

14.00 - 17.00 Uhr

VHS, Dorfstr. 93

Raum 2

Gebühr: 21,00 €

Ute Marianne Pfeiffer

2.4 Kein Plan? Perfekt!

Improvisationstheater

Was passiert, wenn niemand weiß, was als Nächstes kommt, und trotzdem etwas Neues entsteht?

Genau das erleben Sie im Improvisationstheater.

Gemeinsam mit der Gruppe erfinden Sie Geschichten, spielen Szenen und entdecken, wie viel entstehen kann, wenn Sie sich auf den Moment einlassen.

Vorkenntnisse oder Schauspielerefahrung brauchen Sie nicht, genauso wenig wie den Anspruch, perfekt zu sein. Alles entsteht im gemeinsamen Spiel. Entdecken Sie Ihre Spontaneität, stärken Sie Ihre Präsenz und erleben Sie, wie sicher Sie auf Neues reagieren können, begleitet von meiner Bühnenerfahrung aus über 25 Jahren Improvisationstheater. Improvisation und Kreativitätstraining eröffnen neue Perspektiven, sie können Flexibilität und Kommunikation verbessern. Spüren Sie, wie viel Leichtigkeit entsteht, wenn nicht alles geplant sein muss. Lassen Sie sich überraschen, was alles in Ihnen steckt!

Bitte mitbringen: Getränk, kleiner Snack für die Pause

Fr., 27.11.2026

17.00 – 20.00 Uhr und

Sa., 28.11.2026

10.00 - 16.00 Uhr

VHS, Dorfstr. 93

Raum 2 und 3

Gebühr: 42,00 €

Yasemin Noll

2.5 Literaturkreis

Sie interessieren sich für Bücher und lesen gern?

In diesem Literaturkreis möchten wir gemeinsam Bücher auswählen, die wir lesen und uns dann in lockerer Runde darüber austauschen.

Es ist geplant, beim ersten Termin über das Buch von Malte Borsdorf „Flutgebiet“ zu sprechen.

Do., 17.09. und

05.11.2026

19.30 – 21.00 Uhr

VHS, Dorfstr. 93

Raum 2

Gebühr: 4,00 €

Ute Marianne Pfeiffer

Kultur - Gestalten

2.6 Ein Rundflug über das Gebiet der E-Drums Vom ersten Überblick zur richtigen Entscheidung

Sie interessieren sich für E-Drums oder möchten ein elektronisches Schlagzeug für Ihr Kind anschaffen, aber Sie fühlen sich von fachchinesischen Begriffen, technischen Daten und zahllosen Funktionen abgeschreckt? Dann ist dieser Abend genau richtig. Ich erkläre und demonstriere Ihnen an zwei unterschiedlichen E-Drumsets leicht verständlich, wie elektronische Schlagzeuge funktionieren, warum sie echte Instrumente sind und wie Sie das passende Schlagzeug für sich oder Ihr Kind finden. Probieren Sie die E-Drumsets anschließend eigenhändig aus und betrachten Sie sie mit völlig anderen Augen: Sie können endlich selbst beurteilen, was Sie wirklich brauchen und was nicht.

Fr., 13.11.2026
19.00 – 21.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 9,00 €
Oliver Steinwede

Musik/ Instrumentalunterricht

für Kinder, Jugendliche und Erwachsene jeden Alters
für Anfänger und Fortgeschrittene

Sie melden sich jeweils für 10 Unterrichtstermine an. Im Anschluss daran kann der Unterricht ggf. um wieder 10 Termine verlängert werden. In den Schulferien findet kein Unterricht statt. Die Preise richten sich nach der Dauer pro Unterrichtstermin (30, 45 oder 60 Minuten). Bitte geben Sie Ihre Zeitwünsche bei Anmeldung mit an. Die genaue Zeiteinteilung erfolgt dann durch die Kursleitung. Musikalische Vorkenntnisse sind für keines der Instrumente nötig. Die Instrumentalkurse sind für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Für weitere Informationen, bei Fragen oder wenn Sie kein Instrument besitzen, wenden Sie sich gern vorab an uns.

Gebühren für Instrumentalunterricht – jeweils 10x Einzelunterricht:

30 Minuten	45 Minuten	60 Minuten
149,00 €	219,00 €	289,00 €

2.7 Klavier

Klavierunterricht für Anfänger und Fortgeschrittene
Eine Probestunde kann gern vorab vereinbart werden.

Termine und Beginn
nach Rücksprache
Di.,
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Gebühr: s. Tabelle
Alfredo Atencio

Kultur - Gestalten

2.8 Spielend Gitarre lernen

(Kinder, Jugendliche und Erwachsene)

Mit strukturierten Lernkonzepten spielend Gitarre lernen. Der Unterricht wird für Anfänger und Fortgeschrittene als Einzel- und Gruppenunterricht angeboten, die Akustische, Klassische oder E-Gitarre lernen möchten. Der Unterricht und die Songauswahl wird individuell an jeden einzelnen Schüler bzw. die Gruppe angepasst. Das Unterrichtsangebot reicht von der Liedbegleitung mit verschiedenen Anschlag- und Zupfmustern, Begleit- und Leadgitarre bis zur Sologitarre und Improvisation.

Voraussetzung: Bitte ein Instrument mitbringen

Termin und Beginn
nach Rücksprache
Mo.,
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Gebühr: s. Tabelle
Michael Fay

2.9 Ukulele

(Kinder, Jugendliche und Erwachsene)

Ukulelen-Unterricht für alle die Spaß und Freude am einfachen Lernen und Musizieren haben. Anhand von leichten Songs werden gemeinsam Akkorde, Schlagmuster und Spieltechniken erarbeitet für die Liedbegleitung und das Melodiespiel.

Voraussetzung: Bitte ein Instrument mitbringen

Termin und Beginn
nach Rücksprache
Mo.,
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Gebühr: s. Tabelle
Michael Fay

2.10 Malen macht Freude - Kunstwerkstatt am Mittwoch

Für Einsteiger und Fortgeschrittene bietet dieser Kurs die Möglichkeit, verschiedene Zeichen- und Maltechniken (außer Ölmalerei) zu erlernen oder zu erweitern. Alle Stilrichtungen, alle Mischtechniken sind möglich. In jeder mit Wasser vermalbaren Technik (z.B. Acryl, Gouache, Dispersion, etc.) kann gearbeitet werden.

Mi., 23.09.26
19.00 - 21.00 Uhr
6 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 56,00 €
Kay Prinz

2.11 Malen macht Freude - Kunstwerkstatt am Mittwoch

Kursbeschreibung siehe oben

Mi., 18.11.26
19.00 - 21.00 Uhr
6 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 56,00 €
Kay Prinz

Kultur - Gestalten

2.12 Aquarell- und Acrylmalerei

Mit Farben experimentieren und einen eigenen gestalterischen Ausdruck finden - das ist Ziel dieses Kurses.

Neue Ideen zulassen, mutig ausprobieren, gestaltend weiterführen, die Farben durchscheinend oder deckend anwenden - eine Vielzahl von Möglichkeiten, das eigene kreative Tun zu entdecken. Geeignete Materialien wie Papiere, Farben, Pinsel werden vorgestellt. Vorhandene Malutensilien finden ebenfalls Einsatz. Bei Interesse ist ein Atelierbesuch möglich.

Di., 01.09.2026
17.00 - 18.30 Uhr
5 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 35,00 €
Heidrun Graeser

2.13 Comic-Workshop

„Aller Anfang ist ... ein Strich“

Zeichnen mit dem Flensburger Cartoonisten

„Thoddy“ für Kinder ab 10 Jahren, Jugendliche und Erwachsene

Wer seinen Namen schreiben kann, der kann auch zeichnen. In diesem Kurs entwickelt jeder seine eigene Comicfigur. Neben einem kleinen Überblick über geeignetes Zeichenwerkzeug geht es um die Konstruktion einer Figur, um Mimik, Körpersprache und Bewegung. Vielleicht schaffen wir es auch, dass jeder einen eigenen kleinen Cartoon erstellt. Hierbei kommt es vorrangig nicht auf Perfektion, sondern auf den Spaß beim Zeichnen an.

Sie erfahren auch, wie Zeichnen unseren Alltag bereichert oder im Beruf genutzt werden kann.

Begriffe wie z.B. Skribble und Inking sind nach diesem Kurs ebenfalls keine unbekannten Begriffe mehr.

Wer bereits Erfahrungen mit Comiczeichnen gemacht hat, kann seine Werke gern mitbringen.

Bitte mitbringen: Papier A4 oder A3, Bleistift, Anspitzer, Geodreieck, Radiergummi (gerne Knetradiergummi), Fineliner schwarz (ca. 0,5 – 0,8 mm), optional ggf.: Bleistift 3B, Brush-Fineliner, Faber-Castell (PITT Artist Pen) Zeichen-/Pinseltuschestifte

Sa., 28.11.2026
11.00 - 15.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 19,00 €
Thorsten Hardel

Bitte melden Sie sich zu allen Veranstaltungen und Kursen an, damit wir besser planen und Sie sich Ihre Plätze sichern können! Vielen Dank!

