

Volkshochschule Südkreis Aachen

SEMESTER 02/2025

START: 8. SEPTEMBER

ANMELDUNG: www.vhs-suedkreis-aachen.de Telefon: 02472/5656



Mit finanzieller Unterstützung

des Landes Nordrhein-Westfalen und der Europäischen Union



Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen



Kofinanziert von der
Europäischen Union

Volkshochschulzweckverband Südkreis Aachen	Volkshochschule	Geschäftsstelle der 
Vorsitzender der Verbandsversammlung: Bürgermeister Bernd Goffart, Simmerath	Leitung der Volkshochschule: Marlies Breuer	HIMO, Am Handwerkerzentrum 1, B 21 52156 Monschau
Verbandsvorsteher: Bürgermeister Jorma Klaus, Roetgen	Kursbeginn: ab 08.09.2025 Anmeldung: ab sofort	Internet: www.vhs-suedkreis-aachen.de Volkshochschulzweckverband
stellvertr. Verbandsvorsteher: Allgemeiner Vertreter des Bürgermeisters Dirk Recker, Roetgen	Telefon-Nr.: 02472/5656 E-Mail: vhs@vhs-suedkreis-aachen.de	Südkreis Aachen IBAN: DE06390500001070172570

Liebe Freunde und Freundinnen der

Hochspannung – ein Titelblatt mit einem Versprechen und gleichzeitiger allgemeiner Lagebeschreibung.

Da wo Wissen und Handeln im Widerspruch scheinen, Wissen relativiert wird, versucht die Volkshochschule durch vielfältige Bildungsangebote persönliche Orientierung zu ermöglichen.

Wo und wie sollte man sich sinnstiftend einbringen. Was folgt aus Resignation, Enttäuschung, Ablehnung. Welche Themen berühren, begeistern uns, fördern uns heraus.

Bildung kann helfen, diese Knoten zu lösen-durch Wissen, Austausch, neue Perspektiven und den Mut, neue eigene Wege zu finden.

Unsere Kursangebote möchten Impulse setzen, Zusammenhänge sichtbar machen und Ihren Geist fordern, neues zu entdecken.

Lassen Sie sich von unserem Programm inspirieren und erleben Sie Hochspannung im besten Sinne. Anregend, belebend, weiterführend.

Herzlich willkommen in Ihrer Volkshochschule!



Mit freundlichen Grüßen für das gesamte Team,
Leiterin der Volkshochschule
Südkreis Aachen

Wir bieten Ihnen Unterstützung in Weiterbildungsfragen, Gesundheitsfragen, Spracheinschätzungen..... und vieles mehr.

Die VHS vor Ort ist leicht zu erreichen.

Gerne können Sie auch anrufen unter der Telefonnummer 02472/5656 oder melden Sie sich per E-Mail unter: vhs@vhs-suedkreis-aachen.de.

Gesundheitsfragen Termine jeweils Di. von 10:00 – 14.00h 16.09., 21.10., 18.11., 16.12.2025

Ferienordnung:

An folgenden Tagen findet in der Regel kein Unterricht statt:

14.07.2025 – 26.08.2025	Sommerferien	03.10.2025	Tag der Deutschen Einheit
14.10.2025 – 26.10.2025	Herbstferien	01.11.2025	Allerheiligen
23.12.2025 – 06.01.2026	Weihnachtsferien		

Semesterende: 19.12.2025

Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag	9.00 – 12.00 Uhr und 14.00 – 15.30 Uhr
Freitag	9.00 – 12.30 Uhr

In den Schulferien gelten andere Öffnungszeiten
Weitere Termine nach Vereinbarung.



Bei diesen digitalen Sonderveranstaltungen der Reihe vhs-wissen-live – in Kooperation mit den Münchener Volkshochschulen und der Süddeutschen Zeitung – handelt es sich um Online-Vorträge im Livestream. Den Zugangslink erhalten Sie nach Anmeldung, direkt über das Kursprogramm im Internet: vhs-suedkreis-aachen.de/kurse/ (Kursnummer in die Suche eingeben), per E-Mail unter vhs@vhs-suedkreis-aachen.de oder telefonisch unter 02472-5656.

001 ○ Ökonomie für eine gerechte Gesellschaft.

Gespräch zwischen Joseph Stiglitz (Nobelpreisträger) und Simon Strauss (FAZ) Unter Donald Trump und Elon Musk greift ein Kult der Freiheit um sich. Doch die Wahl- und Meinungsfreiheit, die J.D. Vance & Co. zu einem Fetisch erhoben haben, geht immer auf Kosten der Freiheit anderer. Joseph Stiglitz, Nobelpreisträger und einer der schärfsten Kritiker Donald Trumps, zeigt, wer die Opfer der neuen Meritokratie sind – und wie der Abbau von Bürokratie sowie unregulierte Märkte Wachstum bremsen und unsere Gesellschaften ärmer machen. Joseph Stiglitz war Professor für Volkswirtschaft in Yale, Princeton, Oxford und Stanford. Anschließend ging er als Chefvolkswirt zur Weltbank und wurde 2001 mit dem Nobelpreis für Wirtschaft ausgezeichnet. 2025 erschien von ihm das Buch „Der Weg zur Freiheit“ bei Siedler. Simon Strauss ist Schriftsteller, Journalist und Theaterkritiker für die FAZ sowie Moderator des FAZ Podcast für Deutschland. Die Veranstaltung findet auf Englisch statt.

Mo., 15.09.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Joseph Stiglitz, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,

002 ○ Gefährliche Rivalitäten: Wirtschaftskriege – von den Anfängen bis zu Trumps Deal-Politik

Der Wirtschaftshistoriker Prof. Werner Plumpe zeigt in seinem Vortrag, dass die aktuelle Weltordnung zunehmend instabil wird – sichtbar an Kriegen, Eskalationen und Handelskonflikten, insbesondere zwischen den USA, China und Russland. Er betont, dass wirtschaftliche Rivalitäten historisch oft zu Konflikten führten, von der Kolonialzeit über die Entstehung von Nationalstaaten bis zur heutigen globalisierten Welt. Die Jagd nach Rohstoffen wie Gold, Öl oder Getreide war stets eng mit nationalen, kulturellen und machtpolitischen Interessen verknüpft. Plumpe lehrte bis 2022 an der Goethe-Universität Frankfurt am Main.

Mi., 08.10.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Werner Plumpe, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,

003 ○ Wann ist ein KI-System vertrauenswürdig?

Künstliche Intelligenz (KI) prägt immer stärker unser Leben und Arbeiten. KI steckt in Navigationssystemen, Suchmaschinen und sozialen Netzwerken, begegnet uns als Chatbot im Kundenservice oder als Sprachassistent. KI-Systeme unterstützen in Bereichen wie Medizin und Kreislaufwirtschaft und bieten mit generativer KI neue kreative Möglichkeiten. Damit sie echten Mehrwert schaffen, müssen sie vertrauenswürdig sein – so die zentrale Forderung des Europäischen KI-Gipfels 2025. Der Vortrag stellt die sieben EU-Anforderungen an vertrauenswürdige KI vor und zeigt, wie diese praktisch umgesetzt werden können. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem bidt statt.

Mi., 29.10.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Ute Schmid, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,

004 ○ Die Zitrusfrüchte Italiens

Für uns Nordländer der Inbegriff des Südens, der Frische des Sommers ebenso wie der weihnachtlichen Sehnsucht nach duftender Wärme: Zitronen, Mandarinen, Blutorange, Bergamotten, Pomeranzen, Zitronat Zitronen – unendlich ist die Vielfalt der Agrumen, die in Italien kultiviert werden. Und alle haben sie ihre eigene Herkunft, ihren eigenen Ort und ihre eigene Geschichte, die der Gastro- und Italienexperte Peter Peter in seinem Vortrag vorstellt. Peter Peter lehrte am Gastrosophiezentrum der Universität Salzburg. Der Münchner verfasste eine prämierte Kulturgeschichte der italienischen Küche sowie Literaturguides zu Sizilien und Neapel. Sein Umbrienbuch gewann den ENIT-Preis für den besten deutschsprachigen Italienführer. In der Kolumne »Peters Lebensart« im »Rotary-Magazin«, im Podcast »machtHunger« und im Blog »Lacornique« informiert er über aktuelle gastronomische Tendenzen.

Mi., 10.12.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Peter Peter, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,

005 ○ Schönheit der Astronomie II

Die Astronomie gehört zu den schönsten Wissenschaften überhaupt, weil wir mit ihr faszinierende und atemberaubend ästhetische Aufnahmen gewinnen. Dr. Andreas Müller entführt sein Publikum in die Magie der astronomischen Aufnahmen und tritt den Beweis an: Die Schönheit der Bilder wird noch tiefer empfunden, wenn man sie mit etwas mehr wissenschaftlichem Hintergrundwissen betrachtet.

Mo., 03.11.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Andreas Müller, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,

006 ○ Die Frage von Krieg und Frieden im Völkerrecht

Im ersten Teil wird die Grundnorm der seit 1945 geltenden Völkerrechtsordnung, das Verbot der Anwendung militärischer Gewalt in den internationalen Beziehungen, vor ihrem historischen Hintergrund und in ihrem heute maßgeblichen systematischen Zusammenhang entfaltet. Im zweiten Teil werden die aktuellen politischen Herausforderungen des Völkerrechts der Friedenssicherung und dessen denkbare Zukunftsperspektiven in den Blick genommen. Im Anschluss besteht die Gelegenheit zur Diskussion.

Do., 06.11.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Claus Krefß, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,

007 ○ Wie Bilder erzählen: Storytelling von Albrecht Altdorfer bis Peter Paul Rubens

Die Sammlungspräsentation mit Werken aus den Bereichen der Altdeutschen und Alt niederländischen sowie der Flämischen Malerei des 16. und frühen 17. Jahrhunderts verspricht die eine oder andere Überraschung. Beleuchtet werden in diesem Vortrag unterschiedliche Facetten eines Themas, das zu den Kernaufgaben der Malerei schlechthin gehört: Das Erzählen von Geschichten. Wie, was und durch wen wird erzählt? Die Veranstaltung wird live aus der Alten Pinakothek in München gestreamt.

Do., 11.12.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Mirjam Neumeister, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,

008 ○ Bilderkult und Bildkritik

Die Gegenwart erlebt eine menscheitsgeschichtlich einmalige Massenproduktion und grenzenlosen Verbreitung von Bildern. Aber was ist ein gutes oder schlechtes, wahrhaftiges oder trügerisches Bild? Diese Frage ist keineswegs neu. So war die Geschichte der christlichen Kunst bestimmt von der Spannung zwischen einem hochkreativen Bilderkult und einer scharfen Bildkritik. Daraus lässt sich für die Gegenwart lernen. Johann Hinrich Claussen ist Kulturbeauftragter des Rates der Evangelischen Kirche in Deutschland. 2024 hat er mit dem Buch „Gottesbilder“ eine vielbeachtete Geschichte der christlichen Kunst veröffentlicht.

Mi., 15.01.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Johann Hinrich Claussen, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,

009 O Ordnung - und was wir von ihr zu halten haben

In seinem Vortrag beleuchtet der Philosoph Kurt Bayertz das ambivalente Verhältnis zur Ordnung: Einerseits strukturieren wir unser Leben bewusst und ärgern uns über Unordnung, andererseits gilt Ordnung oft als langweilig oder unterdrückend, während Chaos als spannend empfunden wird. Bayertz legt zwei zentralen Fragen nach: Was ist Ordnung überhaupt, und ist sie notwendig? Und warum streben wir nach Ordnung, empfinden sie aber gleichzeitig als belastend? Bayertz ist emeritierter Professor für Praktische Philosophie an der Universität Münster und Träger des Tractatus-Preises 2013.

Di., 30.09.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Kurt Bayertz, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,

010 O Hoffnung: Eine Geschichte der Zuversicht von Homer bis zum Klimawandel

Darf Hoffnung heute eigentlich noch als Quelle der Kraft gelten oder ist sie nicht viel mehr eine Flucht vor der Realität? Ist sie Tugend oder Torheit? Jonas Grethlein untersucht in diesem Vortrag 2500 Jahre Geschichte der Hoffnung. Er führt vor Augen, wie Menschen zu allen Zeiten darum rangen, eine ihnen unverfügbare Zukunft zu bewältigen, und zeigt neben den mannigfaltigen Formen des Hoffens auch seine Bedeutung in der Gegenwart auf. So erhellt er das Wesen der Hoffnung als Weltverhältnis, beschreibt, wie sie entstehen, worauf sie sich richten und worin sie gründen kann.

Jonas Grethlein lehrt Klassische Philologie an der Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg. Er ist Mitglied der Heidelberger Akademie der Wissenschaften und Träger des Gottfried Wilhelm Leibniz-Preises 2024.

Mi., 22.10.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Jonas Grethlein, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,

011 O Quantencomputer - wie Quantenmechanik unsere gesellschaftliche Zukunft beeinflusst

Quantencomputing ist eine neuartige Form des Rechnens, die auf den Prinzipien der Quantenphysik basiert. Mithilfe von Quantenbits können Quantencomputer komplexe Probleme lösen, die für Wissenschaft und Wirtschaft von großer Bedeutung sind. In den letzten Jahren gab es bedeutende Fortschritte in der Hardware-, Software- und Algorithmenentwicklung sowie bei praktischen Anwendungen. Erste Systeme konkurrieren bereits mit klassischen Hochleistungsrechnern.

Heike Riel, IBM Fellow und Leiterin von IBM Research Quantum Europe & Africa, treibt mit ihrer Forschung technologische Durch-

brüche in Quantencomputing, KI-Physik und Nanotechnologie voran. Sie gilt als führende Expertin auf diesen Gebieten.

Di., 11.11.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Heike Riel, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,

012 O Bonobos (Pan paniscus) und ihre Bedeutung für uns Menschen (Homo sapiens)

Bonobos und Schimpansen teilen etwa 99 % ihres Erbguts mit dem Menschen und gelten daher als unsere nächsten lebenden Verwandten. Interessieren wir uns für die menschliche Entwicklungsgeschichte, dienen diese beiden Arten als Referenzmodell, um die ökologischen und sozialen Zwänge, die uns im Laufe der Entstehungsgeschichte geformt haben, zu verstehen. Bonobos verkörpern dabei meist den friedliebenden Part und werden gerne herangezogen, um ein Idealbild gesellschaftlichen Miteinanders zu vermitteln.

Barbara Fruth berichtet aus 30 Jahren Bonoboforschung im Tieflandregenwald des Kongobeckens und zeigt die Bandbreite des Verhaltens dieser faszinierenden Menschenaffenart. Sie zeigt, was wir von Bonobos lernen können und welche Bedeutung sie über ihre Rolle als Analogmodell hinaus, für den Menschen haben. Barbara Fruth ist Gruppenleiterin am Max-Planck-Institut für Verhaltensbiologie in Konstanz.

Do., 13.11.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Barbara Fruth, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,

013 O Neue Technologien und Strafrecht – Wie können Juristen unerwünschte Nebenfolgen einhegen?

KI, Gentechnik oder Internet - die „Risiken und Nebenwirkungen“ moderner Technologien begegnen uns immer wieder. Sind strafrechtliche Verbote in diesen dynamischen Bereichen sinnvoll und international durchsetzbar?

Wie lassen sich die Technologien für die Gesellschaft nutzen und gleichzeitig ein Missbrauch sanktionieren? Diesen und anderen Fragen wird die Juristin Susanne Beck in ihrem Vortrag nachgehen – und dabei ihre Begeisterung für das Strafrecht und dessen Bedeutung in unserem Alltag weitergeben. Susanne Beck ist seit 2013 Inhaberin des Lehrstuhls für Strafrecht, Strafprozessrecht, Strafrechtsvergleichung und Rechtsphilosophie an der Universität Hannover. Susanne Beck beschäftigt sich mit aktuellen Fragen des Medizinstrafrechts, der Digitalisierung des Rechts und dem Zusammenspiel von Normen, Moral und gesellschaftlicher Praxis. Sie ist Mitglied von acatech – Deutsche Akademie der Technikwissenschaften. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech) statt.

Di., 18.11.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Susanne Beck, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,

014 O Spinnen und Menschen: Eine verwobene Beziehung

Nützliche Mitbewohnerinnen, Ekelobjekte oder verblüffende Wesen? An Spinnen scheiden sich die Geister. Von manchen bewundert für ihre kunstvollen Netze und das Archaische ihrer Erscheinung, von anderen gefürchtet. Aber warum ist das so? Dieser Vortrag dringt in das Beziehungsgeflecht von Spinnen und Menschen vor. Es zeigt den Einfluss der Spinnen auf unsere Sprache, Wissen, Träume und Geschichte. Warum verglich man Napoleon mit einer Spinne? Wie prägte die christliche Symbolik die Abneigung gegenüber Spinnen? Und wieso wurden gleich drei Weltraummissionen von Spinnen begleitet? Jan Mohnhaupt lockt die Spinne kulturhistorisch aus ihrer dunklen Ecke und zeigt die vielen Verbindungen zwischen Spinne und Mensch. Jan Mohnhaupt studierte Geographie und Geschichte in Berlin und Wien. Er ist als freier Journalist und Autor für verschiedene Magazine und Zeitungen wie Spiegel Online, Der Freitag und P.M. History tätig.

Mo., 24.11.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Jan Mohnhaupt, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,

015 O Innovationen für die Verteidigung

In Zeiten gesellschaftlicher und politischer Unsicherheit rücken Sicherheit und Verteidigung stärker in den Fokus. Deutschland zeigt zunehmende Investitionsbereitschaft, um Risiken frühzeitig zu erkennen und Schäden zu minimieren. Der Vortrag von Michael Lauster, Leiter des Fraunhofer INT und Professor an der RWTH Aachen, beleuchtet die Rolle von Forschung und Innovation in diesem Kontext – insbesondere im Bereich des Dual Use, also der zivilen und militärischen Nutzung von Technologien. Er geht der Frage nach, wie sich zivile und militärische Innovationssysteme unterscheiden und welche Akteure sicherheitsrelevante Technologien entwickeln. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit acatech, der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften, statt.

Di., 25.11.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Matthias Brand, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,

016 O Bullshit, Fake News und Manipulation - Wie antike Rhetorik und Philosophie helfen können

Der Philosoph Harry Frankfurt beschreibt „Bullshit“ als Gleichgültigkeit gegenüber Wahrheit und Lüge – es zählt nur der eigene Nutzen. Gyburg Uhlmann hinterfragt diese Definition aus Sicht der antiken Rhetorik und

Philosophie. In ihrem Vortrag zeigt sie anhand aktueller Beispiele, wie wir Propaganda, Manipulation und populistischen Bullshit erkennen und bekämpfen können. Uhlmann ist Professorin für Klassische Philologie und Leibniz-Preisträgerin.

