

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! Das Herbst-/Wintersemester endet am 31.01.26. An Feiertagen und während der Schulferien (Herbstferien 20. - 31.10.25., Weihnachtsferien 19.12. - 07.01.26) 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.



Politik - Gesellschaft - Umwelt

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.

1.0 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., 12.11.2025

18.30 - 20.00 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Treffpunkt:

Eingangsbereich
des NDR-
Landesfunkhauses,
Schlossplatz 3,
24103 Kiel
Führung durch
Mitarbeitende des
NDR

1.1 Besuch beim NDR

Veranstaltungsbeschreibung siehe oben

Mo., 24.11.2025

18.30 - 20.00 Uhr

1.2 Führung Herrenhaus Gut Deutsch-Nienhof

Freuen Sie sich auf eine spannende Führung durch die repräsentativen Räume im Erdgeschoss des Herrenhauses auf dem Gut Deutsch-Nienhof. Der Mittelteil des Hauses stammt aus dem Jahr 1501, damals als Wasserburg von Tönnies Rantzau errichtet. Seither gab es viele Veränderungen bis zum heutigen klassizistischen Dreiflügelbau mit seinem weitläufigen Landschaftspark. Erfahren Sie mehr über das Gebäude und seine Bewohner sowie die Geschichte des Gutes, das von der Familie von Hedemann-Heespen in der achten Generation bewirtschaftet wird.

Sa., 08.11.2025
14.00 - 15.00 Uhr
Gebühr: 15,00 €
Treffpunkt:
Gut Deutsch-Nienhof
24259 Westensee

1.3 Führung durch das Kieler Opernhaus - ein Blick hinter die Kulissen

Bei der Führung durch das Opernhaus zeigt Ihnen die Theaterpädagogin Denise von Schön-Angerer Orte, die Ihnen als Zuschauer*in normalerweise verborgen bleiben und erzählt Ihnen aus dem Berufsalltag der vielen Mitarbeiter*innen hinter den Kulissen. Natürlich darf auch die ein oder andere Anekdote nicht fehlen. Die Führung ist aufgrund der baulichen Eigenschaften des Opernhauses nicht barrierefrei.

Do., 08.01.2026
16.00 - 17.30 Uhr
Gebühr: 10,00 €
Treffpunkt:
Opernhaus Kiel
Rathausplatz 4
24103 Kiel
Haupteingang
Denise von Schön-Angerer
(Theaterpädagogin)

Einführung zur Inszenierung Tannhäuser und Probenbesuch im Opernhaus

Beachten Sie auch unser Angebot mit dem Dramaturgen des Opernhauses und Besuch der Generalprobe der Oper Tannhäuser am 23. und 29.01.26 im Programmbereich 2.

Fr., 23.01.2026
17.00 - 18.30 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 6,00 €
und
Do., 29.01., 17.00 Uhr
Besuch der
Generalprobe im
Opernhaus Kiel
Gebühr: 5,00 €
vor Ort in bar
Ulrich Frey



Politik - Gesellschaft - Umwelt

1.4 Mit der Eisenbahn durch Japan - Highspeed oder Bummelbahn -

Im April 2024 hatten wir uns auf den Weg gemacht eines unserer Kinder in Japan zu besuchen. Wir reisten vom winterlichen Norden auf Hokkaido in die Kirschblüte Zentraljapans, mit den kleinsten Bergbahnen durch die Gebirge Japans und mit 300 Stundenkilometer in den Süden nach Ibusuki um im heißen Sand zu baden. Wir waren begeistert von Japans Kulturschätzen und den höflichen, zuvorkommenden Menschen. Gerne möchten wir die Erinnerung an unsere schöne Reise mit Ihnen teilen und Sie ein Stückchen mitnehmen durch Japans Natur und Kultur und Ihnen von unseren Erlebnissen erzählen.

Fr., 19.09.2025
19.00 Uhr
Gemeindezentrum
Felde,
Raiffeisenstr. 2
Gebühr: 6,00 € bar
Regine Wolf und
Martin Simon

1.5 Gespräch über die deutsche Rechtschreibung

Warum schreiben wir eigentlich bellen mit ll und fahren mit h?

Mit welchen - ganz einfachen - Hauptregeln kann man sich die Schreibweise eines Wortes erschließen und verstehen? Welche Ziele wurden bei der Rechtschreibreform angestrebt und welche konkreten Änderungen ergaben sich daraus?

Im Gespräch mit dem Sprachwissenschaftler Prof. Dr. Wilhelm Strank geht es um die folgenden Themen:

- Rechtschreibreform
- Prinzipien
- Großschreibung
- Wortstämme

Ein Abend für alle, die sich für die deutsche Sprache, insbesondere für die Rechtschreibung, interessieren.

Di., 14.10.2025
18.00 - 19.00 Uhr
Bürgerhaus Melsdorf
Karkkamp 4
Gebühr: gebührenfrei
Prof. Dr. Wilhelm
Strank

1.6 Vortrag: Naturnahe Gärten - Gärten für die Zukunft

Fast täglich hören wir etwas zum Thema Klimawandel und den Verlust an Tier- und Pflanzenarten. Oft können wir es schon selber sehen und spüren, auch im eigenen Garten. Was kann jeder dagegen tun, welche Maßnahmen sind konkret umsetzbar? Ich möchte Ihnen Wege aufzeigen, die helfen und die den Garten und uns Menschen bereichern.

Di., 18.11.2025
19.30 Uhr
Gemeindezentrum
Felde,
Raiffeisenstr. 2
Gebühr: 6,00 €
Dr. Heinke Marxen-
Drewes

1.7 Vortrag: Wie lerne ich Vogelstimmen?

Welche Vogelarten leben bei uns am Westensee und wie kann ich sie an ihren Stimmen erkennen? In einem Vortrag mit zahlreichen Fotos und dem Vorspielen prägnanter Vogelstimmen wird die Vielfalt unserer heimischen Vogelwelt vorgestellt und die Unterschiede zwischen verschiedenen Gesängen erklärt. Es gibt zahlreiche hilfreiche Tipps zum Erlernen der Vogelstimmen – als Vorbereitung auf den Frühling! Es ist viel Raum, um Fragen zu stellen oder eigene Tonaufnahmen zu besprechen.

Fr., 28.11.2025
18.00 - 20.00 Uhr
Gemeindezentrum
Felde,
Raiffeisenstr. 2
Gebühr: 6,00 €
Natascha Gaedecke
Diplom Biologin

1.8 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

Do., 02.10.25
18.00 - 21.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 12,00 €
Sönke Lettau

1.9 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 Teilnehmende 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 Pilzbestimmungsbuch

Bitte bringen sie keine Hunde mit!.

Sa., 04.10.2025
14.00 - 17.00 Uhr
Treffpunkt:
VHS, Dorfstr. 93
Gebühr: 12,00 €
Sönke Lettau



Politik - Gesellschaft - Umwelt

1.10 Greifvögel am Tüteberg

Auf einer kleinen Wanderung (ca. 4 km) über den Tüteberg bei Westensee erkunden wir speziell die Welt der Greifvögel. Mehrere Arten kann man von hier aus jagend oder überfliegend beobachten, so etwa den Rotmilan, Seeadler und Bussard, mit Glück auch den Wespenbussard, eine Weihe oder einen Baumfalken. Auf dem höchsten Punkt des Tütebergs setzen wir uns auf die Sitzbänke und warten gemütlich, auf alles was vorbei kommt.

Gern mitbringen: Fernglas, Thermoskanne und Sitzunterlage

Sa., 06.09.2025
09.00 - 12.00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz
Jugendherberge
Westensee
Gebühr: 9,00 €
Natascha Gaedecke
Diplom-Biologin

Unsere Veranstaltungen im Rahmen der Aktionswoche biologische Vielfalt vom 21. - 28.09.25:

1.11 Herbstspaziergang in der Forstbaumschule Klimabäume für die Stadt

Bäume in der Stadt sind ein wichtiger Bestandteil für unser Wohlbefinden. Sie regulieren das Klima durch Wasserverdunstung und -speicherung. Sie produzieren Sauerstoff und filtern Schadstoffe. Sie spenden Schatten und geben Tieren Lebensraum. Ihre hohe Gestalt und ihr Grün erfreut unsere Augen und erquickt unsere Seelen. Im Park besuchen wir Baumarten, welche diese wohltuenden Funktionen auch in Zukunft erfüllen könnten.

In Kooperation mit Förde-VHS Kiel

Bitte denken Sie an wetterangepasste Kleidung und Schuhwerk.

