



Volkshochschule

Winnenden Leutenbach Schwaikheim

Partner der  
Volkshochschulen  
im Rems-Murr-Kreis:



# KURS- PROGRAMM

JANUAR – SEPTEMBER 2026

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





20 JAHRE STADTWERKE WINNENDEN

# Ihr Alltag. Unsere Verantwortung.

Seit 20 Jahren sind wir in Winnenden zu Hause.

Heute verlassen sich rund 40.000 Menschen sowie zahlreiche Betriebe und Unternehmen in Winnenden und der Region auf sauberes Wasser, sichere Energie, verlässliche Wärme, moderne Elektromobilität, Badespaß und persönliche Beratung im Kundencenter vor Ort.



[WWW.STADTWERKE-WINNENDEN.DE](http://WWW.STADTWERKE-WINNENDEN.DE)



STADTWERKE  
**WINNENDEN**  
Nähe + Verantwortung



**Liebe Leserinnen und Leser,  
liebe Freundinnen und Freunde  
der vhs Winnenden | Leutenbach |  
Schwaikheim**

mit diesem Programmheft halten Sie eine kleine Premiere in den Händen. Wir haben unser Heft grundlegend überarbeitet – moderner, klarer und näher an dem, was Sie sich von uns wünschen: gute Orientierung, gebündelte Informationen und ein ansprechendes Design, das Lust macht, Neues zu entdecken.

Viele Details finden Sie jetzt schneller, vieles wirkt luftiger und übersichtlicher. Gleichzeitig knüpft das neue Layout bewusst an unsere Website an. Dort können Sie wie gewohnt vertiefende Informationen abrufen, sich bequem anmelden und zusätzliche Angebote finden, die im Laufe des Semesters dazukommen.

Unsere vhs bleibt ein Ort der Begegnung, des Lernens und der Inspiration. Ob Sie sich politisch weiterbilden, Ihrer Kreativität Raum geben, etwas für Körper und Seele tun oder einfach Neues ausprobieren möchten – wir freuen uns, Sie auf diesem Weg zu begleiten.

Viel Freude beim Stöbern – und hoffentlich bis bald in einem unserer Kurse!

Herzliche Grüße  
Ihr vhs-Team

**INKLUSIVE KURSE FÜR MENSCHEN  
MIT UND OHNE BEHINDERUNG**

Kräuterführung mit allen Sinnen	Seite 9
Afrikanisches Trommeln	Seite 17
Machen Sie Ihr Fahrrad frühjahrsfit: Pflege, Wartung, Reparatur	Seite 22
Marmelade kochen & kreative Etiketten gestalten	Seite 38

**POLITIK  
UMWELT  
GESELLSCHAFT** 5

**KUNST  
KULTUR  
KREATIVITÄT** 13

**GESUNDHEIT  
BEWEGUNG  
ENTSPANNUNG** 23

**KOCHEN  
BACKEN  
STYLING** 35

**SPRACHEN** 39

**BERUF  
DIGITALES LEBEN** 47

**JUNGE VHS  
UND PÄDAGOGIK** 53



## ORGANISATORISCHE INFOS

### Anmeldemöglichkeiten

#### im Internet:

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

#### per Mail:

[info@vhs-winnenden.de](mailto:info@vhs-winnenden.de)

#### telefonisch:

07195-10700 (zu den Öffnungszeiten)

#### persönlich

in unserem Servicebüro,  
Marktstraße 47, 71364 Winnenden  
(zu den Öffnungszeiten)

### Öffnungszeiten

Mo – Fr 8:30 – 12:00 Uhr  
Mo und Do 16:00 – 18:00 Uhr

### Beratung für Deutschkurse

Nach Terminvereinbarung über  
[info@vhs-winnenden.de](mailto:info@vhs-winnenden.de) oder  
Tel. 07195-10700

### Volkshochschule Winnenden e.V.

Marktstraße 47  
71364 Winnenden  
Tel. 07195-10700

#### E-Mail:

[info@vhs-winnenden.de](mailto:info@vhs-winnenden.de)

#### Internet:

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

#### Facebook:

[www.facebook.com/vhswinnenden](http://www.facebook.com/vhswinnenden)

#### Instagram:

[vhswinnenden](https://www.instagram.com/vhswinnenden)

#### Mitglied des

Volkshochschulverbandes  
Baden-Württemberg e.V.