Mi., 03.12.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Gyburg Uhlmann, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,

017 O Demographische Transformation und Pflege. Herausforderungen und Perspektiven.

Die Pflege krank und mangelt. Finanziell, personell, strukturell. Wer, wie, wo künftig in Deutschland die Alten und Kranken pflegt, ist gänzlich offen. Sicher ist: Ohne »gemeinsames Engagement aller« wird in der Pflege nichts mehr gehen. Thomas Klie analysiert in diesem Vortrag die Dilemmata der Pflegeindustrie und präsentiert Ideen und Perspektiven für die Zukunft. Thomas Klie ist ein deutscher Sozial- und Rechtswissenschaftler. Seine Schwerpunkte liegen u. a. in der sozialen Gerontologie und Pflege. Von 1988 bis 2021 war er als Professor für Rechts- und Verwaltungswissenschaften an der Evangelischen Hochschule Freiburg tätig. Er leitet das 1989 gegründete Institut AGP Sozialforschung und das Zentrum für zivilgesellschaftliches Engagement in Freiburg und Berlin.

Mi., 21.01.2026, 19:30 - 21:00 Uhr
Thomas Klie, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,

018 O Für die Freiheit: Der Bauernkrieg 1525

Der deutsche Bauernkrieg war der größte Volksaufstand in Westeuropa vor der Französischen Revolution. Die Menschen waren wütend darüber, dass die Grundherren das Eigentum an den natürlichen Ressourcen, dem Wasser oder dem Gemeindeland für sich beanspruchte, obwohl dieses zu Gottes Schöpfung und damit allen Menschen gehörte. Lyndal Roper zeigt in ihrem Vortrag, dass die Utopie der Bauern und ihr Blick auf die Natur und ihre Ressourcen uns näher sind, als wir glauben. Lyndal Roper ist „Regius Professor of History“ in Oxford. Sie ist Expertin für die Geschichte der Reformation und der Frühen Neuzeit in Deutschland. 2016 wurde sie mit dem Gerda Henkel Preis ausgezeichnet.

Mi., 05.11.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Lyndal Roper, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,



Gesellschaft - Politik - Umwelt - Lebensgestaltung des Lernen

100 O/BU Bildungsurlaub digital: Das liebe Geld (1)

Online-Bildungswoche vom 15.9.-19.9. Unklare Zinsentwicklung, riskante Börsen, Inflation, geringe gesetzliche Renten, immer teurer werdender Erwerb von Wohneigentum – in diesem Spannungsfeld müssen sich die Bürger heute mit dem Management ihrer Geldangelegenheiten beschäftigen und das, obwohl vielen die Finanzwelt fremd und undurchsichtig erscheint. Und das Ganze wird noch zusätzlich erschwert durch politische Spannungen und Unsicherheiten auf nationaler und internationaler Ebene. Der Bildungsurlaub „Das liebe Geld“ informiert eine Woche lang ausführlich über das Thema private Finanzen, u. a. mit den Teilbereichen Sparen, Finanzierungen, Existenz(ab)sicherung, Geldanlagen, Anschaffung von Immobilieneigentum und (Alters-)Vorsorge. Ganz aktuell als neuer Programmpunkt wird das immer wichtiger werdende Thema des digitalen Nachlasses ausführlich behandelt. Ziel dieser Bildungswoche ist es, eine umfassende Grund- und Weiterbildung zur selbstbewussten Durchführung von Finanzgeschäften zu vermitteln und das Verständnis für aktuelle geldpolitische und den damit zusammenhängenden volkswirtschaftlichen Entwicklungen zu fördern. Zielgruppe sind alle Personen, die der Meinung sind, das in ihrem persönlichen Finanzhaushalt Optimierungsbedarf besteht und dazu Lösungsmöglichkeiten aufgezeigt bekommen wollen. Das Motto hierzu lautet: „Mein Geld verdient mehr!“ Wichtige technische Voraussetzungen für einen reibungslosen Ablauf auf Seiten der Teilnehmenden ist eine stabile LAN/WLAN-Verbindung sowie eine adäquate Ausstattung wie PC oder Laptop, Mikro und Lautsprecher (eventuell Headset) und eine Webcam oder externe Kamera, die während der Veranstaltung aus Gründen gegenseitiger Höflichkeit dauerhaft eingeschaltet bleibt. Grundkenntnisse der Konferenzsoftware Zoom oder einer vergleichbaren Software sind ebenfalls notwendig. Die Veranstaltung ist für Smartphone oder Tablet nicht optimiert. Alle Teilnehmenden erhalten rechtzeitig vor Beginn der Veranstaltung die entsprechenden Zugangsinformationen zur Nutzung der Video-Konferenz-Software Zoom sowie den einheitlich für alle fünf Tage geltenden Zugangslink. An der Veranstaltung können auch Personen teilnehmen, die dies nicht mit einem Bildungsurlaub verbinden wollen oder können. Bei Fragen zum Inhalt oder auch zur Technik nehmen Sie bitte direkt mit unserem Dozenten Herrn Lehmann Kontakt auf: vhs_role@web.de

Mo., 15.09.2025, 09:00 - 16:00 Uhr
Roland Lehmann, 5 x 8 UStd., 275,00 EUR
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,

101 O/BU Bildungsurlaub digital: Das liebe Geld (2)

Online-Bildungswoche vom 01.12.-05.12. Unklare Zinsentwicklung, riskante Börsen, Inflation, geringe gesetzliche Renten, immer teurer werdender Erwerb von Wohneigentum – in diesem Spannungsfeld müssen sich die Bürger heute mit dem Management ihrer Geldangelegenheiten beschäftigen und das, obwohl vielen die Finanzwelt fremd und undurchsichtig erscheint. Und das Ganze wird noch zusätzlich erschwert durch politische Spannungen und Unsicherheiten auf nationaler und internationaler Ebene. Der Bildungsurlaub „Das liebe Geld“ informiert eine Woche lang ausführlich über das Thema private Finanzen, u. a. mit den Teilbereichen Sparen, Finanzierungen, Existenz(ab)sicherung, Geldanlagen, Anschaffung von Immobilieneigentum und (Alters-)Vorsorge. Ganz aktuell als neuer Programmpunkt wird das immer wichtiger werdende Thema des digitalen Nachlasses ausführlich behandelt. Ziel dieser Bildungswoche ist es, eine umfassende Grund- und Weiterbildung zur selbstbewussten Durchführung von Finanzgeschäften zu vermitteln und das Verständnis für aktuelle geldpolitische und den damit zusammenhängenden volkswirtschaftlichen Entwicklungen zu fördern. Zielgruppe sind alle Personen, die der Meinung sind, das in ihrem persönlichen Finanzhaushalt Optimierungsbedarf besteht und dazu Lösungsmöglichkeiten aufgezeigt bekommen wollen. Das Motto hierzu lautet: „Mein Geld verdient mehr!“ Wichtige technische Voraussetzungen für einen reibungslosen Ablauf auf Seiten der Teilnehmenden ist eine stabile LAN/WLAN-Verbindung sowie eine adäquate Ausstattung wie PC oder Laptop, Mikro und Lautsprecher (eventuell Headset) und eine Webcam oder externe Kamera, die während der Veranstaltung aus Gründen gegenseitiger Höflichkeit dauerhaft eingeschaltet bleibt. Grundkenntnisse der Konferenzsoftware Zoom oder einer vergleichbaren Software sind ebenfalls notwendig. Die Veranstaltung ist für Smartphone oder Tablet nicht optimiert. Alle Teilnehmenden erhalten rechtzeitig vor Beginn der Veranstaltung die entsprechenden Zugangsinformationen zur Nutzung der Video-Konferenz-Software Zoom sowie den einheitlich für alle fünf Tage geltenden Zugangslink. An der Veranstaltung können auch Personen teilnehmen, die dies nicht mit einem Bildungsurlaub verbinden wollen oder können. Bei Fragen zum Inhalt oder auch zur Technik nehmen Sie bitte direkt mit unserem Dozenten Herrn Lehmann Kontakt auf: vhs_role@web.de

Mo., 01.12.2025, 09:00 - 16:00 Uhr
Roland Lehmann, 5 x 8 UStd., 275,00 EUR
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,

102 M/V Von Marathon und Mon-schau - Der Mythos eines langen Laufes

Der Referent behandelt Entstehung und Wirksamkeit eines geschichtlichen Mythos an einem Beispiel aus der griechischen Antike. Sowohl die Schlacht bei Marathon (490 v.Chr.) als auch der Lauf nach Athen zur Übermittlung des Sieges sind als geschichtliche Realität anzusehen, aber durch die mündliche Überlieferung, durch Vereinfachung und Idealisierung in grundlegend veränderter Gestalt im Gedächtnis haften geblieben

Im 19. Jahrhundert ist Griechenland wieder ins Blickfeld geraten einerseits durch den Freiheitskampf gegen die Osmanen und andererseits durch archäologische Ausgrabungen antiker Stätte, was zur Begeisterung für dieses Land, seine Bevölkerung und seine kulturelle Vergangenheit geführt hat. Es entstand die Idee der Wiederbelebung der Olympischen Spiele, bei denen – erstmals in der Geschichte - sogar ein Marathonlauf als olympischer Wettkampf stattgefunden hat.

Do., 06.11.2025, 18:00 - 19:30 Uhr
Wilfried Egerland, 1 x 2 UStd., 5,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

103 M/V Das Baltikum im Schatten Russlands

Der Referent konzentriert sich auf die Entwicklung seit dem 18. Jhrd., als das Baltikum erstmals Teil des russischen Zarenreiches wurde. Dessen Einfluss hielt sich trotz aller Russifizierungsversuche in Grenzen und konnte auch die nationale Gegenbewegung in der 2. Hälfte des 19. Jhrd. nicht aufhalten (Singende Revolution, Baltischer Weg). Es folgte im 20. Jhrd. ein Wechsel von Gewinn, Verlust und Wieder-erlangung der Eigenstaatlichkeit der baltischen Länder. Vor allem die etwa 50 Jahre währende Mitgliedschaft in der Sowjetunion haben das Leben stark beeinflusst und prägen es auch heute noch.

Do., 18.09.2025, 18:00 - 19:30 Uhr
Wilfried Egerland, 1 x 2 UStd., 5,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

104 R/V Die Türkei - Die große Reise in das Land der Vielfalt

Ein Land zwischen vier Meeren, Orient und Okzident werden verbunden durch die Galata-Brücke in Istanbul. Das Land hat sich entwickelt mit vielen Kulturen, Ethnien und religiösen Gruppierungen: eine Herausforderung - nicht nur für den Tourismus! Quo vadis Türkei?

Fr., 14.11.2025, 20:00 - 21:30 Uhr
Ahmet Tarak, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

105 S/V Sehenswürdigkeiten im Neckarraum

Mittelpunkt dieses Raumes ist die ehemalige Residenz- und heutige Hauptstadt Baden-Württembergs, Stuttgart. Zeugnis von der Vergangenheit legt vor allem der Schlossplatz mit der Jubiläumssäule ab, errichtet 1841 zum Thronjubiläum König Wilhelm I. Vor der Stadt auf dem Württemberg liegt die Grabkapelle, errichtet für die 1819 verstorbene Königin Katharina, und in anderer Richtung das 10 km entfernte Schloss Solitude, 1763 erbaut von Herzog Karl Eugen, das in Schillers Leben eine große Rolle spielen sollte. Schiller selbst wurde in Marbach 1759 geboren; hier kann man sein Geburtshaus besichtigen. Ein anderer Dichter verbrachte viele Jahre seines Lebens in Tübingen, dessen malerische Lage im Neckartal ein Publikumsmagnet ist. Schließlich ist das Residenzschloss Ludwigsburg (1704) auch "schwäbisches Versailles" genannt, die größte erhaltene Barockanlage Deutschlands; dazu kommen noch die beiden Schlösser, das Jagdschloss Favorite (1708) und das Seeschloss Monrepos (1760).

Do., 09.10.2025, 18:00 - 19:30 Uhr
Hans Helmut Wiskirchen, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Stadtbücherei Monschau, Laufenstr. 42

106 R/V Hitlers Inspektionsfahrten entlang des Westwalls, 1938 und 1939 (Täuschung - Teilhabe - Verstrickung)

Im August 1938 und Mai 1939 unternahm Hitler mit führenden Wehrmachtsoffizieren und hohen Parteimännern Inspektionsfahrten entlang des Westwalls, die aus dem Aachener Raum bis an die Schweizer Grenze führten. Sie wurden mit einem riesigen Aufgebot von Fahrzeugen und einem Sonderzug durchgeführt, so dass sie große Aufmerksamkeit in den beteiligten Eifel-Orten auslösten. Ziel der Darstellung sind nicht die Westwallanlagen, sondern die beabsichtigten und ausgelösten Mobilisierungseffekte, wie Schaulust, Jubel, Glaube, Respekt oder Angst. Diese Effekte wurden nicht nur beim deutschen Volk, sondern auch bei den westlichen Alliierten bewirkt, so dass sie kraftlos die Einverleibung Österreichs, die Eroberung der Tschechoslowakei und den Überfall

auf Polen zuließen, womit dem Krieg NS-Deutschlands gegen Osteuropa die Bahn eröffnet wurde.

Di., 30.09.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
Rainer Hülshäger, 1 x 2 UStd., 5,00 EUR
Rott, Saal Hütten, Quirinustrasse 15

107 R/V Verfolgung und Tod - Identitätsbewahrung oder Anpassung? Die Juden im christlichen Europa.

Fortsetzung des Vortrags „Von Abraham bis Hadrian - Das Volk Israel in der Antike“ vom 1. Semester 2025, der den Zeitraum bis zur Vertreibung des Volkes Israel um 70 n. C. thematisierte. Dem Schicksal der Juden im Römischen Reich und in Europa bis zum Zeitalter der Aufklärung im 18./19. Jahrhundert wendet sich diese Fortsetzung zu. Die Christen Europas brachten ihnen insbesondere Vertreibung, Verfolgung und Tod, während die Juden diesen Schicksalsschlägen einerseits mit einer bewussten Identitätsbewahrung oder andererseits einer Anpassung bzw. Assimilierung an das Gastvolk zu begegnen versuchten.

Di., 18.11.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
Rainer Hülshäger, 1 x 2 UStd., 5,00 EUR
Rott, Saal Hütten, Quirinustrasse 15

108 R/V Vom Ödland zum Waldland. Nordeifel – Aufforstung der Wälder im 19. und 20. Jahrhundert

Nach einem geschichtlichen Rückblick auf die jahrhundertelange Ausnutzung unserer Wälder durch landwirtschaftliche und industrielle Nutzungen widmet sich der Vortrag den Aufforstungsbemühungen der preußischen Forstverwaltung. Sie waren geprägt durch eine strukturierte Forstaufsicht, Über-eignung der Feuerbrandswaldungen an die Gemeinden, Zurückdrängung der landwirtschaftlichen Nutzungen, Drainagesysteme und Experimente betr. sowohl der Baumarten als auch der der Pflanzmethoden. Schließlich wenden wir uns auch der Waldflächenentwicklung und den für den Wald relevanten Wildtierarten zu.

Di., 02.12.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
Rainer Hülshäger, 1 x 2 UStd., 5,00 EUR
Rott, Saal Hütten, Quirinustrasse 15

Die **VHS** sucht immer wieder qualifizierte neue Kursleiterinnen und Kursleiter. Sollten Sie an einer Tätigkeit diesbezüglich interessiert sein, wenden Sie sich bitte an:

VHS Südkreis Aachen
HIMO, Am Handwerkerzentrum 1, 52156 Monschau
Tel.-Nr.: 02472-5656, Telefax: 02472-803143
E-Mail: vhs@vhs-suedkreis-aachen.de

109 S Gebäude energetisch sanieren

In diesem Vortrag stellt Joschka Pelzer, Energieberater der Verbraucherzentrale NRW, vor worauf bei der energetischen Sanierung des Daches, der Fenster oder der Fassade geachtet werden muss. Es werden auch Fördermöglichkeiten thematisiert. Fragen können selbstverständlich auch gestellt werden.

Do., 06.11.2025, 18:00 - 19:30 Uhr
Joschka Pelzer, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Simmerath, Sekundarschule Nordeifel-4, Walter-Bachmann-Str. 40

110 S Sonnenstrom nutzen: Photovoltaik

In diesem Vortrag stellt Joschka Pelzer, Energieberater der Verbraucherzentrale NRW, vor worauf bei Photovoltaikanlagen geachtet werden muss. Die Neuerungen aus dem Jahr 2025 werden thematisiert und auch welche Möglichkeiten es in Mehrfamilienhäusern gibt.

Do., 11.12.2025, 18:00 - 19:30 Uhr
Joschka Pelzer, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Simmerath, Sekundarschule Nordeifel-4, Walter-Bachmann-Str. 40

111 S Wie plane ich meine Wärmepumpe

In diesem Vortrag stellt Joschka Pelzer, Energieberater der Verbraucherzentrale NRW, vor worauf bei der Planung einer Wärmepumpe geachtet werden sollte. Der Vortrag orientiert sich an einem Beispielgebäude.

Do., 20.11.2025, 18:00 - 19:30 Uhr
Joschka Pelzer, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Simmerath, Sekundarschule Nordeifel-4, Walter-Bachmann-Str. 40

112 O Nachhaltige Dämmstoffe - ressourcenschonend Sanieren

In Zusammenarbeit mit altbau plus: Die Anwendungsmöglichkeiten und Produkteigenschaften von Dämmstoffen sind vielfältig. Neben konstruktiven Qualitäten sind auch Nachhaltigkeit, Naturdämmstoffe und Recyclingfähigkeit wichtige Themen. Welches Material kommt für Ihre Maßnahme in Frage?

Di., 02.12.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
Justus Osterloh, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung, Online

113 R Smartphone für Senior:innen - Termine und Aufgaben im Kalender verwalten

Wer kann sich noch alle Termine merken – Geburtstage, Arzttermine, TÜV und VHS-Seminare – da ist schnell mal etwas vergessen. Eine Möglichkeit ist konsequent alle Termine über den Kalender auf dem Smartphone zu verwalten. So erhält man rechtzeitig eine oder mehrere Erinnerungen. Auch Aufgaben lassen sich im Kalender beschreiben und

speichern. Und die Suche im Kalender beantwortet die Frage „Wann waren wir zuletzt bei Tante Elfriede?“ Im Seminar wird die Kalenderverwaltung praktisch geübt – also Smartphone mitbringen.

Sa., 29.11.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
Martin Lange, 1 x 2 UStd., 5,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

114 M ePA - kennen Sie Ihre elektronische Patientenakte?

Seit Anfang 2025 wird die elektronische Patientenakte stufenweise für alle gesetzlich Krankenversicherten eingeführt. Auch für Sie – wenn Sie nicht widersprochen haben. Und es tauchen viele Fragen auf: Welche Informationen werden in der ePA gespeichert? Wer hat alles Zugriff auf die Daten? Wie sicher sind meine Gesundheitsdaten? Wie kann ich selber meine Daten einsehen und verwalten? Das Seminar soll diese Fragen beantworten und in der Praxis die Handhabung der ePA zeigen.