So., 21.09.2025
14.00 - 16.00 Uhr
Treffpunkt:
Düvelsbeker Weg 46,
24105 Kiel,
vor der Gaststätte
Forstbaumschule
Gebühr: 6,00 €
Gudrun Aschenbach
Diplom Biologin/
zertifizierte
Landschaftsführerin

1.12 Herbstwanderung zum Flemhuder See Drama eines Sees, eine Landschaftsführung

Im Zusammenhang mit dem Bau des Nordostseekanals hat der Flemhuder See eine wechselvolle Geschichte erlebt. Bis heute wird das Gebiet als Spülfläche bei Kanalbaumaßnahmen genutzt. Erleben Sie auf einer 7 km langen Wanderung, wie es der Natur gelingt, trotzdem oder deshalb Schönheit und Artenvielfalt zu entwickeln. In Kooperation mit der Förde-VHS Kiel
Bitte denken Sie an wetterangepasste Kleidung, ggf. Fernglas.

So., 28.09.2025
14.00 - 17.00 Uhr
Treffpunkt:
Klein Nordseer Str.
37, 24242 Felde,
Bei der Tankstelle
Gebühr: 10,00 €
Gudrun Aschenbach
Diplom Biologin/
zertifizierte
Landschaftsführerin

1.13 Expedition ins Erdreich – Eine Reise in die Welt unter unseren Füßen

Boden ist Leben und gemessen an seiner Bedeutung fehlt es uns vielleicht ein wenig an Bodenbewusstsein. Während einer kleinen Wanderung im Waldgebiet Hopfenkrug nähern wir uns dem spannenden Thema und „begreifen“ verschiedene Böden an ausgewählten Standorten: Wie fühlen sich unterschiedliche Bodentypen an, wie sind sie entstanden und warum ist ihr Erhalt gerade in Zeiten klimatischer Veränderungen für alle Lebewesen so bedeutungsvoll? Ausgerüstet mit Spaten und Erdbohrer entnehmen wir Bodenproben, betrachten vorsichtig das „Bodenleben“ von Regenwurm & Co. und lernen das eingespielte Team „Boden und Wasser“ mit praktischen Feldversuchen kennen. Neben seiner ökologischen Bedeutung ist und war Boden aber auch für die Entwicklung unserer Zivilisation unverzichtbar. Mit kleinen Geschichten zum Faustkeil oder zum Feldziegelofen wollen wir den Teilnehmenden auch diese Seite des Bodens näher bringen. Die Wanderung wird ca. 2,5 Stunden dauern und ist für Groß und Klein geeignet. Sie führt durch das Waldgebiet Hopfenkrug und entlang angrenzender Felder und Wiesen. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Festes Schuhwerk und lange Hosen sind ratsam.

1.14 Waldführung mit den Naturpark-Ranger

Der Naturpark Westensee hat neben seinen vielen Seen und hügeligen Feldern auch beeindruckende Wälder in seiner Landschaft zu bieten. Eines dieser Waldstücke wollen wir zusammen mit dem Naturpark-Ranger erkunden. Auf einer etwa 4,5 km langen Strecke durch das Waldgebiet Hopfenkrug bietet sich immer wieder die Möglichkeit, interessante Fakten rund um die Baumarten, Waldstrukturen, Wildtiere und Co. direkt an den Beispielen im Wald zu erleben. Die Strecke führt nicht immer über ebene oder befestigte Wege, daher empfehlen wir festes Schuhwerk und robuste Kleidung. Auch ausreichend Wasser und Rucksackverpflegung für die Pausen ist je nach Bedarf für die ca. drei Stunden selbst mitzubringen. In Kooperation mit der vhs Nortorf und dem Naturpark Westensee – Obere Eider e.V.

Sa., 27.09.2025
11.00 - ca. 13.30 Uhr
Treffpunkt und
Startpunkt:
Bushaltestelle
Hopfenkrug/Emken-
dorf an der
Liethberger Allee
Gebühr: 5,00 €
Kinder gebührenfrei
Jürgen Fischbach
(Bildungsreferent
Ökosysteme und
Klimaanpassung)
und Simon Janke
(Naturparkranger)

In Kooperation mit
der VHS Nortorf
und dem Naturpark
Westensee
- obere Eider e.V.

So., 05.10.2025
11.00 - ca. 14.00 Uhr
Treffpunkt:
Wanderparkplatz und
Bushaltestelle
Hopfenkrug,
(L255 (Liethberg)
/Ecke Hofpenkrug
Gebühr: 5,00 €
Kinder gebührenfrei
Kursleitung:
Simon Janke
Naturpark-Ranger



Politik - Gesellschaft - Umwelt

1.15 Eulenexkursion

In den Wäldern rund um das Gut Emkendorf leben mehrere Waldkauzpaare, die Waldohreule 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., 04.12.2025
15.00 - 18.00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz
Gut Emkendorf
(54,26113° N,
9,85434° O),
Gebühr: 9,00 €
Natascha Gaedecke
Diplom-Biologin

1.16 Eulenexkursion

In den Wäldern rings um den Kleinen Schierensee leben mehrere Waldkauzpaare und mit Glück auch der 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., 15.01.2026
17.00 - 20.00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz
Wrohe
(54,26853° N,
9,96157° O),
Gebühr: 9,00 €
Natascha Gaedecke
Diplom-Biologin

1.17 Abendtour ins Reich der Fledermäuse

In der Abenddämmerung, wenn die Fledermäuse nach Sonnenuntergang ihre Schlafquartiere verlassen und auf Insektenjagd gehen, treffen wir uns am See, um sie dort und in der näheren Umgebung zu beobachten. Zu dieser Jahreszeit befinden sie sich in der Balzzeit, bevor sie dann schon bald ihre Winterquartiere aufsuchen.

Fledermausexpertin Dorothea Barre vom BUND (Ortsgruppe Westensee) wird uns spannende Einblicke in das Leben der heimlichen Jäger der Nacht geben. Mit Detektoren, die die Ultraschallrufe der Fledermäuse für uns hörbar machen, spüren wir einige Arten auf.

Geeignet für Erwachsene und Familien mit Kindern ab 6 Jahren. Bei Regen fällt die Veranstaltung aus. Bitte mitbringen: warme, wetterfeste Kleidung, eventuell eine Taschenlampe und Detektoren (falls vorhanden)

Fr., 17.10.2025
17.30 Uhr
Treffpunkt:
Am Felder See,
Am See, 24242 Felde
Gebühr: gebührenfrei
Dorothea Barre

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

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.

2.0 Weihnachten mit den drei Herren

In diesem Jahr feiern die Drei Herren ihr Jubiläum des zwanzigjährigen Bestehens!

Sie sind erneut zu Gast im Gemeindezentrum Felde.

Diesmal mit ihrem neuen Weihnachts-Programm!

„Weihnachten mit den drei Herren“ ist das

Weihnachts-Special von Rotbock-Hörspiele. Wer die

drei New Yorker Ermittler Walther Jefferson, Isaak

Weinstein und Julius Steinberg von ihren Live-

Hörspielen kennt, weiß, dass Genie und Wahnsinn,

schwarzer Humor und trockene Statements feste

Begleiter ihrer Unterhaltungsmission sind.

Am Jahresende stecken Christian Kock, Ingo

Rotkowsky und Kai-Peter Boysen jedoch dem

Weihnachtsbaum die Spitze auf: Das

Weihnachtsprogramm des Kieler Hörspielensembles

ist eine Mischung aus Hörspielen, Comedy, szenischer

Lesung, Live-Konzert (Gesang, Klavier, Gitarre) und

Impro-Theater. Die drei Kieler Künstler werfen hier

publikumsnah ihre jahrzehntelange Erfahrung als

Hörspielproduzenten, Sprecher, Schauspieler, Musiker

und Comedians in den Schmelztiegel der Unterhaltung

und schaffen ein kulturelles Highlight, das in dieser

Form einzigartig ist.

Fr., 21.11.2025

19.00 - 21.00 Uhr

Gemeindezentrum

Felde

Raiffeisenstr. 2

Gebühr: 10,00 € bar

Kai-Peter Boysen

Ingo Rotkowsky

Christian Kock

2.1 MitohneFahrplan - Improvisationstheater

Ihre Vorgaben und Wünsche wie Ort, Zeit, Gefühle, ... werden spontan in Szenen umgesetzt.

So entstehen Geschichten, die es vorher nicht gab und hinterher nicht geben wird.

Nur Sie haben diese erlebt. 5-4-3-2-1 los!

Fr., 30.01.2025

19.00 Uhr

Gemeindezentrum

Felde

Raiffeisenstr. 2

Gebühr: 8,00 € bar

Theatergruppe MoF



Kultur - Gestalten

2.2 Kofferorchester und Verseschmiede

- Literaturlesung mit Akkordeonbegleitung -
Ute Marianne Pfeiffer entwickelt in ihren
Prosagedichten und kurzen Geschichten das, was
Leben ausmacht, in differenzierten eigenen
Sprachbildern und mit großem Bewusstsein für die
Probleme unserer Zeit.

Christoph Lange: „Ein Leben ohne Akkordeon ist
möglich, aber sinnlos.“ Er begleitet die Autorin auf
seinem Knopfakkordeon mit einer bunten Melange
hinreißender und berührender Melodien.