Kultur - Gestalten

2.14 Kreatives Gestalten - nicht nur für Weihnachten -

Ein Workshop für Familien, Freunde und Menschen die Spaß am Entdecken haben und Lust auf Experimente mit Drucktechnik auf Papier mit den unterschiedlichsten Materialien.

In diesem Kurs biete ich eine unkomplizierte Möglichkeit die Gestaltung auf Papier mit Stempeln aus Linoleum, Holz und Fundstücken aller Art zu erlernen oder Kenntnisse und Fertigkeiten zu erweitern. Die Motive können floral und geometrisch sein. Wir erarbeiten kleine, feine Geschenke wie Karten, kleine Bilder, Lesezeichen, Tüten und Geschenkpapier etc. Ein Kreativkurs für alle ab 10 Jahren. Das Material wird gestellt, ggf. kann weiteres oder spezielles Material zusätzlich erworben werden.

Sa., 07.11.2026
11.00 - 15.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 15,00 €
zzgl. Material:
6,00 € bar
Katrin Petersen

2.15 Upcycling - Nähkurs

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene
Sicher haben auch Sie etwas im Schrank liegen, dass Sie nicht (mehr) tragen oder verwenden. Versuchen Sie es doch mal mit Upcycling. Vielleicht kann mit einfachen Mitteln etwas geändert oder etwas schönes Neues daraus werden. Im Kurs gibt es dazu Tipps und Ideen, was Sie machen können sowie fachkundige Anleitung und Vermittlung der nötigen Techniken und Fertigkeiten für die praktische Umsetzung.
Bitte mitbringen: Alte Kleidung oder Textilien (wie Tischdecke, Handtuch o.a.), Nähmaschine, Garn, ggf. Stoff, Stoffschere, Steck-/ Nähadeln, Papier und Stift

Di., 13.10. und
27.10.2027
17.00 - 20.00 Uhr
2 x
Bürgerhaus Melsdorf,
Karkkamp 4
Gebühr: 28,00 €
Natalia Afrossin

2.16 Gemeinsam Spaß beim Handarbeiten

Egal ob Stricken, Spinnen oder Häkeln, Handarbeiten sind trendy.

Sie sind es leid, sich Techniken über Videos erklären zu lassen oder dabei alleine auf dem Sofa zu sitzen? In gemütlicher Runde möchten wir das gemeinsame Handarbeiten aller Generationen wieder aufleben lassen, uns dabei über alte und neue Handarbeitstechniken austauschen, um dabei unsere Kenntnisse zu erweitern oder neue Techniken zu erlernen. Egal ob jung oder alt, ob erfahren oder unerfahren. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Schauen Sie bei uns vorbei!

So., 13.09.2026
weitere Termine:
11.10., 15.11.,
13.12.2026 und
10.01.2027
jeweils von
14.00 - 17.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 2,00 €
pro Termin
Meike Büttner

2.17 Projektwochenende Schnittkonstruktion und Nähen - Röcke

In diesem Kurs lernst du die Grundlagen der Schnittkonstruktion für Röcke und erstellst Schritt für Schritt einen passgenauen Grundschnitt. Ausgehend von den richtigen Körpermaßen zeichnest du eine solide Basis, die sich individuell anpassen und vielfältig weiterentwickeln lässt.

Der Fokus liegt auf Passform, Proportionen und einem sauberen Schnittaufbau. Du erfährst, wie Abnäher, Tailen- und Hüftlinien korrekt angelegt werden und wie daraus unterschiedliche Rockformen entstehen können. Der Kurs bietet eine fundierte Grundlage für klassische wie auch moderne Rockvarianten und eignet sich ideal für Einsteiger*innen sowie für alle, die ihre Kenntnisse in der Schnitttechnik vertiefen möchten. Bitte mitbringen: Papierbogen (ca. 80 x 120 cm), Maßband, Papier, Bleistift, bunte Stifte oder Marker in rot, blau, grün, Radiergummi, Lineal, Papier- und Stoffschere, Stecknadeln, Malerkrepp, event. vier Beschwerer, um Aufrollen vom Papier zu stoppen, Ausreichend Probestoff (Nessel oder anderen festen, nicht dehnbaren Stoff)

Fr., 02.10.2026
17.00 - 20.00 Uhr
Sa., 03.10.2026
11.00 - 15.00 Uhr
So., 04.10.2026
12.00 - 15.00 Uhr
Ort: Bürgerhaus
Melsdorf
Karkkamp 4
Gebühr: 47,00 €
Natalia Afrossin

2.18 Nähkurs – eigene Nähprojekte umsetzen

Für Anfänger und Fortgeschrittene

Sie möchten lernen, eigene Nähprojekte umzusetzen oder sich Ihre individuelle Mode selbst zu kreieren? Entdecken Sie ein neues Hobby und erlernen Sie die ersten Schritte. Sie haben bereits Näherfahrung? Im Kurs werden auch spezielle Techniken, weitergehende Kenntnisse, Tipps und Ideen vermittelt, um anspruchsvollere Projekte umzusetzen zu können. Natalia Afrossin ist ausgebildete Bekleidungs-technikerin mit langjähriger Schneidererfahrung, die Anfänger*innen und Fortgeschrittenen gern umfassende Kenntnisse im Nähen vermittelt.

Die Termine sind am 15.09., 29.09., 10.11., 24.11. und 08.12.2026

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Garn, Stoff und event. fertige Papierschnittmuster für die eigenen Projekte, Stoffschere, Steck- und Nähadeln, Papier und Stift

Di., 15.09.2026
17.00 - 20.00 Uhr
5 x
Bürgerhaus Melsdorf,
Karkkamp 4
Gebühr: 70,00 €
Natalia Afrossin

Anmeldeformular VHS Felde Herbst/Winter 2026/2027

Kurse bitte durch ankreuzen buchen, es können mehrere Kurse ausgewählt werden.

Nr.	Kurstitel	Kursgebühr	Beginn	Anmeldung
1.0	Sonne, Mond und Saroszyklus – Partielle Sonnenfinsternis	9,00 €	12.08.26	
1.1	Führung Müllverbrennungsanlage Kiel	gebührenfrei	30.09.26	
1.2	Besuch beim NDR	gebührenfrei	23.09.26	
1.3	Besuch beim NDR	gebührenfrei	05.11.26	
1.4	Führung Herrenhaus Gut Deutsch-Nienhof mit Weinprobe	20,00 €	03.10.26	
1.5	Steinalt...eine spannende Reise durch die Erdgeschichte	9,00 €	05.09.26	
1.6	Heimische Biodiversität – die Vielfalt der Lebewesen	16,00 €	11.09.26	
1.7	Wie Hunde lernen – und warum sie manchmal nicht hören	12,00 €	07.10.26	
1.8	Die Sprache der Hunde – „Dein Hund spricht mit Dir...“	12,00 €	04.11.26	
1.9	„Wann wird der endlich erwachsen?!“	12,00 €	27.11.26	
1.10	Reisevortrag China	7,00 €	06.11.26	
1.11	Vortrag – Die Welt der Eulen	9,00 €	19.11.26	
1.12	Die Vielfalt der heimischen Pilze kennenlernen	14,00 €	07.09.26	
1.13	Pilzwanderung	14,00 €	12.09.26	
1.14	Natur- und Kulturpädagogische Wanderung im Oberen Eidertal	14,00 €	06.09.26	
1.15	Herbstwanderung im Stodthagener Naturwald	9,00 €	12.09.26	
1.16	Herbstwanderung im Emkendorfer Schulwald	12,00 €	25.10.26	
1.17	Eulenexkursion	12,00 €	03.12.26	
1.18	Eulenexkursion	12,00 €	13.01.27	
1.19	Gemüseanbau leicht gemacht	26,00 €	29.01.27	
1.20	Offene Technik-Sprechstunde	gebührenfrei	22.09.26	
1.21	Spielesachmittag	gebührenfrei	11.09.26	
1.22	Spielesachmittag	gebührenfrei	14.11.26	
2.1	I Jah Dynasty	18,00 €	29.10.26	
2.2	Einführung zur Inszenierung „Märchen im Grand Hotel“	7,00 €	19.11.26	
2.3	Schreibwerkstatt	21,00 €	09.10.26	
2.4	Kein Plan? Perfekt! - Improvisationstheater	42,00 €	27.11.26	
2.5	Literaturkreis	4,00 €	17.09.26	
2.6	Ein Rundflug über das Gebiet der E-Drums	9,00 €	13.11.26	
2.7	Klavier	s. Tab.	nv	
2.8	Spielend Gitarre lernen	s. Tab.	nv	
2.9	Ukulele	s. Tab.	nv	
2.10	Malen macht Freude – Kunstwerkstatt am Mittwoch	56,00 €	23.09.26	
2.11	Malen macht Freude – Kunstwerkstatt am Mittwoch	56,00 €	18.11.26	
2.12	Aquarell- und Acrylmalerei	35,00 €	01.09.26	
2.13	Comic-Workshop	19,00 €	28.11.26	
2.14	Kreatives Gestalten	15,00 €	07.11.26	
2.15	Upcycling - Nähkurs	28,00 €	13.10.26	
2.16	Gemeinsam Spaß beim Handarbeiten	2,00 € p.T.	13.09.26	
2.17	Projektwochenende Schnittkonstruktion und Nähen - Röcke	47,00 €	02.10.26	
2.18	Nähkurs - eigene Nähprojekte umsetzen	70,00 €	15.09.26	
2.19	Nähkurs - eigene Nähprojekte umsetzen	84,00 €	05.01.27	
2.20	Naturseifen selbst gemacht – kreativ, duftend, einzigartig	14,00 €	21.11.26	