Mi., 19.11.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Martin Lange, 1 x 2 UStd., 5,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

115 R/V Künstliche Intelligenz Beispiel: Chat GPT – wie sinnvoll für die private Nutzung?

Welche Informationen werden in der ePA gespeichert?

Mi., 12.11.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Martin Lange, 1 x 2 UStd., 5,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 3, Faulenbruchstr. 1

116 R ePA - kennen Sie Ihre elektronische Patientenakte?

Seit Anfang 2025 wird die elektronische Patientenakte stufenweise für alle gesetzlich Krankenversicherten eingeführt. Auch für Sie – wenn Sie nicht widersprochen haben. Und es tauchen viele Fragen auf: Welche Informationen werden in der ePA gespeichert?

Di., 25.11.2025, 10:00 - 11:30 Uhr
Martin Lange, 1 x 2 UStd., 5,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

117 M Künstliche Intelligenz kompakt: Von den Basics bis zur smarten Nutzung

Künstliche Intelligenz (KI) ist längst Teil unseres Alltags - ob in Suchmaschinen, Navigationssystemen, Sprachassistenten oder kreativen Tools wie ChatGPT. Doch was steckt dahinter - und wie können wir KI sinnvoll und sicher für uns nutzen? In verschiedenen, teilweise aufeinander aufbauenden, Einheiten wird das komplexe Themenfeld umfassend analysiert und interaktiv diskutiert. Behandelt werden unter anderem Grundlagen, ethische und gesellschaftliche Fragestellungen

und es wird am eigenen „Prompting“ für generative KIs gearbeitet. KI-Vorkenntnisse sind nicht zwingend notwendig, aber wünschenswert.

Do., 30.10.2025, 18:30 - 20:00 Uhr
Daniela Mahnke, 3 x 2 UStd., 15,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

118 R/V Zauber der Sonnenfinsternisse

Sonnenfinsternisse gehören zu den beeindruckendsten Naturschauspielen überhaupt. Der Astronomiejournalist und Musiker Paul Hombach hat bisher fünfzehn totale und ringförmige Sonnenfinsternisse auf vier Kontinenten beobachtet. In diesem Vortrag zeigt er die Highlights aus seinen vier Jahrzehnten Sonnenfinsternisexpeditionen und gibt Beobachtungstipps für die bald in Europa sichtbaren nächsten „schwarzen Sonnen“.

Do., 18.09.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
Paul Hombach, 1 x 2 UStd., 5,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

119 M/V Wirbelstürme und Klimawandel - (weit weg - oder doch sehr nah)

Tropische Wirbelstürme (Hurricanes, Taifune ...) sind nicht nur die stärksten, sondern auch die gefährlichsten Tiefdruckwirbel auf der Erde. Niederschläge, Windgeschwindigkeiten und Gewitteraktivität erreichen fast unvorstellbare Werte. Die Zerstörungen sind immens. In diesem Vortrag erfahren Sie alles über Entstehungsgebiete, Bildung und Zugwege dieser Stürme. Es wird gezeigt, ob und in welcher Form sie Europa erreichen und welche Auswirkung die globale Erwärmung auf diese Wettererscheinungen hat. Der Vortrag schließt mit Hinweisen und Tipps für Reisen in potentielle Wirbelsturmgebiete und welche Massnahmen bei den durch den Klimawandel verursachten schweren Unwettern auch bei uns sinnvoll sind.

Di., 30.09.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
Jürgen Burster, 1 x 2 UStd., 5,00 EUR
Monschau, Stadtbücherei

120 M Venngucker - Natur am Abend - Direkt von der Arbeit in die Natur

In Kooperation mit Haus Ternell (B). Das Venn ist immer spannend. Deshalb flanieren wir heute über die Vennstege und -wege. Altweiberstimmung im Brackvenn. Wilde Pfade, führen über Wurzeln, Nadeln, und Moos. Sonnt sich noch eine Mooreidechse auf dem noch warmen Steg? Schwirren die letzten Libellen, diese eleganten Flieger? Oder werden wir beim Schlendern übern Steg von den Fäden der alten Weiber eingesponnen? Also Schuhe und Jacke an und raus. Die Natur hören, sehen und fühlen und ihre Energien aufsaugen! Wetterangepasste

Kleidung und festes Schuhwerk notwendig. Der Weg führt über Stege und Wege. 4-6 km. Anmeldung bis 10.09. 12h, Preis: 15,- Erw., 7,- Kind. Anmeldung unter 0032 87 55 23 13.

Do., 11.09.2025, 16:00 - 19:30 Uhr
I. Köhler, 1 x 5 UStd., gebührenfrei
Parkplatz Nahtsief (N67) Ternell Richtung Mützenich auf der linken Seite

121 M Von Krötenstühlen und Hexenringen

In Kooperation mit Haus Ternell (B). Entdecken Sie die faszinierende Welt der Pilze. Erfahren Sie, warum Pilze für die Ökologie des Waldes so bedeutsam sind, lernen Sie, die wichtigsten Speisepilze zu erkennen und sie von ihren giftigen Verwandten zu unterscheiden und erhalten Sie Hinweise zum richtigen Sammeln, um später auch auf eigene Faust leckere Waldpilze sammeln zu können. (Wanderung: 4km). Anmeldung bis 12.9. 12h, Preis: 15,- Erw., 7,- Kind. Anmeldung unter 0032 87 55 23 13.

Sa., 13.09.2025, 13:00 - 16:00 Uhr
H. Fuchs, 1 x 4 UStd., gebührenfrei
Eupen (B), Naturzentrum Haus Ternell, Monschauer Straße Ternell 2

122 M Eltern Kind Schnitzworkshop

In Kooperation mit Haus Ternell (B). Schnitzen fasziniert und begeistert nicht nur Kinder, sondern auch Erwachsene erleben sich dabei kreativ und entdecken ihr handwerkliches Geschick. Draußen sein und Schnitzen vermittelt den Kindern mehr Naturnähe und fördert wichtige Fähigkeiten, wie Feinmotorik, Ausdauer und Konzentration, Kreativität und Selbstbewusstsein. Zudem werden dabei all ihre Sinne angesprochen. Bei diesem Workshop lernt man, wie man sicher mit dem Schnitzmesser umgeht und wie damit schöne Dinge aus verschiedenen Hölzern hergestellt werden. Sei es ein verzierter Wanderstock, dekorative Gegenstände oder Nützliches wie ein Löffel, Buttermesser oder ein Partyspieß. Außerdem wird gezeigt, welches Werkzeug und welches Holz sich gut für Schnitzarbeiten verwenden lässt. Ein Elternteil begleitet sein (e) Kind/Kinder beim Schnitzen und wird dabei fachmännisch unterstützt. Somit können sich Eltern und Kinder gemeinsam kreativ und handwerklich aktiv erleben. Zum Abschluss kann sich jeder im Feuermachen mit Feuerstein und Feueisen üben. Unsere Schnitzkunstwerke bewundern wir dann zusammen am Lagerfeuer. (Für Kinder von 7-14 J.). Dem Wetter angepasste Kleidung und eine Sitzunterlage mitbringen. Bei Regen findet die Veranstaltung in der Werner-Thoma-Hütte statt. Anmeldung bis 12.9. 12h, Preis: 48,- 1 Kind + Erw. Begleitung, 22,- 2. o. 3. Kind der Familie. Anmeldung unter 0032 87 55 23 13.

Sa., 13.09.2025, 10:30 - 15:00 Uhr
Steinert, U, 1 x 6 UStd., gebührenfrei

Eupen (B), Naturzentrum Haus Ternell, Monschauer Straße Ternell 2

123 M Pilzwanderung

In Kooperation mit Haus Ternell (B). Entdecken Sie die faszinierende Welt der Pilze. Erfahren Sie, warum Pilze für die Ökologie des Waldes so bedeutsam sind, lernen Sie, die wichtigsten Speisepilze zu erkennen und sie von ihren giftigen Verwandten zu unterscheiden und erhalten Sie Hinweise zum richtigen Sammeln, um später auch auf eigene Faust leckere Waldpilze sammeln zu können. Festes Schuhwerk erforderlich. Es handelt sich nicht um eine Speisepilzsammelaktion! (Wanderung: 4km) Anmeldung bis 20.09. 12h, Preis: 15,- Erw., 7,- Kind. Anmeldung unter 0032 87 55 23 13.

So., 21.09.2025, 10:30 - 13:30 Uhr
U. Koch, 1 x 4 UStd., gebührenfrei
Eupen (B), Naturzentrum Haus Ternell, Monschauer Straße Ternell 2

124 S Vennwanderung

In Kooperation mit Haus Ternell (B). Was ist eigentlich ein Moor – und was hat ein Moor mit dem Klima zu tun? Warum ist ein Moor einzigartig? Sollte man Moore schützen? All diese spannenden Fragen klären wir auf dieser Runde durch das Venn. Aber auch das Auge kommt nicht zu kurz: wir laufen auf Holzstegen aber auch auf schmalen wurzeligen Pfaden durch eine faszinierende Landschaft mit offenen Wasserflächen, schmalen Bachläufen und Bruchwäldern. Wir entdecken typische "Bewohner" wie Torfmoose, Blau- und Rauschbeere und den seltenen Sonnentau. Wanderschuhe und wetterangepasste Kleidung sind notwendig. Bitte Rucksackverpflegung mitbringen. Keine Hunde (Wanderung: 7-8 km) Anmeldung bis 02.10. 12h, Preis: 15,- Erw., 7,- Kind. Anmeldung unter 0032 87 55 23 13.

Fr., 03.10.2025, 09:00 - 13:00 Uhr
Janetzko, P., 1 x 5 UStd., gebührenfrei
Parkplatz Grenzweg.

125 M Die Halde Hofstadt öffnet ihre Tore

In Kooperation mit der Biologischen Station Städteregion Aachen, Anmeldung unter 02402 12617-0 oder info@bs-aachen.de. Exkursion: Im Rahmen einer gemeinsamen Exkursion mit dem NABU besuchen wir die ehemalige Kiesgrube in Hofstadt (Herzogenrath). Die in Privatbesitz befindliche ehemalige Abgrabung ist ansonsten für die Öffentlichkeit nicht zugänglich. Auf einem Rundgang erfahren Sie wie die Grube entstanden ist, wie sie rekultiviert wurde und welche Bedeutung das Gebiet für den Arten- und Biotopschutz hat. Insbesondere werden die Maßnahmen für die Kreuzkröte vorgestellt.

So., 21.09.2025, 10:00 - 12:00 Uhr
Udo Thorwesten, 1 x 2,33333333 UStd., gebührenfrei
Herzogenrath-Hofstadt, Rimburger Str.

126 R LIFE-Amphibienverbund: Treffen mit den Amphibien-Ranger/innen

In Kooperation mit der Biologischen Station Städteregion Aachen, Anmeldung unter 02402 12617-0 oder info@bs-aachen.de. Halbjährlich treffen sich die Amphibien-Ranger/innen der Städteregion Aachen, um sich auszutauschen und aktuelle Fragen zur Situation der Zielarten Gelbbauchunke, Geburtshelferkröte und Kreuzkröte in der Region zu diskutieren. Weitere Infos: www.life-amphibienverbund.de

Mi., 12.11.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
Bettina Krebs, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
BS, Zweifaller Str. 162, 52224 Stolberg

127 R Körpersprache

Ihre Körpersprache bestimmt zum Großteil Ihre Aussagekraft. Dazu gehören der unmittelbare Körperausdruck, die Tonlage und der Klang der Stimme. Nur zu 7 Prozent bestimmt der Wortinhalt die Wirkung der Kommunikation. Authentisch wirkt derjenige, dessen Kommunikationskanäle ein einheitliches Bild ergeben. Folgende Themen sind Seminarinhalte: Wie funktioniert Körpersprache? Wie und wodurch spricht der Körper? Wie kann ich diese Ursprache beeinflussen? Wie ist die eigene Ausstrahlung? Was sind meine Stärken im Auftreten und wo liegt Entwicklungspotential? Wir lernen in Theorie und Praxis Körpersprache zu lesen und anzuwenden. Rollenspiele und szenisches Arbeiten dienen der Vertiefung. Nur Samstag.

Sa., 27.09.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Jeanne Kohnemann, 1 x 8 UStd., 20,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

128 R Ein starker Auftritt: Die eigene Ausstrahlung verbessern

Wenn wir in unser Umfeld „strahlen“, sind unsere Kommunikationskanäle auf Kurs. Mit Methoden des Schauspiels verflechten wir unsere 3 Kommunikationskanäle zu einer Einheit: unsere Körpersprache, unsere Stimme und unsere Worte. Das Denken und Fühlen wird synchronisiert: Authentizität entsteht und unsere Standpunkte werden klar, wir setzen Grenzen und leben unsere ureigene Identität. Diese Stärke wirkt in unser Umfeld. Ein starker Auftritt, eine starke Ausstrahlung entsteht. Wir arbeiten in einer vertrauensvollen, respektvollen, wohlwollenden Atmosphäre, so dass dich jeder oder jede frei entfalten kann. Theorie- und Praxiseinheiten wechseln sich ab.

Sa., 15.11.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Jeanne Kohnemann, 1 x 8 UStd., 20,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

129 R/V Wohnraumanpassung - Das Wohnen leichter machen

In Kooperation mit der Städteregion Aachen. Der Wunsch der meisten Menschen ist es, auch im Alter oder mit einer Behinderung im vertrauten Umfeld zu leben. Doch Wohnungen sind selten so ausgestattet, dass sie den individuellen Lebens- und Wohnbedürfnissen im Alter oder bei Behinderung gerecht werden. Von den Betroffenen werden ungünstige Voraussetzungen oder Unfallrisiken in der eigenen Wohnung oft als unabänderlich in Kauf genommen.

Dabei ist es häufig möglich die Probleme zu beseitigen: Alltagshilfen, Hilfsmittel und bauliche Maßnahmen können dazu beitragen, dass das Leben im vertrauten Umfeld erleichtert wird – sowohl für die Betroffenen als auch für pflegende Personen. Im Rahmen eines Vortrages der Beratungsstelle für Wohnraumanpassung der Städteregion Aachen informieren wir interessierte Betroffene und ihre Angehörigen bzw. pflegende Personen über mögliche Anpassungs- bzw. Umbaumaßnahmen und deren Finanzierung.

Mi., 12.11.2025, 17:00 - 19:15 Uhr
Dirk Blum, 1 x 3 UStd., gebührenfrei
Roetgen, Vennhof-Raum 3, Faulenbruchstr. 1

130 M Workshop: Wer bin ich... und was nützt es mir? Ich-Zustände / Transaktionsanalyse

Die Ich-Zustände nach E. Berne sind ein zentraler Bestandteil der Transaktionsanalyse, einer psychologischen Theorie, die das menschliche Verhalten und die Kommunikation untersucht. Die Transaktionsanalyse verwendet statt eines wissenschaftlichen Fachjargons Wörter, die einfach und direkt sind, so dass sie leicht verstanden und benutzt werden kann. Dabei ist die Arbeit mit Ich-Zuständen wegweisend, um das eigene Verhalten, die eigenen Konflikte und Emotionen besser zu verstehen und zu regulieren: Das Leben zu vereinfachen.

Vom Nutzen der Dunkelheit

Erleben Sie, warum nächtliche Dunkelheit für uns und die Natur von Bedeutung ist. Die vhs Südkreis Aachen bietet eine Bildungszeit vom 15.09. bis 19.09.2025 im Naturschutz- Bildungshaus Eifel- Ardennen – Region in Schleiden-Vogelsang an.

Der BU findet ab 10 TN statt/ Kurz vor Beginn des BU erhalten Sie den genauen Ablaufplan

In der Woche vom 15. bis 19. September 2025 erwartet Sie im Nationalpark Eifel ein unvergessliches Programm, das Ihnen außergewöhnliche Einblicke in die Natur und die Geheimnisse der Nacht bietet. Betreten Sie mit unseren Sternenguides, Naturführerinnen und Expertinnen eine Welt, die Ihnen die verschiedenen Facetten der Nacht aufzeigt – vom faszinierenden Himmelszelt bis zur Beobachtung dämmerungs- und nachtaktiver Tiere.

Höhepunkte der Woche:

- **Sternenführung und Himmelsbeobachtung:** Erleben Sie den nächtlichen Himmel in seiner

Im Workshop lernst du ganz praxisnahe über die Anwendung der Ich-Zustände oder spezifische Techniken, wie du ein besseres Verständnis für deine eigenen Verhaltensmuster entwickeln kannst. Du erwirbst also theoretisches Wissen, aber vor allem entwickelst du ganz praktische Fähigkeiten, um deine Alltagsbeziehungen, ob private oder berufliche, über die „Ich-Zustände“ besser zu managen.. Mo., 19.05. und Di., 20.05.2025

Mo., 24.11.2025, 17:00 - 20:00 Uhr
Carine-Emmanuelle Dortmann, 2 x 4 UStd., 20,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

131 M Workshop: Transaktionsanalyse und Drama Dreieck

Toxische Gespräche, toxische Beziehungen mit Kollegen, Kunden, Familie: Anzeichen und Warnsignale erkennen, Wege, um toxische Gespräche und Interaktionen in Beruf und Alltag zu gestalten. Im Workshop „Das Drama-Dreieck“ wollen wir uns angucken, was es für dich bedeutet, was es für dich für Folgen hat, in einem toxischen Austausch zu sein, in einer toxischen Beziehung (im Sinne vom Drama-Dreieck) zu arbeiten, zu leben, und wie du daraus deinen Weg finden kannst. Der Workshop bietet eine Umgebung, in der die Teilnehmenden ein tiefes Verständnis dafür entwickeln, wie ganz traditionelle „Psychologische Spiele“ (Manipulative Spiele) in Alltag und Beruf funktionieren, wieso diese Spiele sich auch immer wiederholen, wenn man in dem „Drama-Dreieck“ und den festgefahrenen Rollen „Opfer, Täter, Retter“ stecken bleibt. Die Teilnehmenden erhalten einen praxisnahen Handlungsleitfaden, sie Schritt für Schritt Toxische Beziehungen gekonnt ganz neu gestalten und sie sich aus diesem klassischen „Drama- Dreieck“ ganz befreien können: Wie sie in Zukunft gelassener leben und arbeiten können. Die Referentin ist zertifizierte

ganzen Pracht. Unsere Sternenführer*innen erklären Ihnen die Sterne und Planeten, die bei klarem Himmel über dem Nationalpark Eifel zu sehen sind.