Fr., 07.11.2025
19.00 Uhr
Gemeindezentrum
Felde
Raiffeisenstr. 2
Gebühr: 8,00 € bar
Lesung:
Ute Marianne Pfeiffer
Musikalische
Begleitung:
Christoph Lange

2.3 Einführung zur Inszenierung Tannhäuser und Probenbesuch im Opernhaus

Am Einführungsabend wird Ulrich Frey, Dramaturg am
Opernhaus Kiel, einen Einblick in Richard Wagners
»Tannhäuser« geben. Seit seiner Uraufführung 1845 in
Dresden stellt das Werk große Fragen an uns und an
die bürgerliche Gesellschaft. Auch Wagner rang mit
diesem Stück und unterzog es für die Pariser Opéra
1861 einer erheblichen Umarbeitung.

In der Auseinandersetzung mit der »Grand Opéra«
widmet sich die Kieler Neuproduktion erstmals dieser
»Pariser Fassung«, einem der großen Rätselwerke der
Oper des 19. Jahrhunderts. Was zeichnet das Werk
aus und wie soll es in der Kieler Inszenierung
umgesetzt werden?

Am 29.01. ist dann ein gemeinsamer Besuch der
Generalprobe des Stückes geplant.

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

Fr., 23.01.2026
17.00 - 18.30 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 6,00 €
und
Do., 29.01.2026
17.00 Uhr
Besuch der
Generalprobe im
Opernhaus Kiel
Gebühr: 5,00 €
vor Ort in bar
Ulrich Frey

Wir suchen Kursleitungen
für verschiedene Programmbereiche,
zum Beispiel für Keyboard und Töpfern.
Wir freuen uns, wenn Sie sich bei uns melden!

Kultur - Gestalten

Musik/ Instrumentalunterricht

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

Der Musikunterricht findet das ganze Jahr durchgehend statt, außer in den Schulferien. Sie melden sich zunächst für 10x Unterricht an. Im Anschluss daran kann der Unterricht jeweils um wieder 10 Termine verlängert werden.

Die Preise richten sich nach der Dauer pro Unterrichtstag (30, 45 oder 60 Minuten) und der Teilnehmerzahl. Bitte geben Sie Ihre Zeitwünsche und bei Anmeldung zum Gruppenunterricht auch eventuelle Wunschpartner bei der 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 (in €):

	30 Minuten	45 Minuten	60 Minuten
TN	10x	10x	10x
1	149	219	289
2	79	114	149
3	56	79	102
4	44	62	79
5	---	51	65
6	---	44	56

2.4 Klavier

Das Klavierspielen kann jeder lernen, wagen Sie sich einfach mal heran. Hier haben Sie und habt Ihr die Chance, egal wie der Wissensstand ist, das Klavierspiel im individuell angepassten Tempo zu erlernen oder auch bereits Erlerntes wieder aufzufrischen.

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

2.5 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



Kultur - Gestalten

2.6 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

2.7 Kunstwerkstatt am Vormittag

Zeichnen und Malen im Atelier am Westensee

Es werden verschiedene Maltechniken vermittelt, alle Stilrichtungen sind möglich.

Bitte mitbringen: Materialempfehlungen:
kay-prinz.de/kurse/material

Di., 23.09.2025
10.00 - 12.30 Uhr
12 x
Atelier am Westensee
Gebühr: 150,00 €
inkl. Ateliernutzung
Kay Prinz

2.8 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. Materialempfehlungen unter:
www.kay-prinz.de/Kurse/Materialliste

Mi., 24.09.25
19.00 - 21.00 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 82,00 €
Kay Prinz

2.9 Pleinairmalerei, Freiluftmalerei

Dieser Workshop im Atelier am Westensee bietet eine Einführung, bei der Sie die verschiedenen Maltechniken Aquarell, Acryl oder Pastell in der faszinierenden Welt des "Vor-Ort-Malens" kennenlernen. Wir malen auf dem Gelände des Ateliers und haben dabei die Möglichkeit, bei Regen im Atelier weiter zu malen.
Bitte mitbringen: Materialempfehlungen siehe oben und etwas Leckeres für das gemeinsame Mittagsbuffet.

Sa., 04.10 2025 und
So., 05.10.2025
jew. 11.00 - 17.00 Uhr
Atelier am Westensee
Wiesenweg 22, Felde
Gebühr: 49,00 €
inkl. Nutzungs-
gebühren Atelier
Kay Prinz

Kultur - Gestalten

2.10 Kreatives Gestalten 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 für die Gestaltung auf Papier mit Stempeln aus Linoleum, Holz und Fundstücken aller Art.

Die Motive können weihnachtlich sein und wir erarbeiten kleine, feine Geschenke wie Karten, kleine Bilder, Lesezeichen, Tüten und Geschenkpapier.

Ein Kreativkurs für Alle ab 10 Jahren

Das Material wird gestellt, ggf. kann weiteres oder spezielles Material zusätzlich erworben werden.

Sa., 29.11.2025
11.00 - 15.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 14,00 €
zzgl. Material:
6,00 € bar
Katrin Petersen

2.11 Kreatives Gestalten für Weihnachten

Workshopbeschreibung siehe oben

Sa., 06.12.2025
11.00 - 15.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 14,00 €
Material: 6,00 € bar
Katrin Petersen

2.12 Kunst mit Pilzen (Landart)

Als Pilzcoach möchte ich Menschen den fantastischen Formenreichtum der Pilzwelt näherbringen. Der Fund von Pilzen im Ökosystem Wald ist ein Geschenk, mit dem wir behutsam umgehen müssen. Wir beschäftigen uns spielerisch und künstlerisch mit den Fundstücken und die dann entstandenen Fotos sind mit „Landart“ zu vergleichen, einer vergänglichen Kunst, manchmal nur für einen Tag. Weitere Techniken wie Drucken mit einem Pilzstempel oder Malen mit Pilztusche können wir probieren. Die Pilze kehren anschließend in ihr Gebiet zurück. Wir treffen uns in der vhs, gehen/fahren in das Waldgebiet und sammeln Pilze. Zurück in der vhs geht es nach einer kleinen Pause mit dem Kennenlernen und Sortieren der Pilze weiter, bevor wir mit dem kreativen Teil beginnen.

Eine Veranstaltung für Erwachsene, Jugendliche und Kinder ab 10 Jahren (in Begleitung)

Bitte mitbringen: Feste Schuhe, Gummistiefel, Zeckenspray, eventuell Regenzeug, Korb, Fotoapparat/Handykamera, Pausensnack

So., 12.10.2025
10.00 - 14.30 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 16,00 €
zzgl. Material:
3,00 € bar
Andrea Schwär



Kultur – Gestalten

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 unbekanntes 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., 11.10.2025
11.00 - 15.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 18,00 €
Thorsten Hardel

2.14 Nähen für Anfänger*innen

Kompaktkurs - in 6 Terminen Nähen lernen

Nähen lernen und eigene kreative Ideen umsetzen?

Dieser Nähkurs für Anfänger vermittelt Schritt für Schritt die nötigen Kenntnisse. Du lernst den Umgang mit der Nähmaschine, wichtige Nähtechniken und setzt dabei erste eigene Projekte um – von Accessoires bis hin zu Kleidungsstücken. Die Inhalte des Kurses sind:

- Grundlagen des Nähens, Einführung in die Nähmaschine und Materialkunde
- Praktische Übungen – Erste Nähte, Säume und einfache Schnittmuster
- Eigene Projekte – Schritt für Schritt zu individuellen Unikaten

Voraussichtlich wird sich der Kursort am Freitag und Samstag noch ändern.

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Garn, Stoff, Stoffschere, Steck- und Nähadeln, Papier und Stift

Di., 23.09., 30.09.,
07.10.2025
jeweils von 18.30 -
21.00 Uhr
und Fr., 10.10.2025
18.00 - 21.00 Uhr
Sa., 11.10.2025
11.00 - 16.00 Uhr
So., 12.10.2025
12.00 - 15.00 Uhr
Ort: Bürgerhaus
Melsdorf
Karkkamp 4
Gebühr: 86,00 €
Natalia Afrossin

Kultur - Gestalten

2.15 Nähkurs – eigene Nähprojekte umsetzen

Sie haben Lust sich Ihre individuelle Mode zu kreieren? Sie haben schon erste Näherfahrung gesammelt oder Sie benötigen nur hin und wieder Tipps und Ideen zur Umsetzung Ihrer Projekte? Sie treffen sich gern zum gegenseitigen Austausch mit anderen, da das gemeinsame Nähen in einer netten Runde mehr Spaß macht? In diesem Kurs können Sie unter Anleitung eigene Projekte umsetzen oder - als Fortsetzung des Anfängerkurses - Ihre Kenntnisse mit einfachen Vorlagen erweitern.