Anmeldeformular VHS Felde Herbst/Winter 2026/2027

Das Anmeldeformular bitte aus dem Programmheft herauslösen
oder von der Internetseite www.felde.de / VHS / Kursanmeldung herunterladen,
ausdrucken, ausfüllen und senden an: VHS Felde, Dorfstr. 93, 24242 Felde

Die verbindliche Anmeldung der angekreuzten Kurse gilt für folgende Person (nur eine Person pro Formular):

(die mit * gekennzeichneten Felder benötigen wir für Ihre Kursanmeldung, die weiteren Angaben sind freiwillig)

Name*: _____ **Vorname*:** _____

Straße/ Hausnr.*: _____

PLZ/ Ort*: _____

Um Ihnen zeitnah aktuelle Hinweise und eventuelle Änderungen zu den gebuchten Kursen mitteilen zu können, sowie für eventuelle Rückfragen, teilen Sie uns bitte eine Telefonnummer und Mailadresse mit:

Vorwahl/ Tel. Nr.: _____

Handynr.: _____

E-Mail Adresse: _____

Datenschutzrechtlicher Hinweis:

Die zur Kursabwicklung nötigen personenbezogenen Daten werden elektronisch gespeichert. Bitte beachten Sie die datenschutzrechtlichen Hinweise.

☐ Mit der Übermittlung von Newslettern und anderen Informationen der VHS Felde an meine Email-Adresse, erkläre ich mich einverstanden. Diese Einwilligung kann jederzeit textlich gegenüber der VHS Felde widerrufen werden*.

Unterschrift Kursteilnehmer/-in bzw. Erziehungsberechtigte/r

Ein Rücktritt von der Anmeldung ist spätestens 1 Woche vor Kursbeginn schriftlich zu erklären.

Zahlen Sie Ihre VHS Kursgebühren bequem per Lastschrift.

Seit dem 1. Februar 2014 gelten neue Regeln im Zahlungsverkehr mit dem Euro. Grund ist der SEPA-Standard. Bitte erteilen Sie uns hierzu das sogenannte SEPA-Lastschriftmandat, eine vom Kontoinhaber unterschriebene Ermächtigung zum Einzug der Kursgebühren im SEPA-Lastschriftverfahren. Mit dem SEPA-Mandat ermächtigen Sie uns - bis auf Widerruf - Ihre zu entrichtenden Kursgebühren bei Ihrer Bank zum Fälligkeitstermin einzuziehen. Das SEPA-Mandat gilt für alle von Ihnen gebuchten VHS-Kurse, die nicht bar bezahlt werden (Umlagen für Verbrauchsmittel u.ä. werden meist im Kurs bar bezahlt!).

Nach 3 Jahren ohne Kursbuchung verfällt das SEPA-Mandat.

☐ SEPA Mandat liegt bereits vor Bitte nur ankreuzen, wenn ein Mandat schon erteilt wurde.
--

Anmeldeformular VHS Felde Herbst/Winter 2026/2027

Ich ermächtige die Amtskasse der Amtsverwaltung Achterwehr (Gläubiger-ID DE11ZZZ0000017328), die nachfolgende/n Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Amtskasse Achterwehr auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen:



Rücklastschriftgebühren



VHS Kursgebühren

Ich erkläre mich damit einverstanden, dass die Frist für die Pre-Notification (Vorankündigung der Abbuchung) von der Amtskasse bis auf (mindestens) 2 Tage verkürzt werden kann.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kursgebühren VHS Felde für

Kursteilnehmer/in*:

Name Kreditinstitut*:.....

IBAN*

[illegible]

BIC (8- oder 11-stellig)

[illegible]

Kontoinhaber

Name*:

.....Vorname*

Straße / Nr*

PLZ / Ort*

Diese Einzugsermächtigung gilt bis auf Widerruf.

.....

Ort, Datum*

.....

Unterschrift Kontoinhaber*

Anmeldeformular VHS Felde Herbst/Winter 2026/2027

Kurse bitte durch ankreuzen buchen, es können mehrere Kurse ausgewählt werden.

Nr.	Kurstitel	Kursgebühr	Beginn	Anmeldung
2.21	Naturseifen selbst gemacht – kreativ, duftend, einzigartig	14,00 €	28.11.26	
2.22	Spielwerkstatt Klappmaulpuppen	21,00 €	03.10.26	
2.23	Spielwerkstatt Klappmaulpuppen	21,00 €	21.11.26	
3.1	Eine Ruheinsel im Alltag	42,00 €	26.10.26	
3.2	Tai Chi Chuan	74,00 €	07.09.26	
3.3	Yoga und Meditation Ü 50	64,00 €	10.09.26	
3.4	Yoga	96,00 €	10.09.26	
3.5	Yoga	96,00 €	10.09.26	
3.6	Hatha-Yoga am Vormittag	77,00 €	05.10.26	
3.7	Hatha-Yoga	72,00 €	22.09.26	
3.8	Hatha-Yoga	36,00 €	12.01.27	
3.9	Hatha-Yoga	72,00 €	23.09.26	
3.10	Hatha-Yoga	36,00 €	13.01.27	
3.11	Hatha-Yoga mit Ani - entspannt ins Wochenende	72,00 €	18.09.26	
3.12	Yoga mit Meune	79,00 €	14.09.26	
3.13	Yoga mit Meune	79,00 €	14.09.26	
3.14	Yoga mit Meune am Mittwoch	79,00 €	16.09.26	
3.15	Atem & Kristallklang - Tiefenentspannung für Körper und Geist	12,00 €	08.11.26	
3.16	Achtsame Massage - Zeit zu zweit	23,00 €	21.11.26	
3.17	Pilates am Vormittag	56,00 €	05.10.26	
3.18	Pilates	46,00 €	04.11.26	
3.19	Pilates - Ü 60	32,00 €	04.09.26	
3.20	Rückenschule	38,00 €	01.09.26	
3.21	Gymnastik am Vormittag	30,00 €	02.09.26	
3.22	Gymnastik am Vormittag	38,00 €	11.11.26	
3.23	Gymnastik am Vormittag	34,00 €	02.09.26	
3.24	Gymnastik am Vormittag	34,00 €	02.09.26	
3.41	Microgreens und Sprossen – Superfood von der Fensterbank	12,00 €	14.11.26	
3.42	Kubanische Küche	14,00 €	24.11.26	
4.1	Englisch für Anfänger*innen mit geringen Vorkenntnissen	36,00 €	23.09.26	
4.2	Englisch Wiedereinsteigerkurs	50,00 €	23.09.26	
4.3	Englisch für Fortgeschrittene	50,00 €	21.09.26	
4.4	Französisch für Wiedereinsteiger mit Vorkenntnissen	43,00 €	14.09.26	
4.5	Französisch für Fortgeschrittene	43,00 €	21.09.26	
4.6	Französisch für Fortgeschrittene	80,00 €	03.09.26	
4.7	Spanisch für Niveau B1	64,00 €	10.09.26	
4.8	Spanisch Konversations- und Lesekurs	64,00 €	16.09.26	
4.9	Dänisch mit soliden Vorkenntnissen	53,00 €	16.09.26	
4.10	Dänisch für Fortgeschrittene	43,00 €	16.09.26	
5.1	Grundlagen am PC für Anfänger	21,00 €	29.09.26	
5.2	Grundlagen am PC für Fortgeschrittene	21,00 €	28.09.26	
0.1	Dance Kids	63,00 €	16.09.26	
0.2	Dance Teens	63,00 €	16.09.26	

Kultur - Gestalten

2.19 Nähkurs – eigene Nähprojekte umsetzen

Für Anfänger und Fortgeschrittene

Sie möchten lernen eigene Nähprojekte umzusetzen oder sich Ihre individuelle Mode selbst zu kreieren? Entdecken Sie ein neues Hobby und erlernen Sie die ersten Schritte. Sie haben bereits Näherfahrung? Im Kurs werden auch spezielle Techniken, weitergehende Kenntnisse, Tipps und Ideen vermittelt, um anspruchsvollere Projekte umzusetzen zu können. Natalia Afrossin ist ausgebildete Bekleidungstechnikerin mit langjähriger Schneidererfahrung, die Anfänger*innen und Fortgeschrittenen gern umfassende Kenntnisse im Nähen vermittelt. Die Termine sind am 05.01., 19.01., 02.02., 16.02., 02.03. und 16.03.2027.