- **Prähistorische Astronomie:** Bei einem Vortrag erfahren Sie, was unsere Vorfahren vor 4.000 Jahren schon über den Himmel wussten
- **Lichtverschmutzung und ihre Auswirkungen:** Erleben Sie eine kritische Auseinandersetzung mit den Folgen der Lichtverschmutzung und deren Einfluss auf Flora und Fauna.
- **Nachtfalter und ihre Lebensräume:** Begleiten Sie unsere Experten bei einer nächtlichen Exkursion: Entdecken Sie die faszinierende Welt der Nachtfalter und warum diese Insekten Dunkelheit benötigen. Erfahren Sie mehr über die Bedeutung dieser Insekten und ihren Schutz.
- **Spurensuche und Fährtenlesen:** Gehen Sie mit einem professionellen Fährtenleser auf Spurensuche und lernen Sie, wie man die Zeichen der Wildtiere liest und ihrer Fährte folgt.
- **Rotwildbeobachtung:** Bei einem morgendlichen Ausflug in den Nationalpark Eifel haben Sie die Chance, Hirsche in freier Wildbahn bei

DiSG-Trainerin und diplomierte TZI-Trainerin. Mo., 24.11. und Di., 25.11.2025

Mo., 08.12.2025, 17:00 - 20:00 Uhr
Carine-Emmanuelle Dortmann, 2 x 4 UStd., 20,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

132 M Zeitmanagement

Lernen Sie die Grundlagen des erfolgreichen Zeitmanagements kennen und steigern Sie Ihre Produktivität! In diesem Kurs zeigen wir Ihnen, wie Sie klare Ziele formulieren und mit effektiven Planungsmethoden Ihre Zeit optimal nutzen. Durch einen Persönlichkeitscheck erfahren Sie, welcher Zeitmanagement-Typ Sie sind und wie Sie Ihre individuellen Stärken gezielt einsetzen können. Wir stellen Ihnen bewährte Methoden wie die Kieselmethode, Eisenhower-Technik, das Salami-Prinzip, die Pomodoro-Technik, das Pareto-Prinzip, die Alpen-Methode und die Sieben Hüte vor. Außerdem lernen Sie, diplomatisch „Nein“ zu sagen, Aufgaben gekonnt zu delegieren und Hindernisse erfolgreich zu überwinden, um Ihre Pläne in die Tat umzusetzen. Übungen runden den Inhalt ab. 2 Termine: Do. 04.09. und Fr. 05.09.2025

Do., 04.09.2025, 09:00 - 13:30 Uhr
Marion Uerz-Gotfried, 2 x 6 UStd., 30,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

133 M Buchmarkt 2025 - Lesetipps

Der Buchkultur- und Literaturvermittler Peter Stephan Cremer stellt ausgewählte Neuerscheinungen des deutschsprachigen Buchmarkts vor - eine literarische Entdeckungsreise durch die Welt der aktuellen Bücher.

Do., 25.09.2025, 18:00 - 20:15 Uhr
Peter Stephan Cremer, 1 x 3 UStd., 7,50 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

der Brunft zu beobachten und mehr über ihre Biologie und Lebensweise zu erfahren.

- **Biber- und Fledermausbeobachtungen:** In den Dämmerstunden bieten sich Ihnen Gelegenheiten, Bibern und Fledermäusen in ihrem natürlichen Lebensraum zu begegnen.
- **Führung über das Gelände der ehemaligen „NS-Ordensburg“ Vogelsang:** Das Haus, in dem Sie wohnen werden, ist Teil davon. Diese interessante Führung bringt Ihnen unter historisch-politischer Perspektive die Geschichte der ehemaligen NS-Kaderschmiede bis zu seiner heutigen Funktion als touristische Destination nahe.

Nutzen Sie diese besondere Woche, um den Nationalpark Eifel aus einer neuen Perspektive zu erleben – mit Nachwirkungen, die Ihnen noch lange in Erinnerung bleiben werden. Entdecken Sie die Vielfalt und Magie der Natur, die sich in der Dunkelheit entfaltet, und lassen Sie sich von unseren Fachleuten zu Themen wie Artenschutz, Geschichte und der Faszination des nächtlichen Lebens inspirieren.

**200 M Computer - Grundlagen für Senior:innen**

Der Kurs richtet sich an Anfänger mit geringen oder keinen Vorkenntnissen. Neben den Grundkenntnissen in der Bedienung eines Computers oder Notebooks wird das Betriebssystem Microsoft Windows 11 erklärt. Neben der Oberfläche von Windows wird auch der Umgang mit Datenspeichern, Ordnern und Dateien gezeigt und geübt. Gerne können Sie ihr eigenes Notebook mit Windows 11 zum Kurs mitbringen. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Di.-Do., 23.09.-25.09..

Di., 23.09.2025, 09:30 - 13:15 Uhr
Jürgen Hilbich, 3 x 5 UStd., 47,50 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

201 M Internet & E-Mails - Grundlagen für Senior:innen

In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie sich sicher in im Internet bewegen und die Möglichkeiten des Internets richtig nutzen können. Themen sind u.a. der richtige Umgang mit Browsern, Sicherheit im Internet, Onlinebanking, Kaufen und Verkaufen im Internet, Virenschutz und andere Hilfsprogramme. Außerdem wird der richtige Umgang mit E-Mails erklärt und gezeigt, worauf Sie beim Umgang mit E-Mails achten müssen. Gerne können sie ihr eigenes Notebook mit Windows 11 um Kurs mitbringen. Umlage für Materialkosten 15,00 Euro. Di.-Do. 07.10.-09.10..

Di., 07.10.2025, 09:30 - 13:15 Uhr
Jürgen Hilbich, 3 x 5 UStd., 47,50 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

202 M Computer - Aufbauwissen für Senior:innen

In diesem Kurs erhalten Sie, aufbauend auf das Grundlagenwissen aus dem Anfängerkurs, weitere Informationen, wie Sie Ihren Computer richtig einsetzen können. Angefangen beim Umgang mit der Textverarbeitung, dem Archivieren von Daten, der Umgang mit Speichermedien wie externen Festplatten und USB-Sticks. Außerdem werden weitere kostenlose Programme vorgestellt, die den Alltag erleichtern können. Lernen Sie die Möglichkeiten ihres Computers kennen und richtig einzusetzen. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Di.-Do., 28.10.-30.10.

Di., 28.10.2025, 09:30 - 13:15 Uhr
Jürgen Hilbich, 3 x 5 UStd., 47,50 EUR

Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

203 M Smartphone/Tablets - Grundlagen für Senior:innen

Das Smartphone/Tablet gehört heute zum Alltag und fast jeder besitzt eins bzw. möchte sich eins anschaffen. Um allerdings ein Smartphone/Tablet sicher und effizient einsetzen zu können, sind einige Grundlagen notwendig, die oft fehlen. Dieser Kurs richtet sich an Anfänger, die den richtigen Umgang mit dem Smartphone/Tablet erlernen möchten. Bitte bringen Sie zum Kurs Ihr Smartphone, Ladekabel und alle PINs/Passwörter mit. Achten Sie bitte darauf, dass der Akku aufgeladen ist. Es werden nur Smartphones und Tablets mit Android behandelt. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Di.-Do.: 04.11.-06.11..

Di., 04.11.2025, 09:30 - 13:15 Uhr
Jürgen Hilbich, 3 x 5 UStd., 47,50 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

204 M PC-Cafe für Senior:innen

Das PC Cafe richtet sich an Teilnehmer mit Grundkenntnissen, wie sie in unseren Grundkursen vermittelt werden. Im PC Cafe werden Grundkenntnisse aufgefrischt, Fragen beantwortet und neue Programme/Apps vorgestellt. Sie können Ihr eigenes Notebook mit Windows 11 mitbringen. Bitte denken Sie daran Ihre Passwörter/Kennwörter sowie beim Smartphone ihre PIN mitzubringen. Im Kurs können nur Notebooks mit Windows 11 bzw. Smartphones/Tablets mit Android behandelt werden. Das PC-Cafe findet 14tägig statt. Termine: 12.09.; 26.09.; 10.10.; 24.10.; 07.11.; 21.11.. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 8,00 €.

Fr., 12.09.2025, 09:30 - 13:15 Uhr
Jürgen Hilbich, 6 x 5 UStd., 85,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

205 M Excel für Anfänger und Genervte

Die Tabellenkalkulation von Microsoft Excel wird in immer mehr Bereichen des täglichen Lebens eingesetzt aber nur selten wirklich richtig gelernt. Da werden einem ein paar Grundlagen zu Hause beigebracht, anderes schaut man sich auf der Arbeit ab und dann versucht man sich da dann durchzukämpfen. Nicht selten sieht das Ergebnis dann so aus, dass man es genervt aufgibt oder das Programm nur dann einsetzt, wenn es gar nicht anders geht. Hier setzt dieser Kurs an, in dem Sie die wirklich wichtigen Grundlagen erlernen und dann darauf aufbauend weitere Kenntnisse aneignen können. Ein Haus lässt sich nur auf einem Standfesten Fundament errichten und das ist beim Umgang mit Programm wie Excel genauso. Sie werden schnell sehen, mit dem richtigen Wissen kann man jedes Problem lösen und Excel wird zu

einem Werkzeug, was ihnen Zeit, Arbeit und Nerven sparen kann. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Sa. und So. 11.10.-12.10..

Sa., 11.10.2025, 09:00 - 14:15 Uhr
Jürgen Hilbich, 2 x 7 UStd., 45,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

206 M 10-Finger-Tastenschreiben am PC - Crashkurs

Auch für Schülerinnen und Schüler geeignet. In diesem Kurs werden die Grundlagen des 10-Finger-Tastenschreibens am PC vermittelt. Erlernen Sie das 10-Fingersystem an nur einem Wochenende, nach einer neuen und erfolgreichen Methode. Lange Schreibmaschinenkurse gehören der Vergangenheit an. Nicht nur im Beruf, auch in der Schule und im privaten Bereich bringt das Erlernen der 10-Finger-Technik einen Zeitvorteil. Bitte bringen Sie einen leeren USB-Stick mit. Voraussetzungen: Grundlagen im Umgang mit dem Computer und Windows. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Wochenendkurs: Sa. und So. 08.11.-09.11..

Sa., 08.11.2025, 09:00 - 14:15 Uhr
Jürgen Hilbich, 2 x 7 UStd., 45,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

207 M Machen Sie die Daten sicher

Der Schutz der persönlichen Daten wird immer wichtiger, aber leider sind die meisten Anwender damit komplett überfordert und schon die einfachsten Maßnahmen wie ein eigenes eingeschränktes Benutzerkonto wird nicht angelegt. Auf vielen Computern schützt nichts vor dem Diebstahl der Daten. Dieser Kurs spricht die wichtigsten Themen an und zeigt, wie sie sich schützen können. Angefangen bei einem sicheren Benutzerkonto über den Virenschutz, der richtige Umgang mit E-Mails, das Blockieren von Spam und das Erkennen und Löschen betrügerischer E-Mails bis hin zum Sicheren Einkauf im Internet. Warten Sie nicht noch länger und besuchen sie diesen Kurs. Voraussetzungen: Grundlagen im Umgang mit dem PC und Windows. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Sa. und So. 11.10.-11.11..

Sa., 22.11.2025, 09:00 - 14:15 Uhr
Jürgen Hilbich, 2 x 7 UStd., 45,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

208 M Microsoft Windows 11 - Grundlagen

Windows 10 wird ab Oktober 2025 nicht mehr von Microsoft unterstützt. Spätestens dann muss auf Windows 11 umgestiegen werden. Wer weiter mit Windows 10 arbeitet, öffnet Hackingern und Betrügers Tür zu

Tor auf seinen Computer und damit auch auf seine Daten. Es wird also höchste Zeit, sich fit zu machen. Nur wer Windows richtig einrichtet und damit umgehen kann, kann sich sicher fühlen. Themen sind u.a. die Benutzeroberfläche von Windows 11, Einstellungen, Datenschutz und Sicherungsfunktionen richtig nutzen. Bringen Sie neben Ihrem Notebook, das Netzteil und Ihre Passwörter und PINs mit. Wer kein Notebook mit Windows 11 besitzt, kann trotzdem teilnehmen, da Windows 11 PCs für den Kurs zur Verfügung stehen. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Sa. und So. 27.09.-28.09..

Sa., 27.09.2025, 09:00 - 14:15 Uhr
Jürgen Hilbich, 2 x 7 UStd., 45,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

209 M Das eigene Notebook mit Windows 11 richtig einrichten und optimieren

Oft werden Notebooks mit unnötigen Programmen und wenig optimal eingerichtet (Testversionen, Abo-Fallen, Werbung usw.). In diesem Kurs/Workshop sollen Probleme behoben, unnötige Programme entfernt und die persönliche Sicherheit gewährleistet werden. Ältere Notebooks werden im Kurs ebenfalls optimiert. Bringen Sie unbedingt alle Passwörter zum Kurs mit. Wenn Sie zu einem anderen Kurs Ihr eigenes Notebook einsetzen möchten, ist dieser Kurs Voraussetzung dafür. Vorkenntnisse: Grundlagen im Umgang mit dem Computer und Windows. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 10,00 €.

Sa., 20.09.2025, 09:00 - 14:15 Uhr
Jürgen Hilbich, 1 x 7 UStd., 27,50 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

210 M Mit dem Smartphone die Natur entdecken

Beim Wandern und Radfahren bietet das Smartphone oder Tablet viele Funktionen, die einem helfen können. Sei es als Navi oder beim Erkunden der Natur. Im Kurs wird die Routenplaner- und Navigations-App „Komoot“ vorgestellt. Außerdem werden Programme zur Erkennung von Pflanzen und Vogelstimmen gezeigt und erklärt. Wenn das Wetter es zulässt, werden wir auch bei einem kleinen Spaziergang die Apps ausprobieren. Wichtig bringen Sie unbedingt Ihr aufgeladenes Smartphone mit (zur Sicherheit mit Ladegerät). Vorkenntnisse: Grundlagen im Umgang mit dem Smartphone (Android). Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 10,00 €. Sa. 04.10. 09:12:45, So. 05.10. 10:00 - 13:45 Uhr

Sa., 04.10.2025, 09:00 - 12:45 Uhr
Jürgen Hilbich, 2 x 5 UStd., 25,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

211 M Sicher mit dem Smartphone/ Tablet/Notebook und PC arbeiten - für Senioren

Das Smartphone/Tablet gehört heute zum Alltag und fast jeder besitzt eins bzw. möchte sich eins anschaffen. Um allerdings ein Smartphone/Tablet sicher und effizient einsetzen zu können, sind einige Grundlagen notwendig, die oft fehlen. Dieser Kurs richtet sich an Anfänger, die den richtigen Umgang mit dem Smartphone/Tablet erlernen möchten. Bitte bringen Sie zum Kurs Ihr Smartphone, Ladekabel und alle PINs/Passwörter mit. Achten Sie bitte darauf, dass der Akku aufgeladen ist. Es werden nur Smartphones mit Android behandelt. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Di.-Do. 02.12.-04.12..

Di., 02.12.2025, 09:30 - 13:15 Uhr
Jürgen Hilbich, 3 x 5 UStd., 47,50 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

212 M Bilder und Fotos bearbeiten und archivieren für Senior:innen

Dieser Kurs zeigt aufbauend auf den Grundlagen, wie sie z.B. in den Anfängerkursen bei uns vermittelt wird, wie am Computer Bilder bearbeitet, gesichert und richtig archiviert werden. Dabei werden Fotos die mit Hilfe des Smartphones oder einer Digital Kamera erstellt wurden auf den Computer überspielt und auf dem Computer bzw. eine externe Festplatte dauerhaft gespeichert. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Di.-Do. 25.11.-27.11..

Di., 25.11.2025, 09:30 - 13:15 Uhr
Jürgen Hilbich, 3 x 5 UStd., 47,50 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

213 M Ein Fotobuch am PC erstellen

Der Kurs zeigt, wie man mit Fotos ein eigenes Fotobuch am Computer erstellen kann. Bitte bringen Sie einen USB-Stick mit Fotos (ca. 30-50 Fotos), die in das Fotobuch übernommen werden sollen. Vorkenntnisse: Grundlagen im Umgang mit dem Computer und Windows 11. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 € Sa.-So. 29.11.-30.11..

Sa., 29.11.2025, 09:00 - 14:15 Uhr
Jürgen Hilbich, 2 x 7 UStd., 45,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

214 M Microsoft Word für Anfänger und Genervte

Der Kurs richtet sich an Anfänger ohne oder nur mit geringen Word-Kenntnissen. Neben den Grundlagen der Textbearbeitung, der Textformatierung, das Erstellen von Tabellen in Word, werden auch der Seriendruck und das Einbinden von Grafiken in Texte behandelt. Voraussetzung: Umgang mit dem

Computer und Windows. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Wochenendkurs: Sa. und So. 06.12.-07.12..

Sa., 06.12.2025, 09:00 - 14:15 Uhr
Jürgen Hilbich, 2 x 7 UStd., 45,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

215 M WhatsApp mit dem Smartphone/Tablet für Senior:innen

Für viele Menschen ist die Nutzung von WhatsApp auf dem Smartphone eine absolute Selbstverständlichkeit. Wer damit nicht zurechtkommt und sich eine verständliche Einführung wünscht, sollte diesen Kurs besuchen. Die Teilnehmenden werden Schritt für Schritt an WhatsApp herangeführt und lernen gemeinsam mit gleichgesinnten. Hier muss sich niemand für seine Unwissenheit schämen, den es ergeht allen Teilnehmenden sehr ähnlich. Von der Installation auf dem Smartphone/Tablet oder PC bis Thema Sicherheit wird alles behandelt, was für den richtigen Einsatz von WhatsApp notwendig ist. Vorkenntnisse: Grundlagen im Umgang mit dem Smartphone. Di.-Do. 16.12.-18.12..

Di., 16.12.2025, 09:30 - 13:15 Uhr
Jürgen Hilbich, 3 x 5 UStd., 47,50 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21,
Handwerkerzentrum 1

216 M Linux Cafe für Senior:innen

Ergänzend zu unserem Linux Kurs bieten wir hier die Möglichkeit an, Hilfe beim Umstieg auf Linux zu erhalten. Sie haben Fragen zum Einsatz von Linux, suchen bestimmte Programme (Alternativen zu Windows-Programmen). Zunächst sind zwei Termine im Abstand von 14 Tagen geplant (09.01.2026; 23.01.2026). Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 10,00 €.

Fr., 09.01.2026, 09:30 - 13:15 Uhr
Jürgen Hilbich, 2 x 5 UStd., 35,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

217 M Linux die Windows Alternative

Windows 10 wird ab Oktober 2025 nicht mehr unterstützt und Windows 11 läuft auf vielen älteren PC und Notebooks nicht. Welche Alternative gibt es zum Neukauf eines Computers. Linux heißt die kostenlose Alternative und dieser Kurs bietet eine Einführung in die Installation und Bedienung dieses interessanten Betriebssystems. Linux zählt zu den sichersten Betriebssystemen für alle Bereiche, sowohl bei Firmen als auch Privat. Voraussetzung: Umgang mit dem Computer. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Sa. und So. 15.11.-16.11..