### Bankverbindungen

#### Kreissparkasse Waiblingen:

IBAN DE61 6025 0010 0007 0152 63

#### Volksbank Stuttgart:

IBAN DE49 6009 0100 0501 1690 08

### Schulferien

Fasching: 16. bis 20. Februar  
Ostern: 30. März bis 10. April  
Brückentag: 15. Mai  
Pfingsten: 26. Mai bis 5. Juni  
Sommer: 30. Juli bis 11. September

## IHR VHS-TEAM

### Bettina Blessing

Deutsch und Integrationskurse

07195 107013

[bettina.blessing@vhs-winnenden.de](mailto:bettina.blessing@vhs-winnenden.de)

### Annette Bühl

Buchhaltung

Qualitätsmanagement

07195 107017

[annette.buehl@vhs-winnenden.de](mailto:annette.buehl@vhs-winnenden.de)

### Susanne Haag

Fachbereichsleiterin

Kunst, Kultur, Kreativität

Gesellschaft, Politik, Umwelt

Kochen, Backen, Styling

07195 107022

[susanne.haag@vhs-winnenden.de](mailto:susanne.haag@vhs-winnenden.de)

### Tanja Hasselwander

Abrechnung Integrationskurse

07195 107025

[tanja.hasselwander@vhs-winnenden.de](mailto:tanja.hasselwander@vhs-winnenden.de)

### Ute Haupt

Leitungssekretariat, Sekretariate:

Kunst, Kultur, Kreativität

Gesellschaft, Politik, Umwelt

Beruf, Digitales Leben

Sprachförderung an Grundschulen

07195 107018

[ute.haupt@vhs-winnenden.de](mailto:ute.haupt@vhs-winnenden.de)

### Lydia Hegelmann

Sekretariat Gesundheit

07195 107012

[lydia.hegelmann@vhs-winnenden.de](mailto:lydia.hegelmann@vhs-winnenden.de)

### Heike Hindemith

Stellvertretende vhs-Leiterin

Fachbereichsleiterin

Junge vhs und Pädagogik

Sprachförderung an Grundschulen

07195 107014

[heike.hindemith@vhs-winnenden.de](mailto:heike.hindemith@vhs-winnenden.de)

### Barbara König

Öffentlichkeitsarbeit

07195 107019

[barbara.koenig@vhs-winnenden.de](mailto:barbara.koenig@vhs-winnenden.de)

### Sabine Lang

Abrechnung

Integrationskurse + Fahrtkosten

07195 107011

[sabine.lang@vhs-winnenden.de](mailto:sabine.lang@vhs-winnenden.de)

### Mathias Mundl

vhs-Leiter

Fachbereichsleiter Beruf, Digitales Leben

07195 107015

[mathias.mundl@vhs-winnenden.de](mailto:mathias.mundl@vhs-winnenden.de)

### Christina Papoutsoglou

FSJ

[christina.papoutsoglou@vhs-winnenden.de](mailto:christina.papoutsoglou@vhs-winnenden.de)

### Nadine Ribou-Nägele

Sekretariat Fremdsprachen

07195 107024

[nadine.ribou-naegele@vhs-winnenden.de](mailto:nadine.ribou-naegele@vhs-winnenden.de)

### Ionela Stefan

Fachbereichsleiterin

Sprachen, Integration

07195 107016

[ionela.stefan@vhs-winnenden.de](mailto:ionela.stefan@vhs-winnenden.de)

### Sabine Spindler

Servicebüro,

Anmeldung und Beratung, alle Kurse

Sekretariat Kochen, Backen, Styling

Sekretariat Junge vhs und Pädagogik

07195 107028

[sabine.spindler@vhs-winnenden.de](mailto:sabine.spindler@vhs-winnenden.de)

### Rebecca Treiber

Fachbereichsleiterin Gesundheit,

Betriebliche Gesundheitsförderung,

Tanz, Psychologie

07195 107023

[rebecca.treiber@vhs-winnenden.de](mailto:rebecca.treiber@vhs-winnenden.de)

## ... und viele engagierte Lehrkräfte



Heftinnenteil gedruckt auf  
100% Recyclingpapier.