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Garn, Stoff und event. fertige Papierschnittmuster für die eigenen Projekte, Stoffschere, Steck- und Nähadeln, Papier und Stift

Di., 05.01.2027

17.00 - 20.00 Uhr

6 x

Bürgerhaus Melsdorf,
Karkkamp 4

Gebühr: 84,00 €

Natalia Afrossin

2.20 Naturseifen selbst gemacht – kreativ, duftend, einzigartig

Tauche ein in die Kunst der Naturseifenherstellung! In diesem Workshop lernst Du, wie Du aus natürlichen, hautfreundlichen Zutaten Deine eigenen duftenden Seifen kreierst – frei von unnötiger Chemie. Wir arbeiten mit hochwertigen Gießseifen und verfeinern sie mit reinen Naturessenzen sowie ausgewählten Pflanzenzutaten. Schritt für Schritt entsteht aus einfachen Grundzutaten etwas Persönliches – eine Seife, die du mit gutem Gefühl nutzen oder verschenken kannst.

Du gestaltest 5 eigene Seifenstücke, abgestimmt auf deine Lieblingsdüfte und deinen Hautbedarf. Ohne Stress, ohne komplizierte Chemie – dafür mit Freude, Kreativität und dem Wissen, dass du nur das hineinpackst, was dir gut tut.

Sa., 21.11.2026

10.00 - 13.00 Uhr

VHS, Dorfstr. 93

Raum 4

Gebühr: 14,00 €

zzgl. 17,00 € bar für

Skript und

Materialkosten

Yvonne Rasmussen

**Wir suchen Kursleitungen
für verschiedene Programmbereiche.
Wir freuen uns, wenn Sie sich bei uns melden!**

Kultur - Gestalten

2.21 Naturseifen selbst gemacht – Kreativ, duftend, einzigartig

Kursbeschreibung siehe oben

Sa., 28.11.2026
10.00 - 13.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 14,00 €
zzgl. 17,00 € bar für
Skript und
Materialkosten
Yvonne Rasmussen

2.22 Spielwerkstatt Klappmaulpuppen Die Fülle aus dem Puppenkoffer!

"Genau dieser Augenblick, die Puppe und Du!"

Die Klappmaulpuppen und Tiere verzaubern durch ihre Ausdruckskraft und Lebendigkeit.

Wie kann ich meine Puppe im Unterricht, im Kindergarten, in der Familie oder Therapie so einsetzen, dass sie ihren Zauber entfaltet? Taucht ein in das Spiel mit gezielter Bewegung und Stimmeneinsatz. Im Workshop geht es um die Vermittlung von Techniken, Tipps und Tricks für den kreativen und vielseitigen Einsatz von Klappmaulpuppen. Eine Fülle an Spielen, Übungen und Demonstrationen sorgt dafür, dass du dir mehr Sicherheit in der Puppenführung aneignen kannst, die Möglichkeiten erweitern sowie die Spieltechnik verfeinern kannst und deine Kreativität und deine Puppe immer mehr Raum bekommen. Freude und Spaß wird euch durch die Stunden begleiten.

Sa., 03.10.2026
10.30 - 15.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 21,00 €
Jutta Assel

2.23 Spielwerkstatt Klappmaulpuppen Die Fülle aus dem Puppenkoffer!

Kursbeschreibung siehe oben

Sa., 21.11.2026
10.30 - 15.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 21,00 €
Jutta Assel

Bitte melden Sie sich zu allen Veranstaltungen und Kursen an, damit wir besser planen und Sie sich Ihre Plätze sichern können! Vielen Dank!



Gesundheit - Bewegung

Programmbereich „Gesundheitsbildung“

„VHS macht gesünder!“

Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. Um die Gesundheit eigenverantwortlich zu stärken, ist Gesundheitskompetenz unerlässlich. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehören kann, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können. Lernen Sie von den Sichtweisen anderer Menschen, erwerben Sie die Fähigkeit, mit Stress konstruktiv umzugehen und Krisen erfolgreich zu überwinden. All das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen, macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig. Eine bundesweite Studie des Universitätsklinikums Eppendorf belegt die positive Wirkung von VHS-Gesundheitsangeboten.

3.1 Eine Ruheinsel im Alltag

Innehalten und zur Ruhe kommen mit praktischen Entspannungsübungen.

Dieser Kurs holt Sie aus dem Alltag, direkt auf Ihre Ruheinsel. Mit dem Erlernen und Einüben von einfachen Methoden, wie der Progressiven Muskelentspannung, dem Autogenen Training, Meditation, Achtsamkeitsübungen und Phantasiereisen werden Sie Ruhe, Entspannung und Energie für Ihren Alltag finden. Dieser Kurs ist für alle geeignet, die in Ruhe und mit Entspannung an einer Verbesserung ihrer Lebensqualität arbeiten wollen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Matte, Decken, Kissen, etwas zum Trinken

Mo., 26.10.2026
17.00 - 18.30 Uhr
6 x
VHS, Dorfstr. 93,
Raum 3
Gebühr: 42,00 €
Tanja Langer

3.2 Tai Chi Chuan Teil I

Tai Chi Chuan ist eine Methode, „mit leerer Faust gemäß Yin & Yang zu agieren“, ist im Ausdruck zentriert, aufrecht, leicht, sanft und fließend. Die Gelenke, wie „Perlen an einer Schnur“ verbunden, erlauben Bewegung ohne Anstrengung, getragen von der Körpermitte und belebt durch den Atem. Die traditionellen Formen des Tai Chi Chuan machen diese Bewegungskunst in seiner ganzen Tiefe erfahrbar.

Die Gebühr für diesen Präventionskurs kann bei regelmäßiger Teilnahme von der Krankenkasse übernommen werden.

Dieser Kurs ist für Anfänger.

Wiederholer und Wiedereinsteiger können sich ebenfalls gern anmelden.

Bitte mitbringen: Lockere Kleidung, dicke Socken bzw. Schuhe mit dünner Sohle

Mo., 07.09.2026
17.45 - 19.15 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
und Raum 5
Gebühr: 74,00 €
Karlo Vollbrecht



Gesundheit - Bewegung

3.3 Yoga & Meditation Ü-50

Dies ist ein Yoga Angebot speziell für Menschen mit Verspannungen oder Bewegungseinschränkungen, die durch leichte Übungen und Dehnungen mehr für sich tun wollen. In meditativer Ruhe und in Verbindung mit der Tiefenatmung bewegen wir uns unter Gleichgesinnten und ohne Leistungsanspruch oder Perfektion. Auch herrlich verrückte Meditationen wie Lach- oder Ärger-Atem sowie Atemvitalisierung und 5-Rhythmen-Tanz lassen uns in wenigen Minuten wieder frischer, energetisierter und achtsamer für die Herausforderungen im Alltag sein. Yoga & Meditation können bei regelmäßiger Durchführung sehr positive Wirkungen haben. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Für Anfänger, Mittelstufe, Fortgeschrittene und alle Altersgruppen gleichermaßen. Fortlaufender Kurs, Neueinstieg ab 10.09. Bitte bequeme Kleidung, eine Matte und eine Decke mitbringen.

Do., 10.09.2026
16.30 - 17.30 Uhr
16 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 64,00 €
Hanno Nörenberg

3.4 Yoga

Dieses ursprüngliche Yoga der Essenzen beinhaltet Elemente aller gängigen Yogastile. Dadurch verbinden wir uns mit dem Atem und unserem beobachtenden Bewusstsein, um in einfache Haltungen (Asanas) zu gehen. Frei von Leistungsdenken, Perfektionismus oder Akrobatik. Dies kann in meditativer Weise und durch den tief fließenden Atem (Pranayama) aus der inneren Ruhe & Stille heraus Gelassenheit, tiefe Regeneration, Ausgeglichenheit im Alltag und Stärkung der Stressresilienz fördern. Es kann auch dazu beitragen, Verspannungen zu lösen, Gedankenkreisel verstummen zu lassen und damit ausgeglichener, energetisierter und mit innerem Abstand zu Problemen wieder dem Alltag zu begegnen. Fortlaufender Kurs, Neueinstieg ab 10.09. Bitte bequeme Kleidung, Matte, Sitzkissen, dicke Socken und ggf. Wolldecke mitbringen.