Sa., 15.11.2025, 09:00 - 14:15 Uhr
Jürgen Hilbich, 2 x 7 UStd., 45,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

218 M Linux auf dem eigenen Notebook

In diesem Workshop installieren wir auf dem eigenen Notebook Linux Mint und richten es ein. Außerdem werden wichtige Programme nachinstalliert und die Oberfläche von Linux Mint erklärt. Voraussetzung: Umgang mit dem Computer Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 10,00 €.

Sa., 13.12.2025, 09:00 - 14:15 Uhr
Jürgen Hilbich, 1 x 7 UStd., 27,50 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

219 M Kreativ mit LINUX und freier Software: 1. Monatstreffen

Bei den Monatstreffen werden Themen vorgeschlagen, die wir gemeinsam verstehen und bei diesen Treffen realisieren wollen; Aktuelles unter <https://eifeltux.de>. Da wir auch fast alle Arbeiten am PC mit LINUX erledigen können, werden wir uns bei den Arbeitstreffen auch der Installation und Handhabung von Anwendungsprogrammen auf unserem LINUX-PC/Laptop widmen. Nach den Wünschen der Teilnehmer werden wir bei Bedarf auch Referenten anderer LINUX-Gruppen einladen, damit wir die zahlreichen Themen und Schwerpunkte von LINUX insgesamt kennen lernen können.

Do., 11.09.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Karl-Heinz Buchenthal-Heggen, 1 x 4 UStd.,
gebührenfrei
Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

220 M Kreativ mit LINUX: 2. Monats-treffen

Bei den Monatstreffen werden Themen vorgeschlagen, die wir gemeinsam verstehen und bei diesen Treffen realisieren wollen; Aktuelles unter <https://eifeltux.de>. Da wir auch fast alle Arbeiten am PC mit LINUX erledigen können, werden wir uns bei den Arbeitstreffen auch der Installation und Handhabung von Anwendungsprogrammen auf unserem LINUX-PC/Laptop widmen. Nach den Wünschen der Teilnehmer werden wir bei Bedarf auch Referenten anderer LINUX-Gruppen einladen, damit wir die zahlreichen Themen und Schwerpunkte von LINUX insgesamt kennen lernen können.

Do., 09.10.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Karl-Heinz Buchenthal-Heggen, 1 x 4 UStd.,
gebührenfrei
Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

221 M Kreativ mit LINUX: 3. Monats-treffen

Bei den Monatstreffen werden Themen vorgeschlagen, die wir gemeinsam verstehen und bei diesen Treffen realisieren wollen; Aktuelles unter <https://eifeltux.de>. Da wir auch fast alle Arbeiten am PC mit LINUX erledigen

können, werden wir uns bei den Arbeitstreffen auch der Installation und Handhabung von Anwendungsprogrammen auf unserem LINUX-PC/Laptop widmen. Nach den Wünschen der Teilnehmer werden wir bei Bedarf auch Referenten anderer LINUX-Gruppen einladen, damit wir die zahlreichen Themen und Schwerpunkte von LINUX insgesamt kennen lernen können.

Do., 13.11.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Karl-Heinz Buchenthal-Heggen, 1 x 4 UStd.,
gebührenfrei
Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

222 M Smartphone für Senior:innen - Termine und Aufgaben im Kalender verwalten

Wer kann sich noch alle Termine merken – Geburtstage, Arzttermine, TÜV und VHS-Seminare – da ist schnell mal etwas vergessen. Eine Möglichkeit ist konsequent alle Termine über den Kalender auf dem Smartphone zu verwalten. So erhält man rechtzeitig eine oder mehrere Erinnerungen. Auch Aufgaben lassen sich im Kalender beschreiben und speichern. Und die Suche im Kalender beantwortet die Frage „Wann waren wir zuletzt bei Tante Elfriede?“ Im Seminar wird die Kalenderverwaltung praktisch geübt – also Smartphone mitbringen.

Mo., 17.11.2025, 10:00 - 11:30 Uhr
Martin Lange, 1 x 2 UStd., 5,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

223 M Startup 1x1 Fotografie - Grundlagenworkshop

Ziel dieses Workshops ist es, die vielseitigen, technischen Funktionen Ihrer Fotokamera besser zu kennen und für Ihre Bildideen bewusst einsetzen können. Dabei unterstützt Sie Roland Artur Berg, langjährig erfahrener Fototrainer. Im Workshop vermittelt er diese Themen: Belichtung, Weißabgleich, Autofokus, Schärfentiefe, sowie die Wahl des richtigen Objektivs. Ihr hinzugewonnenes Wissen wird unter professioneller Anleitung sofort im Workshop ausprobiert und Fehler korrigiert. So gewinnen Sie noch mehr Sicherheit in der Anwendung. Bringen Sie Ihre eigene Spiegelreflex-, Bridge- oder Systemkamera mit. Lernende, die noch keine Kamera besitzen, können mit der vorhandenen Ausrüstung arbeiten. Umlage für Handout und Arbeitsmaterial 6,- €.

Sa., 06.12.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Roland Artur Berg, 1 x 8 UStd., 20,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum),
Am Handwerkerzentrum 1

224 M Smartphone für Senior:innen - Steckbrief „Mein Smartphone“

Bei Problemen mit dem Smartphone wird von den „Experten“ immer gefragt:

„Welches Gerät ist es? Welche Android-Version? Was für ein Vertrag? usw.“

Was bedeuten diese Informationen und wo kann man das nachsehen? Im Seminar erstellen Sie einen Steckbrief für Ihr Smartphone und tragen dort alle Ihre individuellen Daten ein.

Der Kurs ist für Senior:innen gedacht, die bisher nicht mit der Technik vertraut sind. Aber ein paar Grundlagen lernen möchten.

Mo., 10.11.2025, 10:00 - 11:30 Uhr
Martin Lange, 1 x 2 UStd., 5,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21,
Am Handwerkerzentrum 1

225 M Smartphone-Fotografie

Bahnbrechende Kamerainnovationen und das innovative Design heben Smartphone-Fotografie auf ein neues Level. Mittlerweile hat die Verwendung von Smartphones in der professionellen Fotografie Einzug gehalten. Viele Ereignisse lassen sich spontan und diskret festhalten. Dieser Workshop vermittelt das Knowhow über die Vorbereitung, Aufnahme, Bildgestaltung und Präsentation in der Smartphonefotografie. Von Profis häufig genutzte Apps werden vorgestellt. Die weiteren Themen: Grundlagen des Lichts, Kontraste, Linienführung und Bildkomposition. Der Workshop bietet genug Raum das Erlebte mit seinem eigenen Smartphone vor Ort umzusetzen. Bringen Sie Ihr Smartphone oder Tablett mit ausreichend Speicher für die praktischen Übungen mit. Dieser Workshop eignet sich für Teilnehmer:innen, die die Fotografie beruflich nutzen wollen. Ebenso sind alle Interessierten willkommen, die das Berufsfeld Fotografie näher kennenlernen wollen, entweder als Orientierungskurs für die Berufswahl oder zur Vorbereitung auf den Beruf.

Fr., 14.11.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Roland Artur Berg, 1 x 8 UStd., 20,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum),
Am Handwerkerzentrum 1

**300 M Deutsch als Fremdsprache, A1**

Der Kurs richtet sich an Anfänger ohne Vorkenntnisse. Di. und Do.

Di., 09.09.2025, 09:30 - 12:30 Uhr
Aly Palm, 26 x 4 UStd., gebührenfrei
Imgenbroich, HIMO-B23, Am Handwerkerzentrum 1

301 M Deutsch als Fremdsprache am Abend B1

Der Kurs richtet sich an Fortgeschrittene,

die ihre Deutschkenntnisse festigen und den Lernstoff wiederholen möchten.

Di., 09.09.2025, 18:00 - 19:30 Uhr
Helene Kuck, 13 x 2 UStd., gebührenfrei
Imgenbroich, HIMO-B23, Am Handwerkerzentrum 1

302 M Deutsch als Fremdsprache, A2

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer:innen, die das Niveau A2 erreichen möchten.

Mo., 08.09.2025, 09:30 - 12:30 Uhr
Ursula Faber, 38 x 4 UStd., gebührenfrei
Imgenbroich, HIMO-B23, Am Handwerkerzentrum 1

303 M Deutsch - Intensivkurs: 10. Klasse

Der Kurs richtet sich an Schüler:innen, die die mittlere Reife anstreben und dient der gezielten Vorbereitung auf die Abschlussprüfung im Fach Deutsch.

Sa., 13.09.2025, 10:00 - 11:30 Uhr
Ursula Faber, 11 x 2 UStd., gebührenfrei
Imgenbroich, HIMO-B23, Am Handwerkerzentrum 1

304 M Deutsch - Intensivkurs: 4. Klasse (Dyskalkulie)

Förderangebot bei Legasthenie und Dyskalkulie Dieses Förderangebot richtet sich an Kinder und Jugendliche mit diagnostizierter Legasthenie oder Dyskalkulie. Voraussetzung für die Teilnahme ist eine fachärztliche Stellungnahme sowie ein aktueller Schulbericht. Die Förderung erfolgt nach Bewilligung durch das Jugendamt der StädteRegion Aachen. Der Einstieg in das Förderangebot ist auch nach dem offiziellen Beginn noch möglich. In den Schulferien findet keine Förderung statt. Die Förderung findet in Kleingruppen statt. Bitte wenden Sie sich an: Amt für Kinder, Jugend und Familie der Städte-Region Aachen - Tel: +49 241 5198-2282, Mail: jugendamt@staedteregion-aachen.de

Di., 09.09.2025, 14:15 - 15:45 Uhr
Ursula Faber, 13 x 1 UStd., gebührenfrei
Imgenbroich, HIMO-B23, Am Handwerkerzentrum 1

305 M Deutsch - Intensivkurs: 4. Klasse (Legasthenie)

Förderangebot bei Legasthenie und Dyskalkulie Dieses Förderangebot richtet sich an Kinder und Jugendliche mit diagnostizierter Legasthenie oder Dyskalkulie. Voraussetzung für die Teilnahme ist eine fachärztliche Stellungnahme sowie ein aktueller Schulbericht. Die Förderung erfolgt nach Bewilligung durch das Jugendamt der StädteRegion Aachen. Der Einstieg in das Förderangebot ist auch nach dem offiziellen Beginn noch möglich. In den Schulferien findet keine Förderung statt. Die Förderung findet in Kleingruppen statt. Bitte wenden Sie sich an: Amt für Kin-

der, Jugend und Familie der StädteRegion Aachen - Tel: +49 241 5198-2282, Mail: jugendamt@staedteregion-aachen.de

Mi., 10.09.2025, 14:15 - 15:45 Uhr
Ursula Faber, 13 x 1 UStd., gebührenfrei
Imgenbroich, HIMO-B23, Am Handwerkerzentrum 1

306 R Deutsch als Fremdsprache - Kurs A

So., 14.09.2025, 12:00 - 13:30 Uhr
Ahmet Tarak, 13 x 2 UStd., gebührenfrei
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

307 R Deutsch als Fremdsprache - Kurs B

So., 14.09.2025, 13:30 - 15:00 Uhr
Ahmet Tarak, 13 x 2 UStd., gebührenfrei
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

308 R Deutsch als Fremdsprache - Kurs C

So., 14.09.2025, 15:00 - 16:30 Uhr
Ahmet Tarak, 13 x 2 UStd., gebührenfrei
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

309 R Deutsch als Fremdsprache - Kurs D

So., 14.09.2025, 16:30 - 18:00 Uhr
Ahmet Tarak, 13 x 2 UStd., gebührenfrei
Rott, Jugendhaus, Quirinustr. 43

310 R/BU Bildungswoche: Englisch für Anfänger (auch mit leichten Vorkenntnissen)

Bildungswoche vom 12.01. bis 16.01., Headway A1, ISBN 978-0-19-474123-1

Mo., 12.01.2026, 09:00 - 14:00 Uhr
Dieter Lorenzen, 5 x 6 UStd., 75,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

311 R Let's Enjoy English! A1/A2

Dieser Kurs richtet sich an alle Altersgruppen mit geringen Vorkenntnissen, die ihr Englisch ausbauen möchten. Lernen mit Muße. d.h. Gelerntes wird auf vielfältige Weise und so oft wie nötig wiederholt. Die Schwerpunkte liegen auf Verstehen und situationsbezogenem Sprechen. Newcomers Welcome!

Mo., 08.09.2025, 10:00 - 11:30 Uhr
Gert Peter Koch, 13 x 2 UStd., 65,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

312 R English Refresher Club B1/B2

You have learnt English at school but feel like you emphasis on everyday communication. forgotten much of it. This course will help you get it back again. Expand your vocabulary, brush up the main grammatical skills and practise speaking in a relaxed atmosphere with emphasis on everyday communication. Bring along any topics and questions you may have.

Mi., 10.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr
Gert Peter Koch, 13 x 2 UStd., 65,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 3, Faulenbruchstr. 1

313 R English Conversation

Topics are e.g. music, literature, happiness, hobbies, restaurants, travel, movies...time to talk in a relaxed way. Feel free to join us and exchange ideas.

Mi., 10.09.2025, 09:00 - 10:30 Uhr
Dieter Lorenzen, 13 x 2 UStd., 65,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

314 R Englisch für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

Refresh Now A2, Klett ISBN 978-3-12-605187-3

Mi., 10.09.2025, 12:00 - 13:30 Uhr
Dieter Lorenzen, 13 x 2 UStd., 65,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

315 R Englisch für Teilnehmende mit Vorkenntnissen Niveau A2/B1

Headway B1, ISBN 978-0194741392.

Mo., 08.09.2025, 11:00 - 12:30 Uhr
Dieter Lorenzen, 13 x 2 UStd., 65,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

316 R Englisch für Fortgeschrittene

Headway B1+, ISBN 978-019474147-7

Mo., 08.09.2025, 09:30 - 11:00 Uhr
Dieter Lorenzen, 13 x 2 UStd., 65,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

317 R Englisch für touristische Ziele (Niveau A2/B1)

Dieser Kurs richtet sich besonders an Personen, die sich im Urlaub mit Englisch verständigen möchten.

Mo., 08.09.2025, 12:30 - 14:00 Uhr
Dieter Lorenzen, 13 x 2 UStd., 65,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

318 S Englisch für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

Dieser Kurs richtet sich an Lernende mit englischen Grundkenntnissen. Dabei liegt der Fokus auf dem Sprechen und auf der konsequenten Wiederholung von Wortschatz und Grammatik - immer verknüpft mit interessanten Themen. Basis des Unterrichts ist das Lehrwerk: English Unlimited B1 (Klett), ISBN:978-3-12-539906-8, Kap. 1.

Mo., 08.09.2025, 18:00 - 19:30 Uhr
Birgitt Brust, 12 x 2 UStd., 60,00 EUR
Simmerath, Sekundarschule Nordeifel-4,
Walter-Bachmann-Str. 40

319 R/BU Bildungswoche: Französisch für Anfänger (auch mit leichten Vorkenntnissen)

Bildungswoche vom 19.01. bis 23.01., Voyages Neu A1, ISBN 978-3-12-529412-7

Mo., 19.01.2026, 09:00 - 14:00 Uhr
Dieter Lorenzen, 5 x 6 UStd., 75,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

320 S Französisch für Anfänger und Wiedereinsteiger

Der Kurs richtet sich an alle Altersgruppen, die ihre Schulkenntnisse auffrischen oder ihre Vorkenntnisse ausbauen wollen. Wir lernen, üben, wiederholen, ganz nach dem Wunsch der Teilnehmenden. Basis des Unterrichts ist das Lehrwerk Voyages NEU A1 (Lektion 9), ISBN 978-3-12-529412-7

Di., 09.09.2025, 17:30 - 19:00 Uhr
Birgitt Brust, 12 x 2 UStd., 60,00 EUR
Simmerath, Sekundarschule Nordeifel-2, Walter-Bachmann-Str. 40

321 M Französisch für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die ihre Französischkenntnisse ausbauen oder auffrischen wollen. In lockerer Atmosphäre arbeiten wir mit dem Lehrwerk Voyages NEU A2 (Lektion 7/8), ISBN 978-3-12-529422-6.

Mo., 08.09.2025, 15:30 - 17:00 Uhr
Birgitt Brust, 12 x 2 UStd., 60,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

322 R Französisch für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

Kompakt und intensiv an 7 Samstagen. Lehrwerk: Voyages NEU A2, Lektion 11, ISBN 978-3-12-529422-6. Zusätzlich freies Material nach Interesse der Teilnehmenden. Samstags, 14-täglich, ab 13.09., weitere Termine nach Absprache

Sa., 13.09.2025, 09:00 - 11:15 Uhr
Birgitt Brust, 7 x 3 UStd., 52,50 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

323 R Französisch für Fortgeschrittene

Sie lieben Frankreich und möchten Ihre Sprechfertigkeit verbessern – auf der Grundlage von aktuellen Themen aus Gesellschaft, Wirtschaft, Politik und Kultur bietet sich ausreichend Gelegenheit, Ihre Französischkenntnisse zu aktivieren und zu verbessern.

Di., 09.09.2025, 09:00 - 10:30 Uhr
Birgitt Brust, 12 x 2 UStd., 60,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

324 R Französisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

Voyages NEU A2, ISBN 978-3-12-529422-6

Mi., 10.09.2025, 10:30 - 12:00 Uhr
Dieter Lorenzen, 13 x 2 UStd., 65,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

325 R Französisch für Anfänger

Voyages NEU A1, ISBN 978-3-12-529412-7

Do., 11.09.2025, 11:30 - 13:00 Uhr
Dieter Lorenzen, 13 x 2 UStd., 65,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

326 O Online-Konversationskurs A2-B1 Spanisch

Online-Konversationskurs A2-B1 Spanisch, Sábados de Arte ist ein Onlinekurs für Konversation und thematische Leseübungen. Wir nähern uns den Werken lateinamerikanischer Künstler:innen. Wir lernen ihre Lebensgeschichten kennen, entdecken einige ihrer bedeutendsten Werke und tauschen uns darüber aus. Dafür erweitern wir unseren Wortschatz und üben Redemittel, um unsere Meinung zu äußern.

Sa., 20.09.2025, 13:30 - 15:00 Uhr
Marta Lucia de Gerdes, 6 x 2 UStd., 30,00 EUR
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,

327 R Spanisch Caminos NEU A1 - Lektion 6

Spanisch Caminos NEU A1 (Lektion 6)

Mi., 10.09.2025, 19:35 - 21:05 Uhr
Emilse Vargas de Kissenkötter, 11 x 2 UStd., 55,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

328 R Spanisch Caminos NEU B1 - Lektion 10

Mi., 10.09.2025, 18:00 - 19:30 Uhr
Emilse Vargas de Kissenkötter, 11 x 2 UStd., 55,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

329 R Spanisch Caminos NEU A1 - Lektion 10

Mo., 08.09.2025, 19:35 - 21:05 Uhr
Emilse Vargas de Kissenkötter, 11 x 2 UStd., 55,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

330 R Spanisch - con gusto nuevo B1 - Lektion 3

Mo., 08.09.2025, 18:00 - 19:30 Uhr
Emilse Vargas de Kissenkötter, 11 x 2 UStd., 55,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

331 R Italienisch Buongiorno I Anfänger

Für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse. Eine Umlage für Arbeitsmaterialien ist gesondert zu zahlen.