Foto Frontseite: Gettyimages  
Alle weiteren Fotos: Canva

Die AGB der vhs finden Sie unter  
[www.vhs-winnenden.de](http://www.vhs-winnenden.de)







**POLITIK  
UMWELT  
GESELLSCHAFT**



## BW wählt

Online-Vorträge und Diskussionen

8. März 2026 - Wählen gehen!

Bei den spannenden Webtalks in Kooperation mit der Landeszentrale für politische Bildung und dem vhs-Verband Baden-Württemberg bilanzieren renommierte Expertinnen und Experten aus Journalismus, Politik und Politikwissenschaft die Parlamentsarbeit der letzten Legislaturperiode.

### Wählen. Wen? Warum? Was bewegt Baden-Württemberg?

Gesprächsrunde mit

- Daniel Lede Abal, Parlamentarischer Geschäftsführer, Bündnis 90/Die Grünen
- Tobias Vogt, Generalsekretär der CDU Baden-Württemberg
- Sascha Binder, Generalsekretär der SPD Baden-Württemberg
- Emil Sänze, Landesvorsitzender der AfD Baden-Württemberg
- Judith Skudelny, Generalsekretärin der FDP Baden-Württemberg
- Lisa Neher, Geschäftsführerin, Die Linke Baden-Württemberg

Moderation: Georg Bruder, Nachrichtenmoderator und Kommunikationswissenschaftler, Stuttgart

**25H10016-O**

Do 15.1. | 18 – 19:30 Uhr

Online-Kurs

**kostenlos**

### Landespolitik. Langeweile, Leidenschaft, Lethargie?

Mit Landesjournalistinnen im Gespräch

- Annika Grah, Themenkoordinatorin, Stuttgarter Zeitung
- Filiz Kuekrekol-Koch, Redakteurin SWR Landespolitik, Stuttgart

**25H10018-O**

Do 22.1. | 18 – 19:30 Uhr

Online-Kurs

**kostenlos**

### Wahlkämpfe. Wandel.

#### Wähleransprachen.

Prof. Dr. Frank Brettschneider, Lehrstuhl für Kommunikationswissenschaft, insbesondere Kommunikationstheorie, Universität Hohenheim

**25H10020-O**

Do 29.1. | 18 – 19:30 Uhr

Online-Kurs

**kostenlos**

### BW wählt jung: Next Gen Politics: Warum Politik junge Menschen braucht.

Diskussion mit jungen Kandidierenden und Landtagsabgeordneten

- Theresa Schreiber, CDU-Kandidatin im Wahlkreis Stuttgart I
- Joana Stöhrer da Costa, SPD-Kandidatin im Wahlkreis Waldshut

- Clara Schweizer, Grünen-Kandidatin im Wahlkreis Nürtingen
- Dennis Klecker, AfD-Kandidat im Wahlkreis Eppingen
- Friedrich Haag, FDP-Kandidat im Wahlkreis Stuttgart II
- Roman Bondarew, Linken-Kandidat im Wahlkreis Waiblingen

**25H10022-O**

Do 5.2. | 18 – 19:30 Uhr

Online-Kurs

**kostenlos**

## POLITIK UND ZEITGESCHICHTE

### **NEU** Ausstellung „Wahlkampf radikal“ – Führung im Haus der Geschichte Stuttgart

Im Vorfeld der Wahl in Baden-Württemberg besuchen wir das Haus der Geschichte. Die Ausstellung zeigt, wie extreme Kräfte Wahlkämpfe das Land prägten: KPD, NPD und „Republikaner“ zogen in den Landtag ein. Sie erfahren, wie diese Parteien Wahlkampf betrieben und was gemäßigte politische und gesellschaftliche Kräfte dem entgegensetzten. Eigene Anreise, Anmeldung/Rücktritt bis 4.2.