Do., 10.09.2026
17.45 - 19.15 Uhr
16 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 96,00 €
Hanno Nörenberg

3.5 Yoga

Ein Yogakurs für Teilnehmende mit und ohne Vorerfahrung.

Kursbeschreibung s.o. Kurs 3.3

Do., 10.09.2026
19.30 - 21.00 Uhr
16 x
VHS, Raum 3
Gebühr: 96,00 €
Hanno Nörenberg



Gesundheit - Bewegung

Hatha-Yoga

Für Anfänger und Fortgeschrittene

Es werden Yogastellungen (Asanas), Atemtechniken (Pranayamas) und Meditations- sowie Entspannungstechniken vermittelt, die Körper, Geist und Seele harmonisieren. Schwerpunkt ist die Kräftigung der gesamten Muskulatur, die Erhaltung der Beweglichkeit des Körpers sowie die Regeneration des Energiehaushaltes. Auch die Körperwahrnehmung und Konzentrationsfähigkeit werden geschult, was zusammen mit gezielter Entspannung insgesamt zu gesteigertem Wohlbefinden und mehr Belastbarkeit auch im beruflichen Alltag beitragen kann.

Bitte mitbringen: warme, bequeme Kleidung, Socken, Yogamatte o.ä., Decke, Yogakissen (wenn vorhanden)

3.6 Hatha-Yoga am Vormittag

Für einen erfrischenden Start in den Tag und in die Woche!

Kursbeschreibung siehe oben

Anfänger, Wiedereinsteiger, Erfahrene, alle sind willkommen

Mo., 05.10.2026

9.45 - 11.15 Uhr

12 x

Bürgerhaus

Westensee, Schulweg

Gebühr: 77,00 €

Eva Holtey-Weber

3.7 Hatha-Yoga

Kursbeschreibung siehe oben

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Di., 22.09.2026

18.15 - 19.45 Uhr

12 x

VHS, Dorfstr. 93

Raum 3

Gebühr: 72,00 €

Birgit Jung

3.8 Hatha-Yoga

Kursbeschreibung siehe oben

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Di., 12.01.2027

18.15 - 19.45 Uhr

6 x

VHS, Dorfstr. 93

Raum 3

Gebühr: 36,00 €

Birgit Jung

Wir suchen Kursleitungen
für verschiedene Programmbereiche.
Wir freuen uns, wenn Sie sich bei uns melden!



Gesundheit - Bewegung

3.9 Hatha-Yoga

Kursbeschreibung siehe oben
Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Mi., 23.09.2026
19.15 - 20.45 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 72,00 €
Birgit Jung

3.10 Hatha-Yoga

Kursbeschreibung siehe oben
Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Mi., 13.01.2027
19.15 - 20.45 Uhr
6 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 36,00 €
Birgit Jung

3.11 Hatha-Yoga mit Ani – entspannt ins Wochenende

für Einsteigende bis Fortschreitende - denn alle sind willkommen!

„Jeder Mensch kann Yoga üben, solange er atmen kann.“ (Krishnamacharya)

In diesem Kurs erfährst Du, wie mit viel Freude und Gelassenheit durch Körperübungen (Asanas), Atemtechniken (Pranayama) sowie Meditation, ein positiver Einfluss auf Körper, Geist und Seele erfolgt. Deine Verabredung mit Dir selbst für mehr Energie, Beweglichkeit und Entspannung in Deinem Leben. Du benötigst keine besonders körperlichen Fähigkeiten oder Erfahrungen für diesen Kurs. Es gibt verschiedene Variationen der Asanas; ganz egal ob das Knie klemmt, die Handgelenke empfindlich sind oder ein großer Bauch vorhanden ist...

Yoga ist für alle da!

Bitte bringe Dir eine Yogamatte, eine Decke, warme Socken und nach Bedarf ein kleines Kissen mit.

Fr., 18.09.2026
17.30 - 19.00 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 72,00 €
Anika Fischer

Kursangebote aus dem Bereich Gesundheit und Bewegung der VHS in Melsdorf:

montags 18.45 - 20.00 Uhr - sanftes Yoga mit Nicole Berkenbaum
donnerstags 9.00 - 10.15 Uhr - Hatha-Yoga mit Ulrike Strank
montags 9.30 - 11.00 Uhr - Feldenkrais® mit Roswitha Dreßler
dienstags abends - Tanzen mit Katrin Rohde



Gesundheit - Bewegung

Yoga mit Meune

Die Teilnehmer/innen lernen in diesem Kurs ein ganzheitliches Yogasystem kennen. Der Kurs vermittelt Bewegungsübungen, Gelenk- Drüsen- und Balanceübungen sowie gehaltene Stellungen (Asanas), die – bewusst ausgeführt - zu mehr Beweglichkeit, zu mehr Standhaftigkeit und Selbstsicherheit führen können. Verspannungen können wahrgenommen und bewusst aktiv gelöst werden. Umkehrhaltungen sorgen für einen klaren Kopf und schärfen die Sinne.

Bewusst ausgeführte Kräftigungsübungen sorgen für einen optimalen Muskelaufbau. Achtsamkeits-, Konzentrations- und Meditationsübungen vermitteln innere Ruhe und Gelassenheit. Verschiedene Atemtechniken helfen nicht nur direkt bei den Übungen, sie befähigen uns auch darin, die Energien dahin zu leiten, wo sie situationsbedingt benötigt werden und erleichtern uns das Ankommen im „Hier und Jetzt“. Die Übungen können helfen, eine optimale innere wie äußere Haltung zu entwickeln und können so die Lebenswahrnehmung und – qualität steigern. Sie geben Energie und innere Ruhe und helfen so dabei, den Alltag und das Berufsleben zu meistern. Gut für alle, die auf der Suche nach einem alltagstauglichen Übungssystem sind. Vorerfahrungen mit Yoga sind nicht erforderlich.

3.12 Yoga mit Meune

Der Kurs ist derzeit voll belegt.

Melden Sie sich gern für einen Platz auf der Warteliste, es werden manchmal kurzfristig Plätze frei.

Bitte bequeme Kleidung, Matte, Decke und Kissen mitbringen.

Mo., 14.09.2026

17.15 - 18.45 Uhr

12 x

Bürgerhaus

Westensee, Schulweg

Gebühr: 79,00 €

Meune Lehmann

3.13 Yoga mit Meune

Der Kurs ist derzeit voll belegt.

Melden Sie sich gern für einen Platz auf der Warteliste, es werden manchmal kurzfristig Plätze frei.

Bitte bequeme Kleidung, Matte, Decke und Kissen mitbringen.

Mo., 14.09.2026

19.00 - 20.30 Uhr

12 x

Bürgerhaus

Westensee, Schulweg

Gebühr: 79,00 €

Meune Lehmann

3.14 Yoga mit Meune am Mittwoch

Bitte bequeme Kleidung, Matte, Decke und Kissen mitbringen.

Mi., 16.09.2026

17.15 - 18.45 Uhr

12 x

Bürgerhaus

Westensee, Schulweg

Gebühr: 79,00 €

Meune Lehmann



Gesundheit - Bewegung

Tagesveranstaltungen / Workshops:

3.15 Atem & Kristallklang

- Tiefenentspannung für Körper und Geist

In diesem Workshop lade ich dich ein, die kraftvolle Verbindung aus bewusstem Atem und den sanften Schwingungen von Kristallklangschalen zu erleben. Du erfährst, wie sehr dein Atem dein Wohlbefinden, deine Ruhe und deine innere Balance beeinflusst – und wie du ihn für dich nutzen kannst. Eine angeleitete Atem-Session führt dich Schritt für Schritt in Entspannung, bevor die Klänge der Kristallklangschalen wie eine feine, vibrierende Massage in deinem Körper wirken und zu tiefer Regeneration einladen. Ideal, wenn du für einen Moment aus dem Alltag aussteigen, dich neu sortieren und eine wohltuende Auszeit genießen möchtest - ganz ohne Vorkenntnisse.

Nicole Berkenbaum ist ausgebildete Yogalehrerin und Gesundheits- und Resilienzcoachin. In Ihren Workshops vermittelt Sie praxisnahes Wissen und Techniken zum Thema Atmen und Entspannung. Bitte mitbringen: warme, bequeme Kleidung, dicke Socken, Yogamatte o.ä., Decke, Yogakissen (wenn vorhanden)

So., 08.11.2026

15.00 – 17.00 Uhr

VHS, Dorfstr. 93

Raum 3

Gebühr: 12,00 €

Nicole Berkenbaum

3.16 Achtsame Massage & Zeit zu zweit

Tagesseminar für Paare, Verwandte, Freund*innen

Dieses Tagesseminar lädt dazu ein, sich bewusst Zeit miteinander zu nehmen und dem Partner eine tiefenentspannende Massage zu geben.