Bitte mitbringen: siehe oben bzw. je nach Bedarf

Di., 14.10.2025
18.30 - 21.00 Uhr
6 x
Bürgerhaus Melsdorf,
Karkkamp 4
Gebühr: 70,00 €
Natalia Afrossin

2.16 Projektwochenende Schnittkonstruktion und Nähen - Hose, Shorts, Leggings & Co.

Wir entwickeln Schnitte nach eigenen Maßen und nähen eine Hose aus dehnbaren Stoffen wie Jersey, Sweatstoff und Lycra.

Dieser Kurs richtet sich an bereits Näherfahrene, die lernen möchten, einen Grundschnitt nach Ihren individuellen Maßen anzufertigen! Die Kursleitung unterstützt auch bei der Auswahl des Modells und des passenden Stoffes sowie beim Zuschneiden, Nähen und abschließenden Anpassen des fertigen Werks.

Bitte mitbringen: einen großen Bogen Papier (ca. 60 x 100 cm), Maßband und Schnur, Bleistift und Radiergummi, bunte Stifte oder Marker (rot, blau, grün), Lineal, Rechteck und Kurvenlineal (wenn vorhanden), Schreibblock, Papierschere, Malerkrepp

Fr., 16.01.2026
18.00 - 21.00 Uhr
Sa., 17.01.2026
11.00 - 16.00 Uhr
So., 18.01.2026
12.00 - 15.00 Uhr
Ort: Bürgerhaus
Melsdorf
Karkkamp 4
Gebühr: 56,00 €
Natalia Afrossin

2.17 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 und uns dabei über alte und neue Handarbeitstechniken austauschen. Egal ob jung oder alt, ob erfahren oder unerfahren. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Schauen Sie bei uns vorbei!

So., 12.10.2025
weitere Termine:
16.11., 14.12.2025
und 11.01.2026
jeweils von
14.00 - 17.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 2,00 €
pro Termin
Meike Büttner



Kultur - Gestalten

2.18 Große Klappmaulpuppen ins Spiel bringen!

Der Einführungskurs, Technik, Tipps und Tricks für den kreativen und vielseitigen Einsatz von Klappmaulpuppen. Eine Fülle an Spielen, Übungen und Demonstrationen sorgt dafür, dass du dir spielerische Routine in der Puppenführung aneignen kannst, zu immer noch mehr Sicherheit kommst und deine Kreativität und deine Puppe immer mehr Raum bekommt. Wie kann ich meine Puppe im Unterricht, in Familie und Therapie so einsetzen, dass sie ihren Zauber entfaltet. Worauf muss ich achten, damit das Spiel in Fluss kommt und allen Beteiligten Freude bereitet? Und was hilft mir mit kniffligen Situationen spielerisch umzugehen!

Sa., 08.11.2025
10.00 - 14.00 Uhr
und So., 09.11.2025
11.00 - 14.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 28,00 €
Jutta Assel

2.19 Spielwerkstatt Klappmaulpuppen Die Fülle aus dem Puppenkoffer!

"Genau dieser Augenblick die Puppe und Du!"
Puppenspiel und Flow!

Ein Workshop zur Auffrischung der Freude, Erweiterung der Möglichkeiten und Verfeinerung der Spieltechnik. Tief in das Spiel, in den Moment, in die eigene Kreativität und Spielfreude eintauchen, ganz frei von der Frage, ob ich irgendetwas richtig oder falsch mache...

Voraussetzung für die Teilnahme ist der Besuch eines Einführungskurses.

Sa., 10.01.2026
11.00 - 15.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 14,00 €
Jutta Assel

2.20 Naturseifen selbst gemacht - Kreativ, duftend, einzigartig

Tauche ein in die Kunst der Naturseifenherstellung! In diesem Workshop kreierst Du aus natürlichen, hautfreundlichen Zutaten Deine eigenen duftenden Seifen – frei von unnötiger Chemie.

Du gestaltest 5 individuelle Seifenstücke, perfekt für den eigenen Gebrauch oder als liebevolles Geschenk. Einfach, kreativ und voller Wohlfühlmomente – und Du weißt genau, was drin ist!

So., 16.11.2025
15.00 - 18.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 12,00 €
zzgl. 15,00 € bar für
Skript, Materialkosten
Yvonne Rasmussen



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., 29.09.2025
17.00 - 18.30 Uhr
6 x
VHS, Dorfstr. 93,
Raum 3
Gebühr: 42,00 €
Tanja Langer

3.2 Tai Chi Chuan Teil I

Dieser Kurs ist für Anfänger. Wiederholer und Wiedereinsteiger können sich ebenfalls anmelden.

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.

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

Mo., 22.09.2025
17.45 - 19.15 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Ausweichtermine Aula
Grundschule/ Raum 5
Gebühr: 69,00 €
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. Bitte bequeme Kleidung, eine Matte und eine Decke mitbringen.

Do., 25.09.2025
16.30 - 17.30 Uhr
14 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 71,00 €
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.

Bitte bequeme Kleidung, Matte, Sitzkissen, dicke Socken und ggf. Woldecke mitbringen.

Do., 25.09.2025
17.45 - 19.15 Uhr
14 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 81,00 €
Hanno Nörenberg

3.5 Yoga

Ein Yogakurs für Teilnehmende mit und ohne Vorerfahrung.

Kursbeschreibung s.o. Kurs 3.3

Do., 25.09.2025
19.30 - 21.00 Uhr
14 x
VHS, Raum 3
Gebühr: 81,00 €
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!

Anfänger, Wiedereinsteiger, Erfahrene, alle sind willkommen

Mo., 06.10.2025

9.45 - 11.15 Uhr

12 x

Bürgerhaus

Westensee, Schulweg

Gebühr: 76,00 €

Eva Holtey-Weber

3.7 Hatha-Yoga

Kursbeschreibung siehe oben

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Di., 09.09.2025

18.15 - 19.45 Uhr

4 x

VHS, Dorfstr. 93

Raum 3

Gebühr: 23,00 €

Birgit Jung

3.8 Hatha-Yoga

Kursbeschreibung siehe oben

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Di., 07.10.2025

18.15 - 19.45 Uhr

12 x

VHS, Dorfstr. 93

Raum 3

Gebühr: 69,00 €

Birgit Jung



Gesundheit - Bewegung

3.9 Hatha-Yoga

Kursbeschreibung siehe oben
Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Mi., 08.10.2025
19.15 - 20.45 Uhr
13 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 75,00 €
Birgit Jung

3.10 Yoga - Meditation in Aktion

Inhalt dieses Kurses sind die Yogahaltungen (Asanas). Asanas kräftigen den Körper und bilden Standfestigkeit. Im Zusammenspiel mit Flexibilität, Balance und Entspannung erschaffen sie eine klare Körperausrichtung. Fokussieren wir in der bewussten Haltung der Asanas auf Körper und Atmung so entsteht Meditation in Aktion. Hilfsmittel wie Gurte, Klötze etc. ermöglichen die Teilnahme gemäß Ihrer individuellen Möglichkeiten. Der Kurs erfordert keine besonderen Voraussetzungen.
Bitte mitbringen: nur bequeme Kleidung
Matten und weiteres Material werden gestellt

Mi., 08.10.2025
9.00 - 10.30 Uhr
4 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 28,00 €
Dietmar Utter

3.11 Yoga - Meditation in Aktion

Inhalt dieses Kurses sind die Yogahaltungen (Asanas). Asanas kräftigen den Körper und bilden Standfestigkeit. Im Zusammenspiel mit Flexibilität, Balance und Entspannung erschaffen sie eine klare Körperausrichtung. Fokussieren wir in der bewussten Haltung der Asanas auf Körper und Atmung so entsteht Meditation in Aktion. Hilfsmittel wie Gurte, Klötze etc. ermöglichen die Teilnahme gemäß Ihrer individuellen Möglichkeiten. Der Kurs erfordert keine besonderen Voraussetzungen.
Eine Verlängerung des Kurses ist angedacht.
Bitte mitbringen: nur bequeme Kleidung
Matten und weiteres Material werden gestellt

Mi., 19.11.2025
9.00 - 10.30 Uhr
4 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 28,00 €
Dietmar Utter