Di., 09.09.2025, 10:00 - 11:30 Uhr
Dr. Nicoletta Olivieri, 12 x 2 UStd., 60,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

332 R Italienisch Buongiorno I Anfänger

Für Teilnehmer/innen mit etwas Vorkenntnissen. Eine Umlage für Arbeitsmaterialien ist gesondert zu zahlen.

Do., 11.09.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Dr. Nicoletta Olivieri, 12 x 2 UStd., 60,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

333 R Italienisch Buonasera für Fortgeschrittene

Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen. Eine Umlage für Arbeitsmaterialien ist gesondert zu zahlen.

Di., 09.09.2025, 18:00 - 19:30 Uhr
Dr. Nicoletta Olivieri, 12 x 2 UStd., 60,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

334 R Italienisch Buonasera - Lektion 10

Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen. Eine Umlage für Arbeitsmaterialien ist gesondert zu zahlen.

Do., 11.09.2025, 10:00 - 11:30 Uhr
Dr. Nicoletta Olivieri, 12 x 2 UStd., 60,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

335 R Italienisch Buongiorno I Lektion 10

Für Teilnehmer/innen mit etwas Vorkenntnissen. Eine Umlage für Arbeitsmaterialien ist gesondert zu zahlen.

Di., 09.09.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Dr. Nicoletta Olivieri, 12 x 2 UStd., 60,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

336 R Parliamo Italiano Fortgeschrittene

Eine Umlage für Arbeitsmaterialien ist gesondert zu zahlen.

Fr., 12.09.2025, 10:00 - 11:30 Uhr
Dr. Nicoletta Olivieri, 12 x 2 UStd., 60,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

337 R Italienisch Buongiorno I Lektion 6

Für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse. Eine Umlage für Arbeitsmaterialien ist gesondert zu zahlen.

Do., 11.09.2025, 18:00 - 19:30 Uhr
Dr. Nicoletta Olivieri, 12 x 2 UStd., 60,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

338 R Niederländisch für Anfänger mit Vorkenntnissen - Niveau A2

Lernen Sie Niederländisch mit Ralf aus den Niederlanden. In diesem „gezellige“ Kurs für Anfänger:innen mit Vorkenntnissen Niveau A2 werden Sie aktiv Niederländisch sprechen können und natürlich viel über den niederländischen Sprachraum erfahren. Tot ziens!

Do., 11.09.2025, 20:00 - 21:30 Uhr
Ralf Knippenburg, 12 x 2 UStd., 60,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

339 R Portugiesisch für Anfänger

Für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse

Do., 11.09.2025, 11:30 - 13:00 Uhr
Anna Paula Neves-Lorenzen, 13 x 2 UStd., 65,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

340 R/BU Bildungswoche: Portugiesisch für Anfänger

Lernen Sie portugiesisch mit Ana Paula aus Brasilien, in einer entspannten Atmosphäre können Sie erste Kenntnisse erwerben oder erweitern und etwas über die Lebensart in Portugal und Brasilien lernen. Sejam mutio bem-vindos!

So., 19.01.2026, 09:00 - 14:00 Uhr
Anna Paula Neves-Lorenzen, 5 x 6 UStd., 75,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

341 R Türkisch

Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

So., 14.09.2025, 10:30 - 12:00 Uhr
Ahmet Tarak, 13 x 2 UStd., 65,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

342 R Zeitkreis: Sightseeing im Sprachbad

In Kooperation mit Zeitkreis e.V. Ostbelgien. Haben Sie Lust auf ein englisches oder französisches Sprachbad in Ferienlaune? Unsere Sprachlehrende und Fremdenführerin nimmt Sie mit in die Region und zeigt Ihnen hier Neues, Bekanntes, Spannendes und Amüsantes - ausschließlich in leichter Fremdsprache. Angewendet wird ein „easy english“ und „français facile“, um den unterschiedlichen Kenntnisständen der Teilnehmenden in der Fremdsprache gerecht zu werden. Ihre Begleitung spricht langsam, deutlich und mit einfachem Satzbau, sodass auch Sprachanfänger:Innen den Inhalten folgen können. Fortgeschrittene können die Fremdsprache auffrischen und eine Vielzahl von neuen Worten, Fachbegriffen und Redewendungen lernen. Gerne nimmt der Veranstalter Zeitkreis Ihre Anfrage mit der Angabe zur Personenzahl und Wunschstadt unter 087-450124 an. Diverse Termine Sa. oder So., von 2 bis 5 Std./Tour. Englisch: Verviers 12,- €; Französisch: Lüttich 20,- €. Details unter www.zeitkreis.be.

Sa., 06.09.2025, 11:00 - 13:00 Uhr
Ariane Herdemerten, 1 x 4 UStd., gebührenfrei
Maastricht und weitere Orte

**Gesundheit****400 S Schwimmen für Mutter, Vater u. Kind - A**

Für Eltern mit Kleinkindern ab 8 Wochen bis einschließlich 2. Lebensjahr. Anmeldung nur bei der Kursleiterin Frau Lennarz am Sa., 1.2. von 10.00 - 12.00 Uhr unter 02473/939388.

Di., 16.09.2025, 16:15 - 17:00 Uhr
Angelika Lennarz, 10 x 1 UStd., 25,00 EUR
Lammersdorf, Grundschule-Lehrschwimmbcken, Im Pohl 7

401 S Schwimmen für Mutter, Vater u. Kind - B

Für Eltern mit Kleinkindern von 2 bis zum vollendeten 4. Lebensjahr. Anmeldung nur bei der Kursleiterin Frau Lennarz am Sa., 1.2. von 10.00 - 12.00 Uhr unter 02473/939388.

Di., 16.09.2025, 17:00 - 17:45 Uhr
Angelika Lennarz, 10 x 1 UStd., 25,00 EUR
Lammersdorf, Grundschule-Lehrschwimmbcken, Im Pohl 7

402 S Schwimmen für Mutter, Vater u. Kind - C

Für Eltern mit Kindern von 5 - 6 Jahren. Anmeldung nur am Sa. 06.09., 10.00 - 12.00 Uhr direkt bei der Kursleiterin Frau Discher unter Tel. 01631415665.

Mi., 10.09.2025, 16:15 - 17:45 Uhr
Elisabeth Discher, 13 x 2 UStd., 65,00 EUR
Lammersdorf, Grundschule-Lehrschwimmbcken, Im Pohl 7

403 R Notfälle im Säuglings- u. Kindesalter

Wir werden uns anhand von Beispielen mit unterschiedlichen Anlässen zur Ersten Hilfeleistung bei Säuglingen und Kleinkindern beschäftigen, sowie durch das Einbeziehen von Fallbeispielen eine aktuelle und praktisch orientierte Veranstaltung durchführen. Durch die erworbenen Kenntnisse können Sie zukünftig erheblich sicherer und effektiver Erste-Hilfe-Maßnahmen durchführen.

Di., 04.11.2025, 18:30 - 21:30 Uhr
Stefan Wilms, 1 x 4 UStd., 10,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

404 S Cucina Tipica Toscana - in der Eifel

Beim Zubereiten eines 4 Gänge-Menüs lernen wir, wie die Italiener kochen. Eine Umlage für Arbeitsmaterialien ist gesondert zu zahlen. Bitte Küchenhandtücher und Dosen mit Deckel mitbringen.

Sa., 08.11.2025, 09:00 - 13:30 Uhr
Dr. Nicoletta Olivieri, 1 x 6 UStd., 15,00 EUR
Eicherscheid, Förderschule-Küche, Bachstr. 13

405 S Cucina Tipica Toscana - Kochend Italienisch lernen

Beim Zubereiten eines 3 Gänge-Menüs lernen wir praktische Begriffe rund und das Thema Essen. Für Teilnehmende ohne Vor-

kenntnisse. Eine Umlage für Arbeitsmaterialien ist gesondert zu zahlen. Bitte Küchentücher und Dosen mit Deckel mitbringen.

Sa., 15.11.2025, 09:00 - 13:30 Uhr
Dr. Nicoletta Olivieri, 1 x 6 UStd., 15,00 EUR
Eicherscheid, Förderschule-Küche, Bachstr. 13

406 S Kochen mit altem Brot – Lebensmittel retten mit Slow Food

Viele Menschen empfinden es als schmerzlich, Brotreste wegzwerfen. Brot ist ein kostbares Lebensmittel, in dem wertvolle Grundprodukte und handwerkliches Können drinstecken. Es ist viel zu schade für die Tonne! Aus altem Brot lassen sich viele köstliche Gerichte zubereiten, die unsere Küche bereichern können, unser Gewissen beruhigen und unser Portemonnaie schonen. Wir bereiten acht verschiedene Gerichte aus aller Welt zu, wofür wir verschiedene Brotsorten verwenden. Alle Gerichte sind außerdem reich an Kräutern, Gewürzen und Gemüse und tun Körper und Seele gut. Ab jetzt gilt: Nie mehr Brot in die Tonne. Einige Rezepte sind vegetarisch, aber es gibt auch Rezepte mit Fleisch.

Von den Teilnehmenden sind mitzubringen: Mehrere Dosen zum Verpacken von Lebensmitteln bzw. Resten und eine Schürze. Zum Essen gibt es Wasser; wenn andere Getränke gewünscht werden, dann können diese mitgebracht werden.

Sa., 22.11.2025, 10:00 - 15:15 Uhr
Mandana Biegi, 1 x 7 UStd., 17,50 EUR
Eicherscheid, Förderschule-Küche, Bachstr. 13

407 S Kochen Sie mit dem Preisträger..... - Kurs A

Asiatisch und mediterran, das ist die kulinarische Philosophie des international ausgezeichneten Kochs Anik Rodrigo, dem Leiter dieses Kochkurses. Der Wahl-Eifeler mit Wurzeln in Sri Lanka und Italien war bereits 2016 als Teilnehmer bei der Olympiade der Köche ganz vorne dabei und hat 2018 bei der Koch-Weltmeisterschaft in Luxemburg sowie erneut bei der Koch-Olympiaden 2020 und 2024 die Bronze-Medaille gewonnen. Das Spezielle an seinen Gerichten ist die Verbindung von Lebensmitteln, die typisch für verschiedene Nationalitäten sind. Sri Lanka, Italien und Eifel bringt der Koch auf einen Teller. Die Zubereitung der Gerichte im Kochkurs erfolgt mit der Sous-Vide-Garmethode. Eine Umlage für Arbeitsmaterialien ist gesondert zu zahlen.

Di., 16.09.2025, 16:00 - 22:00 Uhr
Anik Rodrigo, 1 x 8 UStd., 20,00 EUR
Eicherscheid, Förderschule-Küche, Bachstr. 13

408 S Kochen Sie mit dem Preisträger..... - Kurs B

Asiatisch und mediterran, das ist die kulinarische Philosophie des international ausgezeichneten Kochs Anik Rodrigo, dem Leiter dieses Kochkurses. Der Wahl-Eifeler mit Wurzeln in Sri Lanka und Italien war bereits 2016 als Teilnehmer bei der Olympiade der Köche ganz vorne dabei und hat 2018 bei der Koch-Weltmeisterschaft in Luxemburg sowie erneut bei der Koch-Olympiaden 2020 und 2024 die Bronze-Medaille gewonnen. Das Spezielle an seinen Gerichten ist die Verbindung von Lebensmitteln, die typisch für verschiedene Nationalitäten sind. Sri Lanka, Italien und Eifel bringt der Koch auf einen Teller. Die Zubereitung der Gerichte im Kochkurs erfolgt mit der Sous-Vide-Garmethode. Eine Umlage für Arbeitsmaterialien ist gesondert zu zahlen.

Di., 28.10.2025, 16:00 - 22:00 Uhr
Anik Rodrigo, 1 x 8 UStd., 20,00 EUR
Eicherscheid, Förderschule-Küche, Bachstr. 13

409 S Kochen Sie mit dem Preisträger..... - Kurs C

Asiatisch und mediterran, das ist die kulinarische Philosophie des international ausgezeichneten Kochs Anik Rodrigo, dem Leiter dieses Kochkurses. Der Wahl-Eifeler mit Wurzeln in Sri Lanka und Italien war bereits 2016 als Teilnehmer bei der Olympiade der Köche ganz vorne dabei und hat 2018 bei der Koch-Weltmeisterschaft in Luxemburg sowie erneut bei der Koch-Olympiaden 2020 und 2024 die Bronze-Medaille gewonnen. Das Spezielle an seinen Gerichten ist die Verbindung von Lebensmitteln, die typisch für verschiedene Nationalitäten sind. Sri Lanka, Italien und Eifel bringt der Koch auf einen Teller. Die Zubereitung der Gerichte im Kochkurs erfolgt mit der Sous-Vide-Garmethode. Eine Umlage für Arbeitsmaterialien ist gesondert zu zahlen.

Di., 25.11.2025, 16:00 - 22:00 Uhr
Anik Rodrigo, 1 x 8 UStd., 20,00 EUR
Eicherscheid, Förderschule-Küche, Bachstr. 13

410 S Kochen Sie mit dem Preisträger..... - Kurs D

Asiatisch und mediterran, das ist die kulinarische Philosophie des international ausgezeichneten Kochs Anik Rodrigo, dem Leiter dieses Kochkurses. Der Wahl-Eifeler mit Wurzeln in Sri Lanka und Italien war bereits 2016 als Teilnehmer bei der Olympiade der Köche ganz vorne dabei und hat 2018 bei der Koch-Weltmeisterschaft in Luxemburg sowie erneut bei der Koch-Olympiaden 2020 und 2024 die Bronze-Medaille gewonnen. Das Spezielle an seinen Gerichten ist die Verbindung von Lebensmitteln, die typisch für verschiedene Nationalitäten sind. Sri Lanka, Italien und Eifel bringt der Koch auf einen Teller. Die Zubereitung der Gerichte im Kochkurs erfolgt mit der Sous-Vide-

Garmethode. Eine Umlage für Arbeitsmaterialien ist gesondert zu zahlen.

Di., 09.12.2025, 16:00 - 22:00 Uhr
Anik Rodrigo, 1 x 8 UStd., 20,00 EUR
Eicherscheid, Förderschule-Küche, Bachstr. 13

411 S Kochen verbindet

Internationaler Kochkurs. Treffen von Menschen aus verschiedenen Ländern. Beim zusammen Kochen findet ein Austausch statt über verschiedene Kulturen und Erfahrungen.

Fr., 12.09.2025, 17:30 - 22:00 Uhr
Alfred Metohu, 13 x 6 UStd., gebührenfrei
Simmerath, Sekundarschule Nordeifel-Küche, Walter-Bachmann-Str. 40

412 R Das kindliche Immunsystem

Das kindliche Immunsystem ist maßgeblich an der gesunden Gesamtentwicklung von Kindern beteiligt. Mit vielen für Alle Freude bereitenden Maßnahmen lässt sich das Immunsystem (nicht nur für die Kinder) prima unterstützen. An diesem Abend erfahren Sie die Grundzüge des Immunsystems, welche Organe daran beteiligt sind und was wir als Eltern, Großeltern oder Begleiter:innen zur gesunden Entwicklung beitragen können.

Di., 16.09.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
Else Schnakenberg, 1 x 2 UStd., 5,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

413 R Der Darm - besser leben mit Millionen hilfreicher Mikroben

Die Wichtigkeit „guter Darmbakterien“ wird immer mehr Menschen klar. Mit 90 % aller Zellen bilden die Bakterien die überwiegende Zellgruppe des menschlichen Körpers – nur 10 % sind Menschenzellen und meist leben wir in friedlicher Symbiose. Dabei unterstützen wir uns gegenseitig und tatsächlich könnten wir Menschen ohne die freundlichen Mikroben nicht überleben. Z.B. das Immunsystem, die Nahrungsaufnahme, der Hautschutz und die Abwehr kritischer Bakterien und Keime sind direkt vom Leben der guten Bakterienwelt auf und in uns abhängig. Daher sollten wir ihnen eine gute Heimat im Darm, auf Haut und Schleimhäuten bieten. Wie wir diese Balance für eine gute Gesundheit unterstützen können, erfahren Sie an diesem Abend.

Mo., 17.11.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
Else Schnakenberg, 1 x 2 UStd., 5,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

414 R Ayurveda für Alle: Die Bedeutung von Ghee im Ayurveda

Ayurveda ist das Jahrtausende alte vedische Wissen vom erfüllten, gesunden, langen Leben. Ghee (sprich: Ghi) –geklärte, gereinigte Butter, wird als das Gold des Ayurveda bezeichnet, weil es vielseitig Verwendung

findet in Medizin, Ernährung, Kosmetik. Wir bereiten es gemeinsam zu und nutzen einige Anwendungsmöglichkeiten.

Sa., 27.09.2025, 14:00 - 17:00 Uhr
Marie Luise Kalmuth-Blank, 1 x 4 UStd., 10,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

415 R Raus aus dem Zuckerkarussell

Gemeinsam für 30 Tage Freiheit von Süßungsmitteln und Alkohol. Es ist kein Abnehmkurs. Mein Anliegen ist, mit Ihnen gemeinsam für 30 Tage gesüßte Zuckerzusätze jeglicher Form und Alkohol wegzulassen. Es soll ein Sprungbrett dafür sein, belastende Gewohnheiten zu lockern und Freiräume zum Kultivieren von wohlthuenden Gewohnheiten zu schaffen. Wir werden uns mit den Nachteilen auf Körper und Psyche von Zucker & Co. auseinandersetzen und uns in dem Experiment bestärken, für den Zeitraum des Kurses auf die Zutaten von Zucker in diversen Formen und Alkohol zu verzichten. Und vielleicht machen wir die Erfahrung, dass es kein Verzicht sondern eine Art Befreiung ist. Ich möchte die einzelnen Treffen damit abrunden, dass ich Sie in Achtsamkeitsübungen wie die Atemmeditation, den Bodyscan und sanften Dehnübungen anleite. Diese Übungen schulen die Wahrnehmung für die persönlichen Befindlichkeiten und geben uns die Möglichkeit, auf adäquate Weise unser Wohlbefinden zu fördern. Bitte lockere Kleidung, Isomatte, Dinkelkissen oder ähnliches, Schreibzeug und ein Trinkgefäß mitbringen.