Sie erlernen einfache Massagetechniken, aber auch Grundsätze der Lomi Lomi Massage. Der Einsatz von Handflächen, Daumen, Fingern, Unterarmen und Knöcheln wird dabei achtsam geübt. So entsteht ein Baukasten, aus dem Sie sich eine wohltuende und individuelle Ganzkörpermassage zusammenstellen. Im Mittelpunkt steht nicht Perfektion, sondern bewusste Berührung, sensible Wahrnehmung und nachhaltige Entspannung. Ideal für Menschen, die sich eine nährenden Zeit zu zweit schenken wollen, um den Alltag außen vorstehen zu lassen.

Bitte mitbringen: Massageöl (gerne Weleda), bequeme Kleidung, warme Socken, weiche Unterlagen (z.B. Iso-Matte, Kapok), Decke(n) oder großes Handtuch, kleine Kissen zum Auspolstern, Getränk (z.B. Tee)

Sa., 21.11.2026

14.00 – 19.00 Uhr

VHS, Dorfstr. 93

Raum 3

Gebühr: 23,00 €

Helmut Eßer



Gesundheit - Bewegung

Pilates

Pilates ist ein funktionales Ganzkörpertraining, das im 20. Jahrhundert von Joseph Hubertus Pilates ins Leben gerufen wurde. In den Kursen wird eine eher ruhige Form des Pilates unterrichtet, die für Anfänger gut geeignet ist und sich stark an das Original Pilates und seine Prinzipien richtet. Durch das bewusste und konzentrierte Verbinden verschiedener Elemente in einen Bewegungsfluss wird die Tiefenmuskulatur, vor allem des sogenannten ‚Power House‘ im gesamten Rumpfbereich: Beckenboden, Bauch- und Atemmuskulatur, wahrgenommen, angesprochen, gekräftigt und gedehnt, Gelenke werden mobilisiert und stabilisiert. Körper und Geist arbeiten Hand in Hand, denn die Übungen erfordern eine konzentrierte Bewegungsausführung. So wird die Konzentration, Koordination und Körperwahrnehmung verbessert. Im Gesundheitssport ist Pilates inzwischen kaum noch wegzudenken, da es Haltungsschäden, auch durch einseitige Belastungen im beruflichen Alltag, vorbeugt und eine harmonisch zusammenarbeitende Muskulatur aufbaut, was das allgemeine Wohlbefinden des Einzelnen enorm verbessern kann. Einstieg in bereits laufende Kurse nach Rücksprache möglich.

3.17 Pilates am Vormittag

Für Einsteiger und alle Interessierten

Bitte mitbringen: eine Matte, bequeme Kleidung, Socken, etwas zu trinken und eventuell ein Handtuch

Mo., 05.10.2026

8.30 - 9.30 Uhr

12 x

Bürgerhaus

Westensee, Schulweg

Gebühr: 56,00 €

Eva Holtey-Weber

3.18 Pilates

Für Einsteiger und alle Interessierten

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Matte, etwas zu trinken

Mi., 04.11.2026

18.00 - 19.00 Uhr

10 x

VHS, Dorfstr. 93

Raum 3

Gebühr: 46,00 €

Friederike Marpe

3.19 Pilates - Ü 60

Dieser Kurs richtet sich speziell an Personen ab 60 Jahren. Individuelle gesundheitliche Probleme werden besonders berücksichtigt und sind daher kein Problem bei der Kursteilnahme.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung eine Matte, etwas zu trinken

Fr., 04.09.2026

9.45 - 10.45 Uhr

7 x

Gemeindezentrum

Raiffeisenstr. 2

Gebühr: 32,00 €

Eva Holtey-Weber



Gesundheit - Bewegung

3.20 Rückenschule

am Abend - Ganzheitliche Rückenschule

Wirbelsäulenschulung in Theorie und Praxis, Dehnungs- und Lockerungsübungen, Entspannungstechniken für Erholung vom beruflichen Alltag und ein positives Körpergefühl und mehr Belastbarkeit. Abendkurs derzeit voll belegt.

Di., 01.09.2026
20.00 - 21.00 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 38,00 €
Inke Reinecker

3.21 Gymnastik am Vormittag

Fit am Vormittag – für Alltag und Beruf
Funktionsgymnastik, Rückenschule, Fitness- und Mobilisationstraining sowie jede Menge Spaß.
Hinweis:
Fortlaufender Kurs mit 10 Terminen ab dem 19.08.26.
Einstieg für neue Teilnehmende ab dem 02.09.26.

Mi., 02.09.2026
09.00 - 10.00 Uhr
8 x
Sporthalle
Westensee
Gebühr: 30,00 €
Inke Reinecker

3.22 Gymnastik am Vormittag

Fit am Vormittag – für Alltag und Beruf
Funktionsgymnastik, Rückenschule, Fitness- und Mobilisationstraining sowie jede Menge Spaß.

Mi., 11.11.2026
09.00 - 10.00 Uhr
10 x
Sporthalle
Westensee
Gebühr: 38,00 €
Inke Reinecker

3.23 Gymnastik am Vormittag

Leichte Kräftigungs- und Dehnübungen, Mobilisation der Wirbelsäule, Grundlagen der Rückenschule und Entspannungsübungen mit viel Spaß und Musik bestimmen unsere Gymnastikstunden.
Hinweis: Fortlaufender Kurs! - Auch ein Einstieg in den Kursblock der ab dem 28.01. läuft ist nach Rücksprache möglich.
Bitte mitbringen: Bequeme Sportbekleidung und eine Matte o.ä.

Mi., 02.09.2026
09.00 - 10.00 Uhr
10 x
Gemeindezentrum
Felde
Raiffeisenstr. 2
Gebühr: 34,00 €
Ulrike Meneikis

3.24 Gymnastik am Vormittag

weitere Gruppe, Text siehe oben
Hinweis: Fortlaufender Kurs! - Auch ein Einstieg in den Kursblock der ab dem 28.01. läuft ist nach Rücksprache möglich.
Die Teilnahme an diesem Kurs ist bei Bedarf auch im Sitzen möglich!

Mi., 02.09.2026
10.10 - 11.10 Uhr
10 x
Gemeindezentrum
Felde
Raiffeisenstr. 2
Gebühr: 34,00 €
Ulrike Meneikis



Gesundheit – Ernährung - Kochen

3.41 Microgreens und Sprossen – kleine Pflanzen, große Wirkung

- Superfood von der Fensterbank -

Frisch, bunt, gesund und im Handumdrehen geerntet: Microgreens und Sprossen bringen auch im Winter Leben auf den Teller. Sie stecken voller wertvoller Inhaltsstoffe, sorgen für aromatische Abwechslung und verleihen Speisen einen frischen optischen Akzent. Der Anbau auf der eigenen Fensterbank ist einfach - wenn man weiß, worauf es ankommt.

Im Kurs erfahren Sie:

Was unterscheidet Microgreens von Sprossen?

Welche Nährstoffe machen sie so wertvoll?

Anbau leicht gemacht: verschiedene Möglichkeiten für zu Hause

Worauf sollte man achten? Hygiene und mögliche Risiken

Praxis: Microgreens selbst aussäen

Probieren ausdrücklich erwünscht: verschiedene Sprossen und Microgreens

Silke Heinrich, Gartenbautechnikerin, vermittelt praxisnahes, leicht umsetzbares Wissen, teilt hilfreiche Tipps und Tricks und bringt eine Auswahl an Sprossen und Microgreens zum Verkosten mit.

Sa., 14.11.2026
10.00 - 12.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 12,00 €
zzgl. 3,00 € bar
Materialgebühr
Silke Heinrich

Frisch, gesund und lecker Kochen – mit den Kochkursen der VHS

Bitte geben Sie bei der Anmeldung zu den Kochkursen an, ob Sie Unverträglichkeiten oder Allergien haben oder ob Sie Vegetarier sind, so kann dies bei der Rezeptausswahl berücksichtigt werden. Bitte denken Sie an den Kochabend an die Gebühr für die Lebensmittelumlage.

Folgendes Kursangebot unter Vorbehalt, da es nicht absehbar ist, ob die Schulküche wieder nutzbar ist!

3.42 „Kubanische Küche“

Kuba, die größte der Antillen-Inseln, ist nicht nur für seine Zigarren berühmt, sondern zu Recht auch für seine Kulinaria, denn die kubanische Küche verbindet auf einzigartige Art und Weise traditionelle Zutaten der Insel mit Einflüssen aus Spanien und der kreolischen Küche. Es wird würzig und kräftig-deftig. Und es gibt deutlich mehr als schwarze Bohnen mit Reis... Bei Unverträglichkeiten und speziellen Ernährungsformen bitte vorher mit dem Dozenten Kontakt aufnehmen!! (Bitte scharfes Messer, Getränk und Restebehälter für Kostproben mitbringen)

Di., 24.11.2026
18.30 - 21.30 Uhr
Küche der Grundschule
Felde
Gebühr: 14,00 €
zzgl. 17,00 €
Kochgeld/Kopien
André Weidtkamp



Sprachen

Programmbereich Sprachen

In der Welt zu Hause

Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und sich verstärkende Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen. Die herkunftssprachliche und fremdsprachliche Kompetenz gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens.