Anmeldeformular VHS Felde Herbst/Winter 2025/26

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

Nr.	Kurstitel	Kursgebühr	Beginn	Anmeldung
1.0	Besuch beim NDR	gebührenfrei	12.11.25	
1.1	Besuch beim NDR	gebührenfrei	24.11.25	
1.2	Führung Herrenhaus Gut Deutsch-Nienhof	15,00 €	08.11.25	
1.3	Führung durch das Kieler Opernhaus	10,00 €	08.01.26	
1.4	Mit der Eisenbahn durch Japan	6,00 €	19.09.25	
1.5	Gespräch über die deutsche Rechtschreibung	gebührenfrei	14.10.25	
1.6	Vortrag: Naturnahe Gärten - Gärten für die Zukunft	6,00 €	18.11.25	
1.7	Vortrag: Wie lerne ich Vogelstimmen?	6,00 €	28.11.25	
1.8	Die Vielfalt der heimischen Pilze kennenlernen	12,00 €	02.10.25	
1.9	Pilzwanderung	12,00 €	04.10.25	
1.10	Greifvögel am Tüteberg	9,00 €	06.09.25	
1.11	Herbstspaziergang in der Forstbaumschule	6,00 €	21.09.25	
1.12	Herbstwanderung zum Flemhuder See - Drama eines Sees	10,00 €	28.09.25	
1.13	Expedition ins Erdreich	5,00 €	27.09.25	
1.14	Waldführung mit dem Naturpark-Ranger	5,00 €	05.10.25	
1.15	Eulenexkursion	9,00 €	04.12.25	
1.16	Eulenexkursion	9,00 €	15.01.26	
1.17	Abendtour ins Reich der Fledermäuse	gebührenfrei	17.10.25	
2.0	Weihnachten mit den drei Herren	10,00 €	21.11.25	
2.1	MitohneFahrplan - Improvisationstheater	8,00 €	30.01.26	
2.2	Kofferorchester und Verseschmiede	8,00 €	07.11.25	
2.3	Einführung Inszenierung Tannhäuser mit Probenbesuch	6,00 (+5,00) €	23.01.26	
2.4	Klavier	s. Tab.	nv	
2.5	Spielend Gitarre lernen	s. Tab.	nv	
2.6	Ukulele	s. Tab.	nv	
2.7	Malen macht Freude - Kunstwerkstatt am Vormittag	150,00 €	23.09.25	
2.8	Malen macht Freude - Kunstwerkstatt am Mittwoch	82,00 €	24.09.25	
2.9	Plein Air Malen, Freiluftmalerei	49,00 €	04.10.25	
2.10	Kreatives Gestalten für Weihnachten	14,00 €	29.11.25	
2.11	Kreatives Gestalten für Weihnachten	14,00 €	06.12.25	
2.12	Kunst mit Pilzen (Landart)	16,00 €	12.10.25	
2.13	Comic-Workshop	18,00 €	11.10.25	
2.14	Nähen für Anfänger*innen, Kompaktkurs in 6 Terminen	86,00 €	23.09.25	
2.15	Nähkurs - eigene Nähprojekte umsetzen	70,00 €	14.10.25	
2.16	Projektwochenende Schnittkonstruktion und Nähen - Hose & Co.	56,00 €	16.01.25	
2.17	Gemeinsam Spaß beim Handarbeiten	2,00 € p.T.	12.10.25	
2.18	Große Klappmaulpuppen ins Spiel bringen!	28,00 €	08.11.25	
2.19	Spielwerkstatt Klappmaulpuppen	14,00 €	10.01.26	
2.20	Naturseifen selbst gemacht - Kreativ, duftend, einzigartig	12,00 €	16.11.25	
3.1	Eine Ruheinsel im Alltag	42,00 €	29.09.25	
3.2	Tai Chi Chuan	69,00 €	22.09.25	
3.3	Yoga und Meditation Ü 50	71,00 €	25.09.25	
3.4	Yoga	81,00 €	25.09.25	
3.5	Yoga	81,00 €	25.09.25	

Anmeldeformular VHS Felde Herbst/Winter 2025/26

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.

<input type="checkbox"/> SEPA Mandat liegt bereits vor Bitte nur ankreuzen, wenn ein Mandat schon erteilt wurde.
--

Anmeldeformular VHS Felde Herbst/Winter 2025/26

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

Nr.	Kurstitel	Kursgebühr	Beginn	Anmeldung
3.6	Hatha-Yoga am Vormittag	76,00 €	06.10.25	
3.7	Hatha-Yoga	23,00 €	09.09.25	
3.8	Hatha-Yoga	69,00 €	07.10.25	
3.9	Hatha-Yoga	75,00 €	08.10.25	
3.10	Yoga - Meditation in Aktion	28,00 €	08.10.25	
3.11	Yoga - Meditation in Aktion	28,00 €	19.11.25	
3.12	Hatha-Yoga mit Ani - entspannt ins Wochenende	69,00 €	12.09.25	
3.13	Yoga mit Meune	83,00 €	22.09.25	
3.14	Yoga mit Meune	83,00 €	22.09.25	
3.15	Yoga mit Meune am Mittwoch	83,00 €	24.09.25	
3.16	Pilates - Schnupperkurs	14,00 €	08.09.25	
3.17	Pilates	37,00 €	29.09.25	
3.18	Pilates - Ü 60	37,00 €	25.09.25	
3.19	Fit in den Herbst	28,00 €	30.09.25	
3.20	Rückenschule	32,00 €	04.11.25	
3.21	Gymnastik am Vormittag	32,00 €	08.10.25	
3.22	Gymnastik am Vormittag	32,00 €	08.10.25	
3.23	Gymnastik am Vormittag	32,00 €	08.10.25	
3.24	Schnupperkurs Gesellschaftstanz	28,00 €	10.01.26	
3.25	Contemporary Dance Flow	12,00 €	03.10.25	
3.26	Stretch & Relax	6,00 €	03.10.25	
3.27	Entspannt ins Wochenende mit Shiatsu	14,00 €	01.11.25	
3.28	Workshop - Kirtan und Meditation	9,00 €	22.11.25	
3.41	Griechische Küche	12,00 €	27.01.26	
3.42	Fermentieren - Altes Wissen neu entdeckt	16,00 €	11.10.25	
4.1	Englisch für Wiedereinsteiger mit geringen Vorkenntnissen	50,00 €	25.09.25	
4.2	Englisch für Fortgeschrittene	43,00 €	29.09.25	
4.3	Französisch für Wiedereinsteiger mit Vorkenntnissen	64,00 €	15.09.25	
4.4	Französisch für Fortgeschrittene	47,00 €	15.09.25	
4.5	Französisch für Fortgeschrittene	64,00 €	25.09.25	
4.6	Spanisch für Niveau B1	64,00 €	18.09.25	
4.7	Spanisch Konversations- und Lesekurs	64,00 €	17.09.25	
4.8	Dänisch mit geringen Vorkenntnissen	53,00 €	17.09.25	
4.9	Dänisch für leicht Fortgeschrittene	43,00 €	17.09.25	
4.10	Schwedisch für Anfänger	36,00 €	04.11.25	
4.11	Schwedisch für leicht fortgeschrittene Anfänger	36,00 €	04.11.25	
4.12	Schwedisch für Fortgeschrittene	36,00 €	04.11.25	
5.1	Elektroschrott vermeiden: „Alte“ PCs mit Linux weiternutzen	6,00 €	13.09.25	
5.2	Grundlagen am PC für Anfänger	21,00 €	07.10.25	
5.3	Grundlagen am PC für Fortgeschrittene	21,00 €	06.10.25	
0.1	Steinalt...eine spannende Reise durch die Erdgeschichte	8,00 €	15.11.25	
0.2	Tierpark Erlebnistage	45,00 €	11.10.25	
0.3	Dance Kids	63,00 €	17.09.25	
0.4	Dance Teens	63,00 €	17.09.25	



Gesundheit - Bewegung

3.12 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., 12.09.2025
17.30 - 19.00 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 69,00 €
Anika Fischer

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



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.

3.13 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., 22.09.2025

17.15 - 18.45 Uhr

13 x

Bürgerhaus

Westensee, Schulweg

Gebühr: 83,00 €

Meune Lehmann

3.14 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., 22.09.2025

19.00 - 20.30 Uhr

13 x

Bürgerhaus

Westensee, Schulweg

Gebühr: 83,00 €

Meune Lehmann

3.15 Yoga mit Meune am Mittwoch

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.

Mi., 24.09.2025

17.15 - 18.45 Uhr

13 x

Bürgerhaus

Westensee, Schulweg

Gebühr: 83,00 €

Meune Lehmann



Gesundheit – Bewegung

Pilates

Pilates ist ein funktionales Ganzkörpertraining, das im 20. Jahrhundert von Joseph Hubertus Pilates ins Leben gerufen wurde. In diesem Kurs wird eine eher ruhige Form des Pilates unterrichtet, welche gut geeignet ist für Anfänger 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 verbessert.

Einstieg in laufende Kurse nach Rücksprache möglich, wenn Plätze frei sind.

3.16 Pilates - Schnupperkurs

Für Einsteiger und alle Interessierten

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

Mo., 08.09.2025

8.30 - 9.30 Uhr

3 x

Bürgerhaus

Westensee, Schulweg

Gebühr: 14,00 €

Eva Holtey-Weber

3.17 Pilates

Für Einsteiger und alle Interessierten

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

Mo., 29.09.2025

8.30 - 9.30 Uhr

8 x

Bürgerhaus

Westensee, Schulweg

Gebühr: 37,00 €

Eva Holtey-Weber

3.18 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 bequeme Kleidung und eine Matte mitbringen.