Do., 18.09.2025, 19:00 - 21:15 Uhr
Gabriele Sissy Martens, 5 x 3 UStd., 37,50 EUR
Lammersdorf, Familienzentrum St. Johannes der Täufer, Im Pohl 29

416 M Gesundheitskiosk der Städte-region

Der Gesundheitskiosk der StädteRegion Aachen bietet Ihnen unkomplizierte Hilfe bei Fragen zu Ihrer eigenen Gesundheit an. Wir klären Sie über die Funktionsweise des deutschen Gesundheitssystems und den Leistungsansprüchen auf, die Sie haben. Wir unterstützen Sie bei Antragstellung (z.B. bei einem Antrag auf Pflegegrad oder einem Antrag auf Schwerbehinderung, Zuzahlungsbefreiung). Wir bieten Ihnen eine Bedarfsgerechte Aufklärung zu medizinischen Themen wie z.B. gesunder Lebensstil, Vorsorgeuntersuchungen etc.) an. Wir helfen Ihnen dabei Angebote in Ihrer Kommune (Sportangebote für Kinder, Soziale Kontakte, Selbsthilfegruppen...) zu finden. Die Angebote im Gesundheitskiosk sind an Ihrem persönlichen Bedarf und ganzheitlich ausgerichtet. Termine: 19.09., 21.10., 18.11., 16.12..

Di., 16.09.2025, 10:00 - 14:00 Uhr
N.N., 1 x 2 UStd., 37,50 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

417 S Autogenes Training - Grundstufe

In der Ruhe liegt bekanntlich die Kraft! Autogenes Training, kann ein wertvolles Werkzeug für alle Lebensbereiche sein. Sei es im Umgang mit Stress, Gesundheit, aber auch für die eigene persönliche Weiterentwicklung. Voranmeldung beim Kursleiter ist notwendig, Tel.-Nr. 0 24 73 / 93 12 13

Mo., 15.09.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Burkhard Herpers, 7 x 2 UStd., 35,00 EUR
Rollesbroich, , Fuhrtr. 3

418 O Yogische Entspannung 1

Online-Kurs - Basierend auf Hata Yoga, ergänzt um Elemente des Kundalini-Yoga, führen wir im Wechsel energetisierende und ruhespendende Übungen durch. Wir lernen, Bewegungen und Atem zu koordinieren und entdecken den Weg zu nachhaltiger Entspannung. Gleichzeitig betreiben wir auf schonende Weise Muskelaufbau und fördern die Elastizität und den Gleichgewichtssinn unseres Körpers. Vorerfahrung mit Entspannungstechniken ist nicht hinderlich – Neueinsteigern bietet sich die Chance auf eine neue Erfahrung. Bequeme Kleidung, warme (Stopper-)Socken, Gymnastikmatte, 2 Decken, ggf. Kissen, ein Stuhl mit gerade Rückenlehne, ein kleiner Ball. Termine: 26.09., 03.10., 10.10., 17.10., 24.10., 07.11., 14.11., 21.11., 28.11., 05.12., 12.12.2025.,

Fr., 19.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr
Dr. Irmela Schwartz, 12 x 2 UStd., 60,00 EUR
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung

419 M Klang-Entspannung

Eine wohltuende Entspannungsmassage mit tibetischen Klangschalen. Die Schwingungen der tibetischen Klangschalen wirken gleichermaßen auf den Körper, die Zellen, den feinstofflichen Bereich und die Psyche. Die Klangentspannung ermöglicht beim nehmen und geben (auf dem Boden) schnell Abstand vom Alltagsstress zu gewinnen, Verspannungen loszulassen und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Tragen Sie warme, bequeme Kleidung und Socken und bringen Sie eine Matte mit. Höchstteilnehmerzahl: max. 6 TN.

Mo., 15.09.2025, 17:30 - 19:00 Uhr
Birgitt Steinam, 1 x 2 UStd., 5,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

420 M Klang-Entspannung

Eine wohltuende Entspannungsmassage mit tibetischen Klangschalen. Die Schwingungen der tibetischen Klangschalen wirken gleichermaßen auf den Körper, die Zellen, den feinstofflichen Bereich und die Psyche. Die

Klangentspannung ermöglicht beim nehmen und geben (auf dem Boden) schnell Abstand vom Alltagsstress zu gewinnen, Verspannungen loszulassen und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Tragen Sie warme, bequeme Kleidung und Socken und bringen Sie eine Matte mit. Höchstteilnehmerzahl: max. 6 TN.

Mo., 06.10.2025, 10:30 - 12:00 Uhr
Birgitt Steinam, 1 x 2 UStd., 5,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

421 M Klang-Entspannung

Eine wohltuende Entspannungsmassage mit tibetischen Klangschalen. Die Schwingungen der tibetischen Klangschalen wirken gleichermaßen auf den Körper, die Zellen, den feinstofflichen Bereich und die Psyche. Die Klangentspannung ermöglicht beim nehmen und geben (auf dem Boden) schnell Abstand vom Alltagsstress zu gewinnen, Verspannungen loszulassen und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Tragen Sie warme, bequeme Kleidung und Socken und bringen Sie eine Matte mit. Höchstteilnehmerzahl: max. 6 TN.

Mo., 08.12.2025, 10:30 - 12:00 Uhr
Birgitt Steinam, 1 x 2 UStd., 5,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

422 S Qigong - Meditation in Bewegung

Qi Gong ist Teil der alten traditionellen chinesischen Heilkunst, die sich der Pflege der Lebensenergie Qi und der Gesunderhaltung widmet. Durch sanfte Bewegungen, Atem- und Meditationsübungen wird das Qi harmonisiert und zum Fließen gebracht. Hierdurch werden Blockaden und Verspannungen gelöst, Selbstheilungskräfte aktiviert. Die achtsame Wahrnehmung des eigenen Körpers in seiner Bewegung führt zu einer tiefen Entspannung und inneren Ruhe. Unser Kursziel ist die Herstellung des harmonischen Gleichgewichts und die Entwicklung größerer Gelassenheit. Bitte bequeme Sportkleidung, Stoppersocken und ein Getränk mitbringen. Der Kurs ist für jeden geeignet, egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene; egal ob zum Kennenlernen, Ausprobieren oder Auffrischen.

Sa., 22.11.2025, 12:30 - 14:00 Uhr
Marion Schnermann, 1 x 2 UStd., 5,00 EUR
Lammersdorf, Trafoweg 2-4

423 S Qigong – Gesundheit und Gelassenheit stärken 1

Qi Gong wird in China schon seit Jahrtausenden zur Aktivierung der Lebensenergie und somit zur Erhaltung der Gesundheit und Selbstheilung eingesetzt. Es verbindet fließende Bewegungen mit dem Atem und achtsamer Wahrnehmung, wodurch der Fluss der

Lebensenergie (Qi) harmonisiert wird. Dadurch werden muskuläre Verspannungen gelöst, die Beweglichkeit in den Gelenken und die Koordinationsfähigkeit des Körpers gefördert. Auch sind positive Wirkungen auf das Herz-Kreislauf-System und das Immunsystem zu verzeichnen. Stress wird reduziert und das Empfinden innerer Ausgeglichenheit und Zentriertheit werden gestärkt. Kurz gesagt: Den Körper mit sanften Bewegungen durchlässig machen, den Geist zur Ruhe bringen, entspannt sein und zugleich voller Energie – das ist Qigong. Der Kurs ist für alle Altersstufen geeignet. Bitte bequeme Kleidung und Schuhe oder Noppensocken, Sitzkissen und Isomatte mitbringen.

Di., 02.09.2025, 18:30 - 20:00 Uhr
Gabriele Sissy Martens, 10 x 2 UStd., 50,00 EUR
Lammersdorf, Familienzentrum St. Johannes der Täufer, Im Pohl 29

424 R Qigong – Gesundheit und Gelassenheit stärken 2

Qi Gong wird in China schon seit Jahrtausenden zur Aktivierung der Lebensenergie und somit zur Erhaltung der Gesundheit und Selbstheilung eingesetzt. Es verbindet fließende Bewegungen mit dem Atem und achtsamer Wahrnehmung, wodurch der Fluss der Lebensenergie (Qi) harmonisiert wird. Dadurch werden muskuläre Verspannungen gelöst, die Beweglichkeit in den Gelenken und die Koordinationsfähigkeit des Körpers gefördert. Auch sind positive Wirkungen auf das Herz-Kreislauf-System und das Immunsystem zu verzeichnen. Stress wird reduziert und das Empfinden innerer Ausgeglichenheit und Zentriertheit werden gestärkt. Kurz gesagt: Den Körper mit sanften Bewegungen durchlässig machen, den Geist zur Ruhe bringen, entspannt sein und zugleich voller Energie – das ist Qigong. Der Kurs ist für alle Altersstufen geeignet. Bitte bequeme Kleidung und Schuhe oder Noppensocken, Sitzkissen und Isomatte mitbringen.

Fr., 05.09.2025, 16:00 - 17:30 Uhr
Gabriele Sissy Martens, 8 x 2 UStd., 40,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 3, Faulenbruchstr. 1

425 M Workshop: Orientalischer Tanz für Anfänger:innen ohne und mit Vorkenntnissen

Grundschriffe und Grundkenntnisse werden wiederholt und aufgefrischt sowie durch diverse Basics erweitert. Der Orient Tanz macht viel Spaß und ist gut für Rückenprobleme aller Art. Bitte mitbringen: Leggings, Socken und ein einfaches Tuch für die Hüfte.

Sa., 27.09.2025, 14:00 - 17:00 Uhr
Irmgard Gunkel, 1 x 4 UStd., 10,00 EUR
Imgenbroich, Turnhalle, Schulstr. 12

426 R Workshop: Orientalischer Tanz für Anfänger:innen ohne und mit Vorkenntnissen

In diesem Workshop werden Grundschriffe und Basics erlernt, ebenso schöne Handbewegungen. Orinet-Tanz hilft bei Rückenproblemen und macht zudem viel Spaß. Bitte bringen Sie enge Hose, Socken oder Ballettschuhe und ein einfaches Tuch für die Hüfte mit.

Sa., 08.11.2025, 14:00 - 17:00 Uhr
Irmgard Gunkel, 1 x 4 UStd., 10,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 3, Faulenbruchstr. 1

427 S Bodystyling

Das Programm baut sich auf aus Übungen für Bauch- Bein- und Gesäßmuskulatur, Trainingselemente für Oberkörper und Arme, Cellulitis-Muskeltraining, rückenschonendes Pilates sowie Beckenbodenmuskulatur. Ebenso trainieren wir die Faszien. Callanetics-Elemente als Vorbeugung gegen Osteoporose und zur Schwangerschaftsrückbildung. Bodystyle kann in jedem Alter unbedenklich ausgeübt werden und ist auch für Berufstätige ein Ausgleich. Erwiesenermaßen ist diese Art der Gymnastik auch für Teilnehmer/innen mit Fibromyalgie geeignet. Bitte Gymnastikmatte und Faszienrolle mitbringen!

Do., 18.09.2025, 18:15 - 19:45 Uhr
Irmgard Gunkel, 12 x 2 UStd., 60,00 EUR
Lammersdorf, Grundschule-Turnhalle, Im Pohl 7

428 R Gymnastik auf dem Stuhl

Eine tolle Option gegen Nichtstun. Sportliche Betätigung ist in jedem Alter wichtig. Ausreichende Bewegung hilft den Körper fit und beweglich zu halten sowie Schmerzen vorzubeugen. Mit zunehmendem Alter baut der Körper allerdings ab. Oft kann man sich in späteren Lebensjahren nicht mehr ganz so gut bewegen. Hier bietet Sitzgymnastik eine tolle Option.

Mo., 22.09.2025, 15:30 - 16:30 Uhr
Irmgard Gunkel, 10 x 1,3333 UStd., 33,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 3, Faulenbruchstr. 1

429 S Badminton probieren

Dieser Kurs bietet eine fundierte Einführung in eine attraktive Sportart für die ganze Familie. Erfahrungen mit Federball spielen sind dabei vorteilhaft. Wir üben uns in Technik und Taktik und können so schnell Erfolgserlebnisse sammeln. Ein Schläger kann auf Wunsch gestellt werden. Bitte Hallenturnschuhe (nichtfärbende Sohle) mitbringen.

Do., 18.09.2025, 20:00 - 21:30 Uhr
Heinz Discher, 6 x 2 UStd., 30,00 EUR
Simmerath, Berufskolleg-Sporthalle, Im Römbchen 1

430 R Pilates

Bitte eine Gymnastikmatte mitbringen.

Mo., 22.09.2025, 19:00 - 20:00 Uhr
Claudia Kreutzer-Hennes, 9 x 1,33333 UStd., 30,00 EUR
Roetgen, Schule Kapelle-Schachraum, Hauptstr. 95

431 S Sport! Spaß garantiert! Bewegung verbindet! Kurs 1

Mi., 10.09.2025, 20:15 - 21:45 Uhr
Alfred Metohu, 13 x 2 UStd., gebührenfrei
Simmerath, Berufskolleg-Sporthalle, Im Römbchen 1

432 S Sport! Spaß garantiert! Bewegung verbindet! Kurs 2

Mi., 10.09.2025, 18:30 - 20:00 Uhr
Alfred Metohu, 13 x 2 UStd., gebührenfrei
Simmerath, Berufskolleg-Sporthalle, Im Römbchen 1



500 M Gitarre für Anfänger

Gitarre spielen - bekannte deutsche, englische oder auch Kinderlieder begleiten. Dies zu erlernen ist Ziel des Kurses. „Learning by doing“ werden Grundakkorde und einfache Zupf- und Schlagtechniken vermittelt. Notenkenntnisse brauchen wir nicht, aber bitte eine Gitarre mitbringen. Fragen beantwortet gerne die Kursleiterin Renate Müller 02472 9702091

Fr., 12.09.2025, 18:45 - 20:15 Uhr
Renate Müller, 10 x 2 UStd., 50,00 EUR
Kalterherberg, , Theißbaumweg 23a

501 M Harfenschnupperkurs 1

Die Harfe ist eines der ältesten Instrumente und auf der ganzen Welt bekannt. Leider ist sie heute bei vielen Menschen in Vergessenheit geraten. Der Workshop bietet ihnen die Möglichkeit, dieses schöne Instrument neu zu entdecken und das eine oder andere Lied darauf zu spielen. Der Kurs ist geeignet für Erwachsene in jedem Alter und Kinder ab 10 Jahren. Gelernt wird in der Gruppe oder auch ganz individuell. Jeder wie er kann! Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Kursleiterin stellt an diesem Nachmittag jedem Teilnehmer eine Harfe zur Verfügung. Hierfür ist eine Umlage in Höhe von 25,- € direkt an die Kursleiterin zu zahlen. Maximal 6 Teilnehmer/innen. Fragen beantwortet gerne die Kursleiterin Renate Müller 02472 9702091.

So., 21.09.2025, 14:00 - 18:00 Uhr
Renate Müller, 1 x 5 UStd., 16,70 EUR
Kalterherberg, , Theißbaumweg 23a

502 M Harfenschnupperkurs 2

Die Harfe ist eines der ältesten Instrumente und auf der ganzen Welt bekannt. Leider ist sie heute bei vielen Menschen in Vergessenheit geraten. Der Workshop bietet ihnen die Möglichkeit, dieses schöne Instrument neu zu entdecken und das eine oder andere Lied darauf zu spielen. Der Kurs ist geeignet für Erwachsene in jedem Alter und Kinder ab 10 Jahren. Gelernt wird in der Gruppe oder auch ganz individuell. Jeder wie er kann! Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Kursleiterin stellt an diesem Nachmittag jedem Teilnehmer eine Harfe zur Verfügung. Hierfür ist eine Umlage in Höhe von 25,- € direkt an die Kursleiterin zu zahlen. Maximal 6 Teilnehmer/innen. Fragen beantwortet gerne die Kursleiterin Renate Müller 02472 9702091.

So., 07.12.2025, 14:00 - 18:00 Uhr
Renate Müller, 1 x 5 UStd., 16,70 EUR
Kalterherberg, , Theißbaumweg 23a

503 M Band - Workshop Folk 1

Für Instrumentalisten z.B. Geige, Flöte, Akkordeon, Gitarre, Mandoline, Perkussion und.... Auf dem Programm stehen traditionelle Lieder und Instrumentalmusik aus Irland, Schottland, Deutschland, Skandinavien und.... Wir freuen uns über jeden, der Lust hat, im Kreise netter Menschen traditionelle Musik neu zu entdecken. Eine musikalische Begegnung der besonderen Art. Fragen beantwortet gerne die Kursleiterin Renate Müller 02472-9702091.

So., 12.10.2025, 14:00 - 18:00 Uhr
Renate Müller, 1 x 5 UStd., 12,50 EUR
Kalterherberg, , Theißbaumweg 23a

504 M Band - Workshop Folk 2

Für Instrumentalisten z.B. Geige, Flöte, Akkordeon, Gitarre, Mandoline, Perkussion und.... Auf dem Programm stehen traditionelle Lieder und Instrumentalmusik aus Irland, Schottland, Deutschland, Skandinavien und.... Wir freuen uns über jeden, der Lust hat, im Kreise netter Menschen traditionelle Musik neu zu entdecken. Eine musikalische Begegnung der besonderen Art. Fragen beantwortet gerne die Kursleiterin Renate Müller 02472-9702091.

So., 09.11.2025, 14:00 - 18:00 Uhr
Renate Müller, 1 x 5 UStd., 12,50 EUR
Kalterherberg, , Theißbaumweg 23a

505 M Wilde Auslese

Ist dir nach singen zumute, einfach nach Lust und Laune? Einmal im Monat laden wir herzlich ein miteinander zu singen - quer durch alle Musikrichtungen, mal laut, mal leise, mal zum weinen schön, mal befreiend. Achtung! Folgende Nebenwirkungen können auftreten: Allgemeines Wohlbefinden, gute Laune und ein hochansteckendes Lachen. Wenn du

ein Instrument spielst, bring es bitte mit. Es hat wie du eine wohlklingende Seite und kann dieses Musikerlebnis bereichern. Weitere Termine: 07.10., 04.11., und 02.12.. Fragen beantwortet gerne die Kursleiterin. 02472-9702091.

Di., 09.09.2025, 18:00 - 20:15 Uhr
Renate Müller, 4 x 3 UStd., 30,00 EUR
Kalterherberg, Theißbaumweg 23a

506 M ZAF Zeichnen für Anfänger und Fortgeschrittene

Ein Zeichner oder eine Zeichnerin lernt nie aus. Angepasst an unsere Gruppe thematisieren wir Proportionen, Tiefe im Bild und Komposition. Die Freihandmessmethode, Licht und Schatten, Texturen und Strukturen rücken in den Fokus der Lernenden. Gemeinsam finden wir unsere Motive. Um eigenes, bevorzugtes Zeichenmaterial wird gebeten. Mindestens einen Bleistift Härtegrad 4B und Papier, etwa Din A3 – Din A2. Eine Sammelmappe ist empfehlenswert.