Wie keine andere Bildungseinrichtung unterstützen die Volkshochschulen die Menschen in Europa dabei, das sprachpolitische Ziel „Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas zu fördern.

Fremdsprachen sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biographie geworden. Sprachkompetenz ermöglicht es den Menschen, ihre beruflichen Ziele zu verfolgen und unabhängig zu bleiben. Sprachkurse vermitteln ein interkulturelles Grundverständnis und fördern die Offenheit für andere Kulturen.

Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen die Volkshochschulen den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) in Kursplanung, Sprachberatung und Unterricht ein. Der GER beschreibt die Sprachkompetenz in sechs verschiedenen Niveaustufen und steht für einen kommunikations- und handlungsorientierten Sprachunterricht.

Zur leichteren Einordnung der Kurse gibt es Niveauangaben (von A1: Anfänger bis C2: etwa muttersprachlich).

Wenden Sie sich gern an uns oder die Kursleitungen, wenn Sie überlegen, welcher Kurs der Richtige für Sie ist.

Eine Probestunde in laufenden Kursen ist nach Rücksprache gern mögl

4.1 Englisch für Anfänger*innen mit geringen Vorkenntnissen

Dieser Kurs bietet Anfängern oder Menschen, deren Englischkenntnisse sehr weit zurück liegen, die Möglichkeit, Englisch auf Anfängerniveau zu lernen bzw. wieder aufzufrischen. Es wird kleinschrittig mit Wiederholungen gearbeitet und sich dabei an alltagsnahen Sprachsituationen orientiert, um den Erwerb der Sprache möglichst authentisch zu gestalten. Grammatikalische Aspekte werden erläuternd mitberücksichtigt, im Vordergrund stehen aber definitiv viel Spaß und Freude beim Erwerb möglichst echter und lebensnaher Sprechanlässe. Zur Unterstützung wird im Kurs mit dem Lehrwerk ‚Great!‘ A1 aus dem Klett Verlag gearbeitet, das in Auszügen zum Schnuppern auch online eingesehen werden kann.

Zum Ausprobieren beginnen wir mit 10 Terminen, der Kurs kann auf Wunsch direkt im Anschluss verlängert werden

Lehrbuch: Great! A1 (Klett)

Mi., 23.09.2026
18.45 - 19.45 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 36,00 €
Zitha Gutschlag



Sprachen

4.2 Englisch Wiedereinsteigerkurs

Ist dein Englisch eingerostet oder mal Gelerntes in Vergessenheit geraten?

In diesem Kurs werden anhand alltagsnaher Themen verschiedenste Sprechsituationen gegeben, um „eingerostete“ Englischkenntnisse wieder aufzufrischen und zu erweitern. Hierbei wird der Blick auch auf die Auffrischung grundlegender grammatischer Strukturen gerichtet. Zur Unterstützung arbeiten wir mit dem dafür passenden Kursbuch *Great!* auf Sprachniveau A2, dessen Anschaffung in der ersten Stunde besprochen wird. Grundsätzlich stehen Spaß und Freude an der aktiven Sprachanwendung im Vordergrund und Neulinge sind herzlich willkommen.

Mi., 23.09.2026
17.30 - 18.30 Uhr
14 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 50,00 €
Zitha Gutschlag

4.3 Englisch für Fortgeschrittene

Dieser Kurs bietet die Möglichkeit deine vorhandenen Englischkenntnisse anhand vielseitiger und alltagsnaher Sprechsituationen praktisch zu festigen. Mit dem bunt gestalteten Lehrwerk „Easy English upgrade“ aus dem Cornelsen Verlag werden auf dem Sprachniveau B1 eine Vielzahl echter Kommunikationsanlässe erprobt und grundlegende grammatische Inhalte aufgefrischt. Es wird kleinschrittig vorgegangen und Vorheriges wiederholt, damit dem Erfolg und der Freude am Erwerb neuer Englischkenntnisse nichts im Weg steht. Neuzugänger*innen sind immer herzlich willkommen!

Mo., 21.09.2026
17.45 - 18.45 Uhr
14 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 1
Gebühr: 50,00 €
Zitha Gutschlag

4.4 Französisch

für Wiedereinsteiger mit Vorkenntnissen

Haben Sie bereits Französisch gelernt, fühlen sich aber etwas eingerostet? Dann steigen Sie in unserem netten Kurs wieder ein! In den letzten Semestern haben wir uns bereits mit der Vergangenheitsform (passé composé) und der nahen Zukunft (futur proche) beschäftigt, sodass wir über den letzten Urlaub erzählen und die kommende Woche planen können. Diese Themen sowie weitere Grundlagen der französischen Sprache werden wir im kommenden Semester anhand von Alltags- und Urlaubssituationen wiederholen und festigen.
Lehrbuch: Rencontres en français A1 (Klett)

Mo., 14.09.2026
19.15 - 20.15 Uhr
12 x
VHS, Raum 1
Gebühr: 43,00 €
Florent Joeckle



Sprachen

4.5 Französisch für Fortgeschrittene (B1)

Sie haben bereits einen fundierten Einblick in die französische Sprache erhalten? Dieser Kurs bietet die Möglichkeit, die eigenen Sprachkenntnisse weiter zu entwickeln und mit viel Sprechen die Feinheiten der Grammatik Schritt für Schritt neu zu entdecken. Laufender Kurs ab 24.08., Neueinstieg ab 21.09.26
Bienvenue à toutes et à tous!

Lehrbuch: Rencontres en français (Klett) - B1

Mo., 21.09.2026
18.00 - 19.00 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 43,00 €
Charlotte Bousquet

4.6 Französisch für Fortgeschrittene (B1/B2)

Actualité et débats, civilisation et littérature: plongez dans la culture française! Des documents écrits, audio et vidéo serviront de base à la discussion, au travail de groupe, à l'approfondissement des compétences grammaticales et lexicales. Et de temps en temps une lecture accompagnée de son adaptation cinématographique... Bienvenue à toutes et à tous!
Lehrbuch: Edito B2, 4e édition (Klett)

Do., 03.09.2026
10.00 - 11.30 Uhr
15 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 1
Gebühr: 80,00 €
Evelyne Martin

4.7 Spanisch für Niveau B1

Im letzten Semester lernten wir Einiges über die Not der Kaffeebauern in Kolumbien und über die Versuchung des Anbaus der Kokapflanze, aus der Kokain gewonnen wird. Das ist lukrativer aber auch gefährlich. U.a. tauchten wir auch ein in das Leben der indigenen Völker Zentral-und Südamerikas und des Verlustes ihrer Territorien aufgrund der Gefahr von Kolonisierung und fortschreitender Aktivitäten der Mineralölkonglomerate. Wir erfuhren, warum das alte Zentrum der Hauptstadt Spaniens „Madrid der Österreicher“ genannt wird und im 16. Jahrhundert das Goldene Zeitalter erlebte. Wir bekamen Reiselust! In der Grammatik vertieften wir u.a. den verneinten Imperativ und die abwechslungsreiche Anwendung des Subjuntivo, der konsequent in der spanischen Sprache benutzt wird und immer für Überraschungen gut ist. Gerne heißen wir neue Teilnehmer*innen willkommen – auch unser „Quotenmann“ würde sich über Verstärkung freuen!
Lehrbuch: El curso en vivo B1

Do., 10.09.2026
19.00 - 20.30 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 1
Gebühr: 64,00 €
Maren Smolka



Sprachen

4.8 Spanisch

Konversations- und Lesekurs Niveau B1

Warum nicht einmal in den Pyrenäen oder in Argentinien skilaufen? Die Liebhaber des weißen Sports sind im vergangenen Semester auf ihre Kosten gekommen. Das Vokabular ist schon abgespeichert, wobei es da leichte landestypische Unterschiede gibt. Aber egal, die TeilnehmerInnen wissen inzwischen, dass man nicht zu viel überlegen soll, sondern einfach lossprechen. Und es klappt! Gern haben wir z.B. das verwirrende llevar und traer oder ir und venir wiederholt. Wiederholungsanregungen ergeben sich oft seitens der TeilnehmerInnen und werden gern aufgegriffen. Wer Lust hat, unsere Runde zu bereichern, ist herzlich willkommen!