Do., 25.09.2025

9.30 - 10.30 Uhr

8 x

Gemeindezentrum

Raiffeisenstr. 2

Gebühr: 37,00 €

Sarah Sophie Rahim



Gesundheit - Bewegung

3.19 Fit in den Herbst

In diesem Kurs erwartet Dich ein abwechslungsreiches Programm aus Ausdauertraining, Kraftübungen und Flexibilitäts- sowie Entspannungstechniken. Wenn das Wetter es zulässt, finden Termine auch draußen an der frischen Luft statt.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – alle Fitnesslevel sind willkommen!

Bitte komme in Sportkleidung und bringe eine Matte mit.

Di., 30.09.2025
17.00 - 18.00 Uhr
6 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 28,00 €
Denise Alwardt

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., 04.11.2025
20.00 - 21.00 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 32,00 €
Inke Reinecker

3.21 Gymnastik am Vormittag

Fit am Vormittag – für Alltag und Beruf
Funktionsgymnastik, Rückenschule, Fitness- und Mobilisationstraining sowie jede Menge Spaß.
Einstieg in den Kurs ist auch im laufenden Semester nach Rücksprache möglich.

Mi., 08.10.2025
09.00 - 10.00 Uhr
10 x
Sporthalle
Westensee
Gebühr: 32,00 €
Inke Reinecker

3.22 Gymnastik am Vormittag

Leichte Kräftigungs- und Dehnübungen, Mobilisation der Wirbelsäule, Grundlagen der Rückenschule und Entspannungsübungen mit viel Spaß und Musik bestimmen unsere Gymnastikstunden.
Nächster Kursbeginn ab 30.04.2025
Bitte mitbringen: Bequeme Sportbekleidung und eine Matte o.ä.

Mi., 08.10.2025
09.00 - 10.00 Uhr
10 x
Gemeindezentrum
Raiffeisenstr. 2
Gebühr: 32,00 €
Ulrike Meneikis



Gesundheit - Bewegung

3.23 Gymnastik am Vormittag

weitere Gruppe, Text siehe oben
Fortlaufender Kurs – Nächster Kursbeginn ab
30.04.2025

Die Teilnahme an diesem Kurs ist bei Bedarf auch im
Sitzen möglich!

Mi., 08.10.2025
10.10 - 11.10 Uhr
10 x
Gemeindezentrum
Raiffeisenstr. 2
Gebühr: 32,00 €
Ulrike Meneikis

3.24 Schnupperkurs Gesellschaftstanz

Liebe Tanzbegeisterte! Wäre es nicht schön, mal
wieder das Tanzbein zu schwingen?

Dieser Schnupperkurs bietet allen Tanzbegeisterten
die Gelegenheit an vier Terminen die Grundkenntnisse
der Gesellschaftstänze Walzer, Tango, Quickstepp,
Rumba, Chachacha und Jive zu erlernen oder, wenn
Sie fortgeschritten sind, aufzufrischen und zu
erweitern. Lediglich zwei Voraussetzungen sind dafür
erforderlich: als Paar kommen und viel Freude und
Spaß beim Tanzen mitbringen.

Sascha, der den Kurs anleiten wird, tanzt seit seiner
Jugend aktiv Standard- und Lateintänze und ist zudem
seit vielen Jahren als Trainer tätig.

Sa., 10.01.2026
17.30 - 19.00 Uhr
4 x
weitere Termine:
Sa., 17.01., 24.01.
und 31.01.26
Grundschule Felde
Aula und
Bürgerhaus
Westensee (31.01.)
Gebühr: 28,00 €
Sascha Gutschlag

Tagesveranstaltungen / Workshops:

3.25 Contemporary Dance Flow

**Erwachsene/ Jugendliche ab 16 Jahren - mit
Amelie Ricas**

*»Das ist keine klassische Tanzstunde sondern wie
eine Mischung aus Yoga & Tanz. Mein Körper ist
immer ganz dankbar nach jeder Stunde.«
(O-Ton einer Tänzerin)*

Hier entdeckst du die Verbindung einer kraftvollen
Mitte, Balance, gezielte Anspannung und Entspannung
deines Körpers im Tanz am Boden, im Stand und im
ganzen Raum.

Durch die Mischung aus Technik-Training,
Choreographien und geführten Improvisationen
kommst du in deinen eigenen Tanz-Flow.

Fr., 03.10.2025
15.00 - 17.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 12,00 €
Amelie Ricas

Anmeldung bitte bis
zum 28.09.25



Gesundheit - Bewegung

3.26 Stretch & Relax

Sanftes Stretching & Entspannung - mit Amelie Ricas

Eine Stunde sanfte Dehnung und Entspannung für den ganzen Körper auf der Matte.

Bei natürlichen Klängen und ausgewählter Musik schulen wir Atmung, Entspannung und Beweglichkeit mit Elementen aus Pilates, Qi Gong und PMR und kommen im Anschluss frei in Bewegung.

Damit du am Ende des Tages ein Stück Ruhe und in deine Mitte findest.

Fr., 03.10.2025
17.00 - 18.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 6,00 €
Amelie Ricas

Anmeldung bitte bis
zum 28.09.25

3.27 Entspannt ins Wochenende mit Shiatsu

Shiatsu ist eine ganzheitliche Massagekunst, deren Wurzeln in der Traditionellen Chinesischen Medizin liegen. Durch sanften, tiefwirkenden Druck entlang der Energiebahnen (Meridiane) können Verspannungen und Blockaden gelöst werden.

An diesem Wohlfühlnachmittag - den man auch gut verschenken kann - lernen Sie einfache Shiatsu-Abläufe und Techniken für Rücken, Schulter, Nacken und Kopf kennen. Außerdem lernen Sie Akkupressurpunkte kennen, die beruhigend auf alltägliche Beschwerden wirken können.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken

Sa., 01.11.2025
14.00 - 17.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 14,00 €
Anke Schauf

3.28 Workshop - Kirtan und Meditation

Kirtan, gemeinsames freude- und hingebungsvolles Mantrasingen, hat eine heilende Wirkung sowohl auf den physischen als auch auf die feinstofflichen Körper. Es ist eine ausgezeichnete Methode, um die Nerven zu beruhigen und den Emotionen eine positive Richtung zu geben. Es ist für alle geeignet, auch ohne Vorerfahrung. Mit einer tiefgehenden Meditation schließen wir den Workshop ab.

Bitte eine eigene Sitzunterlage (Matte, Decke und/oder Kissen) und ein eigenes Getränk

Sa., 22.11.2025
18.00 - 20.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 9,00 €
Birgit Jung



Gesundheit – Ernährung - Kochen

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 Rezeptauswahl berücksichtigt werden. Bitte denken Sie an den Kochabenden an die Gebühr für die Lebensmittelumlage.

3.41 Griechische Küche

Griechenland - Grüne Olivenhaine, weiß gekalkte Dörfer vor tiefblauer See und leichter Geruch von Anis und Zimt!

Grüne Olivenhaine und das mit den Dörfern kann ich an diesem Abend nicht bieten, aber Zimt- und Anisgeruch, Lamm und Olivenöl und natürlich Feta, das hab ich drauf.

Ein Hauch von Sommerurlaub im November.

Der Abend ist vollkommen neu überarbeitet.

Bitte scharfes Messer, Getränk, Trockentuch und Restebehälter für Kostproben mitbringen.

Di., 27.01.2026

18.30 - 21.30 Uhr

Küche der
Grundschule Felde

Gebühr: 12,00 €

zzgl. 15,00 €

Kochgeld/Kopien

André Weidtkamp

3.42 Fermentieren!

– Altes Wissen neu entdeckt

Ein Kurs für Einsteiger:innen und Neugierige

Gemüse auf völlig neue Weise kennenlernen – nämlich blubbernd, lebendig und voller Geschmack! Fermentation ist weit mehr als ein Trend – es ist eine uralte Konservierungsmethode, die nicht nur die Haltbarkeit von Lebensmitteln verlängert, sondern auch deren Nährstoffe aufwertet. Ob Sauerkraut, Kimchi oder Karotten mit Ingwer – im Kurs zeige ich Ihnen Schritt für Schritt, wie Sie mit einfachen Mitteln zu Hause selbst fermentieren können.

Was Sie erwartet:

Grundlagen der Milchsäuregärung – einfach erklärt

1. Hygiene, Salzverhältnisse und das richtige Gefäß

2. Praktisches Arbeiten: Wir bereiten gemeinsam die Fermente zu

3. Tipps zur Lagerung, Geschmacksgestaltung und Weiterverwendung

4. Einblick in die gesundheitsfördernden Aspekte von Fermenten

Keine Vorkenntnisse erforderlich

Bitte mitbringen: Drei saubere Bügelgläser oder alternativ Gläser mit Twist-Off-Deckel, (je ca. 500–750 ml), ein Schneidebrett, eine große Schüssel, ein Messer und eine Schürze.