**26F10100**

Fr 13.2. | 15 – 16 Uhr

Haus der Geschichte Baden-Württemberg, Stuttgart | Konrad-Adenauer-Straße 16

**12 €**

### Wie weiter in Baden-Württemberg? Eine kleine Wahl-Nachlese – online

**Dr. Rolf Frankenberger**

Baden-Württemberg hat gewählt. Welche Ergebnisse sind überraschend, welche Muster lassen sich finden? Welche Herausforderungen ergeben sich aus den Wahlergebnissen? Rolf Frankenberger nimmt insbesondere die Ergebnisse von Parteien am Rand des politischen Spektrums in den Fokus. In Kooperation mit der Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg. Anmeldung erforderlich.

**26F10102-O**

Do 16.4. | 19 – 20:30 Uhr

Online-Kurs

**kostenlos**

### Ungarn vor entscheidender Richtungswahl – online

**Edmond Jäger**

Der Vortrag beleuchtet die ungarische Parlamentswahl und deren Folgen für das Land und Europa. Wird der angeschlagene Viktor Orbán mit seinem autoritären Politikstil nach 16 Jahren noch einmal ein Regierungsmandat erhalten? Er hat auf die Medien, das Wahlrecht und zum Teil auch die Justiz starken Einfluss genommen.

Kann die Wahl daher überhaupt als fair bezeichnet werden? Umfragen sagen ein Kopf-an-Kopf-Rennen voraus. In Kooperation mit der Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg. Anmeldung erforderlich.

**26F10103-O**

Do 26.3. | 19 – 20:30 Uhr

Online-Kurs

**kostenlos**

### Frankreich in der Krise – Wohin steuert das Land?

**Baptiste Bouchet**

Seit Emmanuel Macron das Parlament nach der Europawahl 2024 aufgelöst hat, steckt Frankreich in einer innenpolitischen Krise, die auch die deutsch-französische Zusammenarbeit belastet. Wie lässt sich diese Instabilität erklären? Ist Frankreich unregierbar geworden, oder ist ein Ende der Krise absehbar? Dieser Vortrag beleuchtet die Ursachen und erklärt die politischen Dynamiken, die Frankreich prägen. Der Referent ist Wissenschaftlicher Mitarbeiter des Deutsch-Französischen Instituts Ludwigsburg. Anmeldung erforderlich.

**26F10104**

Mi 6.5. | 19 – 20:30 Uhr

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal

**10 €**

### Christlicher Fundamentalismus und neurechtes Christentum

**Dr. Martin von Arndt**

Christlicher Fundamentalismus strebt eine Rückkehr zur als göttlich offenbarten Reinform der Lehre Jesu an, lehnt moderne Wissenschaft ab und erwartet eine apokalyptische Endschlacht. Das Seminar ordnet das Phänomen wissenschaftlich ein, zeigt demokratiegefährdende neurechte Strömungen und beleuchtet Ursachen religiös motivierter Gewalt. In Kooperation mit der Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg

**26F10106-O**

Mo, 23.2., 2.3. und 9.3. | 19 – 21 Uhr |

3 Termine

Online-Kurs

**kostenlos**

### Petra Kelly und die Wirkungen der ökologischen Politik in der Demokratie

**26F10108**

Do 11.6. | 19 – 20:30 Uhr

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal

**kostenlos**

## GESCHICHTE

### Teatime mit den Royals

**Petra Schmitz**

Bei Tee und Biscuits unternehmen wir einen Ausflug in die britische Monarchie: von Heinrich VIII. über Queen Victoria und Elizabeth II. bis zu König Charles III. Wir beleuchten Ereignisse, Persönlichkeiten und Skandale z. B. um Diana und Harry. Zum Abschluss gibt's ein königliches Quiz. Vortrag auf Deutsch, wichtige englische Wörter werden erklärt.

**26F10200**

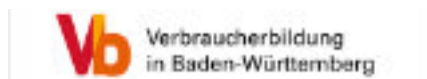
Mi 29.4. | 18 – 20:15 Uhr

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum VII

**23 € inkl. Tee und Keksen/Kräckern**



# PROJEKT VERBRAUCHERBILDUNG



Das Projekt Verbraucherbildung für Familien und Erwachsene in Baden-Württemberg wird vom Ministerium für Ernährung, Ländlichen Raum und Verbraucherschutz Baden-Württemberg gefördert und von der Evangelischen Landesarbeitsgemeinschaft der Familien-Bildungsstätten in Württemberg und dem Volkshochschulverband Baden-Württemberg durchgeführt.