Mo., 08.09.2025, 18:00 - 19:30 Uhr
Sabine Jacobs, 10 x 2 UStd., 50,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

507 R Bildhauerkurs

Von der Idee zur figürlichen Skulptur. Sie schaffen und gestalten ein Kunstwerk. Zu Themen des Alltags entwerfen Sie eine eigene künstlerische Idee und setzen diese handwerklich um. Dabei entstehen Figuren aus Pappe und Papier. Das vielseitige Material bietet kostengünstige Möglichkeiten für die plastische Gestaltung. Spezielle Werkzeuge sind nicht notwendig. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Materialumlage für Malerkrepp und Klebstoffe: 10,-€

Mi., 10.09.2025, 19:00 - 21:15 Uhr
Stefan Fitzau, 8 x 3 UStd., 60,00 EUR
Roetgen, Vennhof-Raum 3, Faulenbruchstr. 1

508 R Selbstschneidern macht Spaß - Kurs A

In den Kursen werden Grundkenntnisse, Tipps und Kniffe vermittelt. Jede/r wird individuell betreut und beraten, je nach seinen/ihren Kenntnissen und Fähigkeiten. Auch für Upcycling geeignet! Für Fragen und Anmeldungen steht Ihnen Edith Schmitz zur Verfügung, Tel.-Nr. 02472/1782.

Mo., 15.09.2025, 09:30 - 11:45 Uhr
Edith Schmitz, 8 x 3 UStd., 60,00 EUR
Roetgen, Schule Kapelle-Keller, Hauptstr. 95

509 R Selbstschneidern macht Spaß - Kurs B

In den Kursen werden Grundkenntnisse, Tipps und Kniffe vermittelt. Jede/r wird individuell betreut und beraten, je nach seinen/ihren Kenntnissen und Fähigkeiten. Auch für Upcycling geeignet!Für Fragen und Anmel-

dungen steht Ihnen Edith Schmitz zur Verfügung, Tel.-Nr. 02472/1782.

Mo., 15.09.2025, 19:00 - 21:15 Uhr
Edith Schmitz, 8 x 3 UStd., 60,00 EUR
Roetgen, Schule Kapelle-Keller, Hauptstr. 95

510 R Selbstschneidern macht Spaß - Kurs C

Für Teilnehmende mit und ohne Handicap. Die Kurse Nr. 516 R und 517 R sind auch offen für Menschen mit Handicap, die zu diesem Mittwochstermin nicht teilnehmen können. In den Kursen werden Grundkenntnisse, Tipps und Kniffe vermittelt. Jede/r wird individuell betreut und beraten, je nach seinen/ihren Kenntnissen und Fähigkeiten. Auch für Upcycling geeignet! Für Fragen und Anmeldungen steht Ihnen Edith Schmitz zur Verfügung, Tel.-Nr. 02472/1782.

Mi., 17.09.2025, 09:30 - 11:45 Uhr
Edith Schmitz, 8 x 3 UStd., 60,00 EUR
Roetgen, Schule Kapelle-Keller, Hauptstr. 95

511 R Nähen am Wochenende - Kurs A

Einen ganzen Tag lang nähen, die Seele baumeln lassen und dabei in gemütlicher Runde kreativ sein. Wir schneiden in kleinen Gruppen von 10.00 – 16.30 Uhr (incl. 30 Minuten Mittagspause) Für Fragen und Anmeldungen steht Ihnen Edith Schmitz zur Verfügung, Tel.-Nr. 02472/1782. Um zeitige Anmeldung wird gebeten!

Sa., 27.09.2025, 10:00 - 16:30 Uhr
Edith Schmitz, 1 x 8 UStd., 26,70 EUR
Roetgen, Schule Kapelle-Keller, Hauptstr. 95

512 R Nähen am Wochenende - Kurs B

Einen ganzen Tag lang nähen, die Seele baumeln lassen und dabei in gemütlicher Runde kreativ sein. Wir schneiden in kleinen Gruppen von 10.00 – 16.30 Uhr (incl. 30 Minuten Mittagspause) Für Fragen und Anmeldungen steht Ihnen Edith Schmitz zur Verfügung, Tel.-Nr. 02472/1782. Um zeitige Anmeldung wird gebeten!

Sa., 11.10.2025, 10:00 - 16:30 Uhr
Edith Schmitz, 1 x 8 UStd., 26,70 EUR
Roetgen, Schule Kapelle-Keller, Hauptstr. 95

513 R Nähen am Wochenende - Kurs C

Einen ganzen Tag lang nähen, die Seele baumeln lassen und dabei in gemütlicher Runde kreativ sein. Wir schneiden in kleinen Gruppen von 10.00 – 16.30 Uhr (incl. 30 Minuten Mittagspause) Für Fragen und Anmeldungen steht Ihnen Edith Schmitz zur Verfügung, Tel.-Nr. 02472/1782. Um zeitige Anmeldung wird gebeten!

Sa., 08.11.2025, 10:00 - 16:30 Uhr
Edith Schmitz, 1 x 8 UStd., 26,70 EUR
Roetgen, Schule Kapelle-Keller, Hauptstr. 95

514 R Stricken, was die Wolle hergibt

Strickkurs für Liebhaber der wolligen Kreativität. In diesem Kurs kann man: stricken lernen; lernen, wie man eigene Anleitungen erstellt; lernen, wie man vorhandene Anleitungen umrechnet. Ob man kleinere Sachen wie Stirnbänder oder Stulpen, ob man Socken oder Pullover stricken möchte, hier kann sich jede/r austoben.

Di., 09.09.2025, 17:00 - 19:15 Uhr
Almuth Bouschery, 8 x 3 UStd., 60,00 EUR
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1



In Kooperation mit der VHS Aachen

901 XP Geprüfte Fachkraft Finanzbuchhaltung (Modul 1)

In Kooperation mit der VHS Stolberg. Anmeldung unter 02402 862457 oder www.vhsstolberg.de für Kurs 252-501, Insbesondere kleinere und mittlere Unternehmen benötigen immer mehr Fachkräfte mit praxisorientierten kaufmännischen Kenntnissen. Die VHS Stolberg bietet daher in Kooperation mit der VHS Südkreis Aachen den zertifizierten Lehrgang „XB Finanzbuchführung“ aus der Xpert-Business-Reihe in Präsenz an. Die XB-Kurse sind Qualifizierungen mit bundesweiter Anerkennung. Der gesamte Lehrgang dauert ca. 15 Monate und umfasst 3 Module: 2 Module Theorie mit jeweils 14 Terminen und 1 Modul mit 10 Terminen a 4 Unterrichtsstunden Umset-

zung des erlernten Wissens mit einem Computer-Programm. Nach jedem Modul wird eine Prüfung abgelegt, die Teilnehmer/innen erhalten ein benotetes Zeugnis und sind am Ende „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung“. Der Unterricht findet einmal in der Woche in der vhs Stolberg statt und kann auch berufsbegleitend absolviert werden. Jedes Modul ist ein eigenständiger Kurs, Man meldet sich für jedes Modul separat an. Kursgebühr ist abhängig von der Teilnehmerzahl und beträgt bei 5 TN 385,- €, ab 6 TN 335,- € (keine Ermäßigung) Geleitet wird der Lehrgang von dem erfahrenen Dozenten und IHK-Prüfer Hans-Peter Hummel.

Modul 1: Buchführungspflicht nach Handels- und Steuerrecht; Aufzeichnungspflichten; Gewinnermittlungsarten; Aufbau und Inhalte einer Bilanz; Inventurarten und -verfahren; Führen und Aufbewahren von Büchern; Buchen aller laufenden und gängigen Geschäftsfälle über Bestands- und Erfolgskonten mittels der in der Praxis gängigen DATEV-Standardkontenrahmen SKR 03/04; Trennung und Abschluss der Warenkonten; Buchen der Umsatzsteuer, Vorsteuer und Zahllast; Rechnungen im Sinne des Umsatzsteuergesetzes; Privatentnahmen; unentgeltliche Wertabgaben und Privateinlagen; Berücksichtigung von nicht und beschränkt abzugsfähigen Betriebsausgaben in Form von Geschenken; Bewirtungskosten; Reisekosten; Buchen von Personalkosten im Bruttolohnverfahren; Sachbezüge und geldwerte Vorteile; betriebliche und private Steuern; Buchen von Belegen.

Die Kursgebühr beinhaltet den Besuch von

Modul 1, nicht enthalten sind das Lehrbuch und die Prüfungsgebühr. Die Kursgebühr ist abhängig von der Teilnehmerzahl und beträgt bei 5 Teilnehmenden 385 €, ab 6 Personen 335 € (keine Ermäßigung).

Mo., 22.09.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Hans-Peter Hummel, 14 x 4 UStd., gebührenfrei
Stolberg, VHS-R120, Frankentalstr. 3

902 Besichtigung der Müllverbrennungsanlage Weisweiler

In Kooperation mit der VHS Stolberg. Anmeldung unter 02402 862457 oder www.vhsstolberg.de für Kurs 252-302, Gebühr: 7,-€ Jeden Tag produzieren wir große Mengen Abfall. Nicht alles lässt sich recyceln oder wiederverwerten. Was bleibt, muss umweltgerecht entsorgt werden. Die Müllverbrennung ist ein hochentwickelter Prozess, bei dem aus Restmüll wertvolle Energie gewonnen wird.

Bei der Führung erfahren Sie, wie der Müll sortiert wird und wie eine Müllverbrennungsanlage funktioniert. Was ist ein Müllbunker und was geschieht darin? Wie läuft der Verbrennungsprozess ab und wie funktioniert die aufwändige Filtertechnik? Welche Energie wird gewonnen und was geschieht mit den Resten der Verbrennung?

Bei der Führung durch die Müllverbrennungsanlage Weisweiler werden Ihre Fragen gerne beantwortet. Zusätzlich gibt es umfassende Informationen rund um das Thema Abfall.

Hinweis: Der Rundgang ist nicht barrierefrei, bitte tragen Sie geschlossenes Schuhwerk.

Die MVA Weisweiler ist nicht mit dem ÖPNV erreichbar.

Do., 18.09.2025, 10:00 - 12:00 Uhr
Edwin Reynartz, 1 x 2 UStd., gebührenfrei
Müllverbrennungsanlage Weisweiler

903 MBSR - Mindfulness Based Stress Reduction

In Kooperation mit der VHS Stolberg. Anmeldung unter 02402 862457 oder www.vhsstolberg.de für Kurs 252-901, Der MBSR-8-Wochenkurs richtet sich an alle, die interessiert sind, Achtsamkeit näher kennenzulernen und das mögliche Potential im Umgang mit Stress zu entdecken und zu erforschen. Das Programm wurde bereits Ende der 70er Jahre von Prof. Dr. Jon Kabat-Zinn entwickelt, ursprünglich als Hilfestellung für chronische Schmerzpatienten. In den letzten Jahren wurde es auch zunehmend wissenschaftlich erforscht und zeigt sehr positive Auswirkungen auf Gesundheit und Psyche.

Achtsamkeit bringt Sie wieder in den Kontakt mit Ihrem Körper, dem Hier und Jetzt und dem Mitgefühl, um dem Alltag mit seinen Schwierigkeiten und Herausforderungen wieder gelassener und freudvoller zu begegnen.

Der Kurs besteht aus 8 Mittwochs-Treffen mit Übungen und Kurzvorträgen und einem Achtsamkeitstag im Schweigen am Sonntag. Zur Vertiefung der Übungen zu Hause erhalten Sie zusätzlich ein Arbeitshandbuch sowie Audiodateien.

In einem verbindlichen (persönlichen oder virtuellen) Vorgespräch mit der Dozentin können individuelle Fragen, Voraussetzun-

gen und Wünsche geklärt werden. Der Kurs wird im Rahmen der Primärprävention nach §20 SGB V durch die meisten gesetzlichen Krankenkassen finanziell unterstützt. Der individuelle Erstattungsbeitrag kann bei der jeweiligen Krankenkasse unter der Kurs-ID KU-ST-1S5KY1 erfragt werden. Frau Gati ist zertifizierte MBSR-Lehrerin und Psychologin mit eigener Praxis. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, (Yoga-) Matte, (Yoga-)Kissen, Decke, Getränk und evtl. einen Snack. 8x Mi von 18:30-21:00 Uhr, 1x So. am 17.12. von 10:00-16:00 Uhr. Gebühren ab 290,0 €.

Mi., 29.10.2025, 18:30 - 21:00 Uhr
Evelyn Gati, 9 x 3,8 UStd., gebührenfrei
Stolberg, VHS Stolberg, Frankentalstr. 3

904 Ein Blick hinter die Kulissen der Abfallwirtschaft

In Kooperation mit der VHS Stolberg. Anmeldung unter 02402 862457 oder www.vhsstolberg.de für Kurs 252-303, Gebühr: 7,-€ Besichtigung Entsorgungszentrum Warden Was passiert eigentlich mit unserem Müll, nachdem wir ihn abgegeben haben? Wie funktioniert moderne Abfallwirtschaft – und welchen Beitrag leistet sie für Umwelt und Wirtschaft?

Bei dieser exklusiven Führung durch das Entsorgungszentrum Warden der AWA Entsorgung GmbH in Eschweiler erhalten Sie spannende Einblicke in die Welt der Kreislaufwirtschaft. Nach einer kurzen Einführung in die Arbeit und Ziele des Unternehmens geht es direkt aufs Gelände: Erleben Sie, wie Abfälle fachgerecht sortiert, aufbereitet

und entsorgt werden – vom Sperrmüll bis zu Sonderabfällen. Dabei erfahren Sie auch, wie moderne Technik und Nachhaltigkeit Hand in Hand gehen: mit Photovoltaikanlagen, elektrifiziertem Fuhrpark und dem Einsatz von HVO-Diesel zeigt das Entsorgungszentrum, dass Umweltschutz kein leeres Versprechen ist. Ein Angebot für Erwachsene, die mitdenken, mitreden und verstehen wollen, warum Abfall nicht einfach „weg“ ist – und was jeder von uns dazu beitragen kann.

Mi., 01.10.2025, 09:30 - 11:30 Uhr
Edwin Reynartz, 1 x 4 UStd., gebührenfrei
Entsorgungszentrum Warden

Die VHS Südkreis Aachen bietet in Kooperation mit der VHS Aachen Exkursionen und Vorträge vor Ort an.

Hierzu können Sie den QR Code nutzen.

Sollten Sie eine Broschüre benötigen, so melden Sie sich gerne bei uns.



BILDUNG FÜR NACHHALTIGE ENTWICKLUNG (BNE)

IM LEITBILD DER VHS SÜDKREIS AACHEN

Bildung für Nachhaltige Entwicklung im Leitbild der VHS Südkreis Aachen.

Die Bildungsarbeit der VHS Südkreis Aachen begreift sich als Bildung für nachhaltige Entwicklung. Sie begleitet Menschen aller Altersgruppen auf dem Weg zu einer Gesellschaft, die ökonomische, ökologische und soziale Themen zusammenführt und sich einer inter- und intra-generationalen Gerechtigkeit verpflichtet fühlt.

Der Mensch mit seinen Entwicklungsmöglichkeiten steht dabei im Mittelpunkt. Die Ent-

wicklung eines achtsamen Umgangs mit sich selbst und seiner Umwelt ist Ausgangspunkt für die Entwicklung von sozialen wie kulturellen Fähigkeiten und Fertigkeiten. Spielerische Naturerfahrung wird dabei wann immer möglich mit situiertem Lernen verbunden. Bildung für nachhaltige Entwicklung fördert Gestaltungskompetenz im Sinne von vorausschauendem, planendem und vernetztem Denken, Fähigkeit zur Solidarität, Verständigungs- und Kooperationskompetenz sowie die Fähigkeit zur Reflexion über individuelle und gesellschaftliche Leitbilder. Umfassende altersspezifische Angebote zur Wissensver-

mittlung ergänzen diesen Ansatz.

Bildung für nachhaltige Entwicklung kann sich nur innerhalb demokratischer Strukturen und eines politischen Rahmens, der echte Partizipationsmöglichkeiten zulässt, einer angstfreien Atmosphäre und einem Klima sozialer Gerechtigkeit wirkungsvoll entfalten. Die Volkshochschule ist die vermittelnde Struktur zwischen den einzelnen Personen, Gruppen und der Gesellschaft, um diese Thesen mit Leben zu erfüllen.

VHS INFORMATION

Anmeldeverfahren:

Mit Ihrer Anmeldung über die telefonische Mitteilung, E-Mail oder über die Webseite der VHS sind Sie vorangemeldet. Besuchen Sie auf jeden Fall zu Kursbeginn den 1. Termin und tragen Sie sich in die Teilnehmerliste ein bzw. füllen das Anmeldeformular aus. Dieses erhalten Sie beim Kursleiter.

Abmeldung:

Nur in Ausnahmefällen können Sie sich bis zum 2. Kurstermin schriftlich im Sekretariat der Volkshochschule oder per mail vhs@vhs-suedkreis-aachen.de abmelden. Die Abmeldung wird erst rechtswirksam, wenn Sie von der Volkshochschule eine Bestätigung erhalten.

Wichtig:

Eine Abmeldung bei der Kursleitung ist nicht möglich. Bei Wochenendver-

anstaltungen und Bildungswochen ist eine Abmeldung nur vierzehn Tage vor Beginn der Veranstaltung möglich.

Anzahl der Teilnehmenden:

Nach der Gebührenordnung des Volkshochschulzweckverbandes Südkreis Aachen richtet sich die Anzahl Teilnehmenden nach Art und Weise des Kursangebotes.

Gebühren:

Nach der Gebührenordnung für den Volkshochschulzweckverband Südkreis Aachen beträgt die Gebühr für Kurse 2,50 € pro Unterrichtsstunde. Teilnehmer/innen an EDV-Anwenderkursen zahlen eine zusätzliche Pauschale in Höhe von 10,00 € je Kurs. Die Gebühren tragen öffentlich-rechtlichen Charakter und sind im Verwaltungszwangverfahren eintreibbar.

Die Gebührenfestsetzung erfolgt durch Zustellung eines Gebührenbescheides per Mail oder auf dem Postweg. Gebühren, die aufgrund von Anmeldungen für Kurse entrichtet worden sind, werden nur zurückgezahlt, wenn der Kurs nicht zustande kommt. Für einzelne versäumte Unterrichtsstunden wird kein Ersatz geleistet.

Ausgefallene Stunden:

Ausgefallene Stunden werden nach Absprache mit der Kursleitung und der VHS nachgeholt.

Bildungsurlaub Info

In NRW hat jeder Arbeitende unter bestimmten Voraussetzungen das Recht auf Bildungsurlaub, genauer definiert, auf eine „Freistellung nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz NRW (AWbG)“. Es ist das

Recht auf fünf Tage Freistellung von der Arbeit für politische und berufliche Bildung bei fortlaufendem Lohn/Gehalt.“

Datenschutz

Für die Verarbeitung verantwortliche Stelle: Volkshochschulzweckverband Südkreis Aa-

chen vertreten durch die Datenschutzbeauftragte Gemeinde Roetgen

Hauptstraße 55 52159 Roetgen

Ihnen steht ferner ein Beschwerderecht bei der Datenschutz-Aufsichtsbehörde zu: www.lidi.de.