Sa., 11.10.2025

10.00 - 14.00 Uhr

VHS, Dorfstr. 93
Raum 4

Gebühr: 16,00 €

zzgl. 12,00 € bar

Kopien/ Material

Anja Manleitner



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. Auch eine Probestunde in laufenden Kursen ist nach Rücksprache möglich.

4.1 Englisch für Wiedereinsteiger mit geringen Vorkenntnissen

Ist Ihr Englisch eingerostet? Mal Gelerntes in Vergessenheit geraten? Oder möchten Sie mit geringen Vorkenntnissen einsteigen?

In diesem Kurs werden anhand alltagsnaher Themen unterschiedlichste Sprechsituationen ermöglicht, wodurch vorhandenen Englischkenntnisse gefestigt oder neue erlernt werden können. Hierbei werden grundlegende grammatische Strukturen mit berücksichtigt. Zur Unterstützung arbeiten wir mit dem passenden Kursbuch *Great!* auf Sprachniveau A1, dessen Anschaffung in der ersten Stunde genauer besprochen wird. Grundsätzlich stehen Spaß und Freude an der aktiven Sprachanwendung im Vordergrund des Kurses! Neueinsteiger sind herzlich willkommen.

Do., 25.09.2025
18.30 - 19.30 Uhr
14 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 50,00 €
Zitha Gutschlag



Sprachen

4.2 Englisch für Fortgeschrittene

Dieser Kurs bietet die Möglichkeit Ihre vorhandenen Englischkenntnisse anhand vielseitiger und alltagsnaher Sprechsituationen praktisch zu festigen. Nach dem Schwerpunkt auf Nordamerika in *Great! A2* richtet sich nun der Fokus auf weitere englischsprachige Länder und bietet mit dem Lehrwerk *Great B1* eine erneute Vielzahl echter Kommunikationsanlässe und damit viel Spaß beim Lernen. Gerne dürfen Sie im ersten Kapitel des Werkes, das der Klett Verlag online präsentiert, reinschnuppern, um einen Eindruck davon zu bekommen. Es wird kleinschrittig vorgegangen und Vorheriges wiederholt, damit Sie Erfolg und Freude an den neuen Sprachkenntnissen haben. Neueinsteiger sind herzlich willkommen.

Mo., 29.09.2025
17.45 - 18.45 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 43,00 €
Zitha Gutschlag

4.3 Französisch für Wiedereinsteiger mit Vorkenntnissen

Haben Sie bereits Französisch gelernt, aber sind etwas eingerostet? Steigen Sie in unserem netten Kurs wieder ein! Nachdem wir im letzten Semester der Vergangenheitsform (*passé composé*) und der nahen Zukunft (*futur proche*) begegnet sind, werden wir uns diese anhand von Alltags- und Urlaubsthemen näher vertraut zu machen.
Lehrbuch: *Rencontres en français A1* (Klett)

Mo., 15.09.2025
19.15 - 20.45 Uhr
12 x
VHS, Raum 1
Gebühr: 64,00 €
Florent Joeckle

4.4 Französisch für Fortgeschrittene (A2+)

Sie haben bereits einen fundierten Einblick in die französische Sprache erhalten und können eine Konversation führen?
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.
Bienvenue à toutes et à tous!
Lehrbuch: *Rencontres en français – A2* - Klett

Mo., 15.09.2025
18.00 - 19.00 Uhr
13 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 47,00 €
Charlotte Bousquet



Sprachen

4.5 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., 25.09.2025
10.00 - 11.30 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 1
Gebühr: 64,00 €
Evelyne Martin

4.6 Spanisch für Niveau B1

Mit Interesse sind wir dabei Ereignisse des täglichen Lebens aus der spanisch/lateinamerikanischen Kultur zu erfahren. Wir wissen nun, dass Chupa Chups von einem Spanier erfunden wurde, *chupar* lutschen bedeutet und auch der Wischmopp ein spanisches Original ist, um der Hausfrau/dem Hausmann das Leben zu erleichtern. Grammatikalisch haben wir inzwischen den Imperativ, den Konjunktiv und die Pronomen näher in Augenschein genommen. Die neuen grammatikalischen Errungenschaften werden in jeder neuen Lektion und/oder auch in separaten Übungen vertieft. Um Abstand vom Lehrbuch zu bekommen, lesen wir manchmal gern Texte unterschiedlicher Niveaus aus der Zeitschrift ECOS. Als fortlaufender Kurs sind neue Teilnehmer immer willkommen. Eventuelle Fragen bezüglich des Niveaus können gern mit der Kursleiterin besprochen werden.
Lehrbuch: El curso en vivo B1

Do., 18.09.2025
19.00 - 20.30 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 1
Gebühr: 64,00 €
Maren Smolka

4.7 Spanisch

Konversations- und Lesekurs Niveau B1

Die Zeitschrift ECOS ist zur Zeit die Grundlage unseres Unterrichts. Sie bietet uns abwechslungsreiche, aktuelle Lektüre, wie z.B. über die Biodiversität in Lateinamerika und wie die junge Generation in Spanien das Land verändert. Jede Ausgabe bietet einen grammatikalischen Teil, eingebunden in eine Konversation aus dem täglichen Leben, wie z.B. über die Sozialen Netzwerke. Wir freuen uns über neue Teilnehmer. Fragen zum Niveau können gern mit der Kurleiterin besprochen werden.

Mi., 17.09.2025
10.30 - 12.00 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 1
Gebühr: 64,00 €
Maren Smolka



Sprachen

4.8 Dänisch mit geringen Vorkenntnissen

Der Einstieg in die Vergangenheitsform ist geschafft, aber das werden wir natürlich weiter üben, indem wir von unseren Erlebnissen berichten und ganz nebenbei die passenden Verben lernen, inklusive der unregelmäßigen, versteht sich. Dazu kommen (Sommer-) Hauseinrichtung und Wegbeschreibung.

Vi snakker og synger videre og har det sjovt.

(Wieder-) einsteigerInnen mit entsprechenden Vorkenntnissen sind weiter herzlich willkommen

Buch: Vi snakkes ved, (aktuell Bd.1 oder alte Version), ca. ab Lektion 8

Mi., 17.09.2025
19.15 - 20.30 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 1
Gebühr: 53,00 €
Inga Mahlke

4.9 Dänisch für leicht Fortgeschrittene (A2)

Nach unserer intensiven Arbeit am Kinderbuch geht es nun endlich weiter mit Bd. 2, hurra. Das erste Thema ist Familie, inkl. der Königlichen oder was man als Dänemarkfan unbedingt wissen sollte. Und dann geht es schon wieder um Urlaub. Unregelmäßige Pluralformen, Gebrauch von Präpositionen und Relativpronomen sind Grammatikthemen, die uns die Chance auf Nebensätze und komplexere Ausdrucksweisen eröffnen. Det bliver sjort!

(Wieder-) einsteigerInnen mit entsprechenden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.

Buch: Vi snakkes ved, (aktuell noch Bd.2 oder alte Version), Lektion 11

Mi., 17.09.2025
18.00 - 19.00 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 1
Gebühr: 43,00 €
Inga Mahlke

4.10 Schwedisch für Anfänger

Hej - Schweden hat rote Häuser im Bullerbü-Charme, wunderbare Natur und Kultur und eine ganze Menge mehr zu bieten. Egal ob Sie eine Reise planen, aus beruflichen oder privaten Gründen die Sprache erlernen wollen, gemeinsam wollen wir uns ihr langsam annähern und erste Grundlagen des Schwedischen erlernen. Wir arbeiten mit dem Lehrbuch: Schwedisch - Fit in 30 Tagen von Langenscheidt. Alle sind herzlich willkommen!

Di., 04.11.2025
17.30 - 18.30 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 1
Gebühr: 36,00 €
Martina Belzer



Sprachen

4.11 Schwedisch mit Vorkenntnissen

Dieser Kurs richtet sich an alle, die mit dem Schwedischerwerb angefangen haben und jetzt weitermachen wollen. Wir beschäftigen uns weiter mit der Schwedischen Sprache und allem was dazugehört. An den folgenden Terminen arbeiten wir weiter im Lehrbuch und wir vertiefen die Grammatik. Alle, die schon ein bisschen Vorkenntnisse haben sind herzlich willkommen! Buch: Langenscheidt Fit in 30 Tagen Schwedisch

Di., 04.11.2025
18.45 - 19.45 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 1
Gebühr: 36,00 €
Martina Belzer

4.12 Schwedisch für Fortgeschrittene (A2/B1)

Vill du (äntligen) prata svenska igen? Då är denna kurs för dig!
Vi ska prata om olika teman, svenska språket, grammatik, uttalet men diskuterar också svensk litteratur, kultur, musik, osv....
Vi ska ha det jättekul! Alla är välkomna!
Wir arbeiten mit dem Lehrbuch: Javisst! und Lektüre

Di., 04.11.2025
20.00 - 21.00 Uhr
10 x
kein Kurs am 13.05.
VHS, Dorfstr. 93
Raum 1
Gebühr: 36,00 €
Martina Belzer

**Wir suchen Kursleitungen
für verschiedene Programmbereiche,
zum Beispiel für Italienisch und 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 Elektroschrott vermeiden:

"Alte" PCs mit Linux weiternutzen

Mit dem nahenden Ende des Supports für Windows 10 stehen viele "ältere" PCs vor dem Aus. Doch anstatt funktionsfähige Hardware durch Software-Obsoleszenz zu Elektroschrott zu erklären, gibt es eine nachhaltige und kosteneffiziente Lösung: Linux.