Mi., 16.09.2026
10.00 - 11.30 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 1
Gebühr: 64,00 €
Maren Smolka

4.9 Dänisch mit soliden Vorkenntnissen (- A2)

Das Thema Zeiten (Futur, Präteritum und Perfekt) wird uns weiter beschäftigen. Da ist noch viel zu üben, weil es diesmal ganz anders als im Deutschen ist. Inhaltlich geht es weiter um Ferien, aber auch das Arbeitsleben und eine kleine Lektüre kommen ins Spiel. Vi snakker som altid så meget dansk som muligt og har det helt sikkert sjovt igen!
Lehrbuch: Vi snakkes ved, Bd.1 (aktuell oder alte Version), ca. ab Lektion 9

Mi., 16.09.2026
19.15 - 20.30 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 1
Gebühr: 53,00 €
Inga Mahlke

4.10 Dänisch für Fortgeschrittene (A2+/ B1)

Nach einigen Wiederholungsschleifen, besonders zu den Zeiten, geht es nun in Riesenschritten auf Bd. 2 zu. Das Thema Jobs und Ausbildung wird uns aber auch noch weiter beschäftigen.
Lehrbuch: Vi snakkes ved, Bd.2 (aktuell oder alte Version)

Mi., 16.09.2026
18.00 - 19.00 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 1
Gebühr: 43,00 €
Inga Mahlke

Ein Einstieg in bereits laufende Kurse ist nach Rücksprache möglich, wenn noch Plätze frei sind. Melden Sie sich gern bei uns!

**Wir suchen Kursleitungen
für verschiedene Programmbereiche und Sprachen,
zum Beispiel für Italienisch, Schwedisch oder Norwegisch.
Wir freuen uns, wenn Sie sich bei uns melden!**



Arbeit - Beruf - Computer

Programmbereich „Arbeit – Beruf“

Bundespräsident Frank Walter Steinmeier übernahm 2018 die Schirmherrschaft über den 7. Deutschen Weiterbildungstag „Weiter bilden, Gesellschaft stärken“ „im Wissen um den Wert funktionierender Weiterbildung für die gute Entwicklung unserer Gesellschaft und für den Erfolg individueller Lebensgestaltung“.

5.1 Grundlagen am PC

für Anfänger - ganz entspannt

- Grundeinstellungen und Problemlösungen am PC
- Arbeiten mit dem Betriebssystem Windows
- mit dem OpenOffice/Textverarbeitungsprogramm
- mit Grafikprogrammen, Präsentationsprogrammen, Tabellenkalkulation
- Erstellen einer Email-Adresse und sicheres „Bewegen“ im Internet u.a.!

Wie umfassend die einzelnen Themen erarbeitet werden und ob ggf. weitere Themen hinzukommen, entscheiden die Kursteilnehmer/innen gemeinsam. Eine Verlängerung des Kurses ist möglich.

Di., 29.09.2026

17.00 - 18.30 Uhr

3 x

Grundschule Felde

PC-Raum

Gebühr: 21,00 €

Jens Lersmacher

Vorbesprechung am

Mo, 21.09., 17.00 Uhr

5.2 Grundlagen am PC

für Fortgeschrittene

Fortsetzung aus dem letzten Kurs oder Einsteiger mit Vorkenntnissen. Arbeiten mit Wechseldatenträgern (USB-Stick, Digitalkamera, MP3-Player etc.), Bearbeiten von Photos (Einstieg über iPhotoPlus) und Weiterverwendung dieser Bilder, Vertiefen der Themenbereiche aus dem Anfängerkurs. Eine Verlängerung des Kurses ist möglich.

Mo., 28.09.2026

17.00 - 18.30 Uhr

3 x

Grundschule Felde

PC-Raum

Gebühr: 21,00 €

Jens Lersmacher

Vorbesprechung am

Mo, 21.09., 17.00 Uhr

**Sie haben Interesse an einem Excelkurs?
Melden Sie sich gern!**

**Wir suchen Kursleitungen
für verschiedene Programmbereiche.
Wir freuen uns, wenn Sie sich bei uns melden!**

Junge vhs - Kurse für Kinder und Jugendliche

Junge vhs

Lebenslanges Lernen von Anfang an - Lernen für die Welt von morgen

Das Programmangebot Junge vhs richtet sich an Kinder und Jugendliche und bietet die Möglichkeit, außerhalb und unabhängig von Schule individuelle Bildungsinteressen mit innovativen Lernkonzepten und Themen zu entdecken und ihnen nachzugehen. Junge Menschen aus verschiedenen Milieus, unterschiedlichen Kulturen, mit verschiedenen gesellschaftlichen Barrieren werden durch die Angebote der Jungen vhs angesprochen und lernen miteinander und voneinander. Über die unterschiedlichen fachlichen Lernziele hinaus lernen sie, ihren Lernprozess selbstverantwortlich zu gestalten, erweitern frühzeitig das schulisch erworbene Wissen und schaffen eine Grundlage für lebenslanges Lernen. Außerschulische Bildung unterstützt die Entwicklung persönlicher und sozialer Kompetenzen und bereitet Kinder und Jugendliche auf gesellschaftliche Partizipation vor.

Durch ihre Angebotsvielfalt können Volkshochschulen gemeinsam mit Schulen, Jugendämtern, Jugendeinrichtungen oder Jugendhilfeträgern ein abgestimmtes Bildungsprogramm für gemeinsam benannte Zielgruppen entwickeln und gezielt junge Menschen ansprechen.

„Steinalt...eine spannende Reise durch die Erdgeschichte“

Sa., 05.09.2026
11.00 - 13.00 Uhr

Kursbeschreibung siehe 1.5

Dance Kids und Dance Teens

Dich zur Musik zu Bewegen ist voll dein Ding?

Aber diese Frage, welche Art von Tanz du gerne magst, beschäftigt dich?

Hier wirst du dich wohlfühlen. Wir tanzen keine einzelnen Tanzarten, sondern probieren alles mal aus. Egal in welchem Alter, ob ab 1. Klasse (Dance Kids) oder ab 5. Klasse (Dance Teens), wir freuen uns über jeden. Mit viel Tanz, Musik, Spaß und immer wieder neuen Ideen genießen wir eine Stunde Tanzen pro Woche. Komm gerne vorbei. Wir freuen uns.

0.1 Dance Kids

ab 1. Klasse

Fortlaufender Kurs, Neueinstieg am 16.09.

Bitte mitbringen: Sportkleidung,
Sport-/Gymnastikschuhe, Getränk

Mi., 16.09.2026
16.00 - 17.00 Uhr
17 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 5
Gebühr: 63,00 €
Jordis Asmussen,
Ulrike Meneikis

0.2 Dance Teens

ab 5. Klasse

Fortlaufender Kurs, Neueinstieg am 16.09.

Bitte mitbringen: Sportkleidung,
Sport-/Gymnastikschuhe, Getränk

Mi., 16.09.2026
17.00 - 18.00 Uhr
17 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 5
Gebühr: 63,00 €
Jordis Asmussen,
Ulrike Meneikis

Allgemeine Hinweise:

Kursanmeldungen bitte gern schriftlich an die VHS Felde

**VHS Felde, Dorfstr. 93, 24242 Felde,
Telefon: 04340-4008010
sowie vhs-felde@posteo.de und vhs@felde.de**

**Programm, Anmeldeformulare und weitere Informationen
zur VHS finden Sie auf der Homepage der Gemeinde Felde
unter www.felde.de**

**Schauen Sie dort auch gern mal, ob neue Kurse oder
Veranstaltungen hinzugekommen sind oder ob es
Änderungen gibt.**

**Für Beratung, Anmeldung und Information
melden Sie sich gern bei uns!**

Ihr VHS Team

**Wir suchen Kursleitungen
für alle unsere Programmbereiche!
Ob für Bewegungskurse. Sprachen oder
Instrumentalunterricht, ob für Tanzen, Singen
oder für Vorträge, wir sind immer gespannt auf neue
Angebote.
Wir freuen uns, wenn Sie sich bei uns melden!**

Datenschutzbestimmungen

1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die VHS Felde, Dorfstr. 93, 24242 Felde (nachfolgend „VHS“ oder „wir“ genannt) ist als Einrichtung der Gemeinde Felde Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse) kann kein Vertrag geschlossen werden.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Ist der Lastschriftmandatbogen abtrennbar, müssen Sie zur Zuordnung nochmals Ihren vollständigen Namen und Ihre Adresse angeben. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

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 über jedweden Kommunikationskanal (z.B. Brief, E-Mail, Link im Newsletter) mitteilen.

4. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen und – soweit angegeben – Telefonnummer und/oder E-Mailadresse, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

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, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht. Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

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.

Bei Fragen zum Datenschutz wenden Sie sich bitte telefonisch oder per E-Mail an die die VHS oder die Gemeinde Felde.

Widerrufsbelehrung

Widerrufsrecht

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Artikel 246 § 2 in Verbindung mit § 1 Absatz 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312g Absatz 1 Satz 1 BGB in Verbindung mit Artikel 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

Der Widerruf ist zu richten an:

Volkshochschule der Gemeinde Felde

Dorfstraße 93

24242 Felde

Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurück zu gewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z.B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung sowie Nutzungen (z. B. Gebrauchsvorteile) nicht oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren beziehungsweise herausgeben, müssen Sie uns insoweit Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

Besondere Hinweise

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

Ende der Widerrufsbelehrung