Dieser Vortrag zeigt, wie mit dem Linux-Betriebssystem ältere Rechner weitergenutzt und gleichzeitig moderne Sicherheits- und Komfortansprüche erfüllt werden können. Während der Veranstaltung wird u.a. auch die Live-Installation von Linux auf einem älteren Rechner gezeigt.

Sa., 13.09.2025

16.00 - 17.30 Uhr

VHS, Dorfstr. 93

Raum 2

Gebühr: 6,00 €

Hauke Goos-

Habermann

5.2 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., 07.10.2025

17.00 - 18.30 Uhr

3 x

Grundschule Felde

PC-Raum

Gebühr: 21,00 €

Jens Lersmacher

**Vorbesprechung am
Mo, 29.09., 17.00 Uhr**

5.3 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., 06.10.2025

17.00 - 18.30 Uhr

3 x

Grundschule Felde

PC-Raum

Gebühr: 21,00 €

Jens Lersmacher

**Vorbesprechung am
Mo, 29.09., 17.00 Uhr**

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

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.

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

Kooperationsprojekt mit dem Geologischen-Mineralogischen Museum Kiel

Für Familien mit Kindern bis zur vierten Klasse
Aufgrund des tollen Zuspruchs unserer „Steinalt“ – Veranstaltung vom April 2025 möchten wir die spannende Reise durch die Erdgeschichte in unserem Herbstprogramm wieder anbieten. Diesmal werden wir das Programm etwas ändern, so dass die Teilnehmer noch viel mehr selbst betrachten, fühlen und untersuchen können.

Zur Welt der Steine und der Erdgeschichte lesen wir erst einmal gemeinsam die Geschichten des großen Felsen im Buch „Steinalt“ und stellen die einzelnen Stationen seiner Reise mit kleinen Plakaten im Museum auf.

Die Plakate zeigen uns die unterschiedlichsten Zeiten der Erdgeschichte: Mal gab es viel Vulkanismus, mal lagen auf der Erde die heutigen Kontinente alle zusammen, mal war es heiß und mal wieder sehr kalt, seit wann gibt es überhaupt die heutigen Tiere und Pflanzen und wie sahen ihre Verwandten früher aus? Wir werden viele Steine mitbringen, die uns helfen die Erdgeschichte zu verstehen. Alle Teilnehmer dürfen mit den unterschiedlichsten Werkzeugen die Steine untersuchen und ihre Geheimnisse entdecken. Können Steine fliegen, schwimmen, leuchten oder sprudeln, welche Wunderkräfte haben sie, wann und wie sind sie entstanden? All das möchten wir mit euch zusammen herausfinden. Ihr könnt gerne ein oder zwei eurer Lieblingssteine mitbringen.

Sa., 15.11.2025

11.00 - 13.00 Uhr

Treffpunkt

Geologisches

Mineralogisches

Museum Kiel

Ludwig-Meyn-str. 12

24118 Kiel

Gebühr: 8,00 €

Familiengebühr

Jürgen Fischbach

Anne-Christin Wolter

Christian Reimers

In Kooperation mit

dem Naturpark

Westensee - Obere

Eider e.V.

Junge vhs - Kurse für Kinder und Jugendliche

0.2 Tierpark Erlebnistage für Kinder ab 5 Jahren

Einmal wie ein Tierpfleger hinter die Kulissen im Tierpark schauen! Spannend, witzig und kindgerecht lernen die Kids die großen und kleinen Tiere der Arche Warder kennen. Der Kontakt mit den Tieren weckt die Wissbegierde und den Forscherdrang der Kinder – sie lernen etwas über das Verhalten der Tiere, ihren Körperbau, ihre Sinne, und erfahren, wie ihr eigenes Leben mit dem der Nutztiere verknüpft ist. Ob Pferde, Ziegen, Esel, Schweine, Schafe oder Hühner. Die Kinder erfahren, wieso Schafe im Regen auch ohne Regenjacke geschützt sind und wo Schweine gerne gekraut werden. An 3 Samstagen trifft sich die Gruppe von 14-16 Uhr, um die Tiere des Tierparks kennen zu lernen und mit anderen Kindern zusammen in der Natur unterwegs zu sein.

Die Tierpark Erlebnistage möchten Kindern eine sinnvolle Freizeitgestaltung ermöglichen und sie in den jahreszeitlichen Verlauf des Tierparks mit einbinden. Bitte einen kleinen Snack und ein Getränk mitbringen!

Sa., 11.10.2025
14.00 - 16.00 Uhr
3x
weitere Termine:
15.11. und
06.12.2025
Tierpark Arche
Warder,
Langwedeler Weg 11,
24646 Warder
Gebühr: 45,00 €
inkl. Materialkosten
Stefanie Klingel

1.17 Abendtour ins Reich der Fledermäuse

In der Abenddämmerung, wenn die Fledermäuse nach Sonnenuntergang ihre Schlafquartiere verlassen und auf Insektenjagd gehen, treffen wir uns am See, um sie dort und in der näheren Umgebung zu beobachten. Zu dieser Jahreszeit befinden sie sich in der Balzzeit, bevor sie dann schon bald ihre Winterquartiere aufsuchen.

Fledermausexpertin Dorothea Barre vom BUND (Ortsgruppe Westensee) wird uns spannende Einblicke in das Leben der heimlichen Jäger der Nacht geben. Mit Detektoren, die die Ultraschallrufe der Fledermäuse für uns hörbar machen, spüren wir einige Arten auf.

Geeignet für Erwachsene und Familien mit Kindern ab 6 Jahren. Bei Regen fällt die Veranstaltung aus. Bitte mitbringen: warme, wetterfeste Kleidung, eventuell eine Taschenlampe und Detektoren (falls vorhanden)

Fr., 17.10.2025
17.30 Uhr
Treffpunkt:
Am Felder See,
Am See, 24242 Felde
Gebühr: gebührenfrei
Dorothea Barre

Junge vhs - Kurse für Kinder und Jugendliche

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 unbekanntenen 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., 11.10.2025
11.00 - 15.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 18,00 €
Thorsten Hardel

0.3 Dance Kids

ab 1. Klasse

In diesem Kurs lernen wir Schritte und Choreografien aus verschiedenen Tanzstilen kennen. Wir werden zu verschiedenen Popsongs kurze Choreografien erlernen. Zusätzlich werden wir die Beweglichkeit fördern, kleine Kraft- und Ausdauerseinheiten sowie Spiele integrieren. Der Schwerpunkt liegt dabei auf dem Spaß, die Kinder üben spielerisch neue Bewegungen und dürfen zur sich zur Musik ausprobieren.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Sport-/Gymnastikschuhe, Getränk

Mi., 17.09.2025
16.00 - 17.00 Uhr
17 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 5
Gebühr: 63,00 €
Jordis Asmussen,
Ulrike Meneikis

Junge vhs - Kurse für Kinder und Jugendliche

0.4 Dance Teens

ab 5. Klasse

In diesem Kurs lernst Du Choreografien aus dem Bereich der modernen Tänze wie Hip Hop, Showdance und Contemporary. Dabei kannst du eigene Ideen einbringen und dich zur Musik ausprobieren. Wir integrieren Übungen für die Tanztechnik und zur Beweglichkeit. Gemeinsam werden wir Choreografien entwickeln und mit Spaß an der Musik zusammen tanzen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Sport-/Gymnastikschuhe, Getränk

Mi., 17.09.2025

17.00 - 18.00 Uhr

17 x

VHS, Dorfstr. 93

Raum 5

Gebühr: 63,00 €

Jordis Asmussen

An Kinder und Jugendliche richten sich auch viele Kursangebote aus den anderen Fachbereichen!

Zum Beispiel die Naturführungen, wie Eulenexkursionen, Kreativangebote, Instrumentalunterricht und vieles mehr.

Großer Bücherflohmarkt

Samstag, den 25. Oktober bis Sonntag, den 2. November 2025

werktags von 15.00 bis 17.00 Uhr

samstags und sonntags von 11.00 bis 17.00 Uhr

in der VHS Felde, Dorfstraße 93

Allgemeine Hinweise:

Kursanmeldungen bitte schriftlich an die VHS Felde

**VHS Felde, Dorfstr. 93, 24242 Felde,
Telefon: 04340-4008010
vhs-felde@gmx.de
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!**

**Wir suchen Kursleitungen
für verschiedene Themen und Programmbereiche.
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