## Vermögensaufbau und Vorsorge für Clevere – online

**Karl Jaus**

Der Vortrag bietet einen Überblick über Anlagemöglichkeiten mit ihren Chancen und Risiken. Anhand der „magischen Raute der Vermögensanlage“ wird die Eignung verschiedener Produkte erklärt. Finanz- und Versicherungsprodukte werden beleuchtet, um Ihnen Entscheidungen zu Sparanlagen, Renditen und Altersvorsorge zu ermöglichen.

**26F10400-O**

Mo 16.3. | 19:30 – 21 Uhr

Online-Kurs

**kostenlos**

## Vorbereitung auf die eigene Rente – online

**Karl Jaus**

Der Vortrag behandelt wichtige Themen zum Übergang in den Ruhestand: Erhalt des Lebensstandards, sinnvolle Geldanlagen im Alter, Absicherung bei Krankheit und Pflege, Wohnformen und Umgang mit Schulden. Ziel ist, Sie auf die Rentenzeit vorzubereiten und Anregungen für eine abgesicherte, positive Lebensgestaltung zu geben.

**26F10402-O**

Mo 23.3. | 19:30 – 21 Uhr

Online-Kurs

**kostenlos**

## Fallstricke beim Immobilienkauf – online

**Karl Jaus**

Dieser Vortrag hilft Ihnen, fundierte Entscheidungen rund um Immobilien zu treffen: Kauf oder Miete, Finanzierung, Rendite, Zins und Tilgung, Vor- und Nachteile des Immobilienerwerbs, Objektwahl, Marktentwicklung und alternative Geldanlagen.

**26F10404-O**

Mo 13.4. | 19:30 – 21 Uhr

Online-Kurs

**kostenlos**



## VERBRAUCHERBILDUNG

### Das Wichtigste zu Vollmachten und Verfügungen

**Giuseppe Pranzo**

Kann ein Volljähriger seine Angelegenheiten nicht mehr selbst regeln, bestellt das Gericht ggf. einen gesetzlichen Betreuer. Mit einer Vorsorgevollmacht lässt sich das vermeiden. Der Vortrag erklärt, was eine Vorsorgevollmacht ist, wann man eine Betreuungs- oder Patientenverfügung braucht und wie diese erstellt werden. In Kooperation mit Geld und Haushalt der Sparkassen-Finanzgruppe. Anmeldung erforderlich.

**26F10406**

Mi 4.3. | 19:30 – 21 Uhr

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal

**kostenlos**

### Erfolgreich einsteigen an der Börse mit Aktien und ETFs

**Julian Jäger**

Der Workshop zeigt Börsen-Neulingen Schritt für Schritt, wie online in Aktien und ETFs investiert werden kann. Er bietet nützliche Tipps und weist auf typische Anlagefehler hin. Themen: Grundlagen von Aktien und ETFs, Depotwahl, Kauf & Verkauf, kostengünstiges Investieren, Spar-Automatisierung, langfristige Anlagementalität und seriöse Informationsquellen. Für die praktische Umsetzung sind Grundkenntnisse im Internet und beim Online-Banking erforderlich.

**26F10408**

Mi 25.3. | 18 – 21:25 Uhr | 3 Min. Pause

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 4

**33 €**

### Aktien und ETFs gezielt recherchieren

**Julian Jäger**

Der Kurs zeigt Börsen-Neulingen wichtige Kennzahlen zur Unternehmens- und Aktienbewertung und ordnet sie in gängige Anlagestrategien ein. Anhand von Beispielen wird vermittelt, wie online nach Aktien und ETFs gesucht werden kann. Für Personen mit Grundkenntnissen in Online-Banking und Depots, die langfristig investieren möchten.

**25H10192**

Do 5.2. | 18 – 21:25 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 2

**33 €**

**26F10410**

Do 30.4. | 18 – 21:25 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 4

**33 €**

### Finanzpower für Frauen – finanziell unabhängig sein – online

**Birgit Happel**

Noch immer übernehmen viele Frauen den Löwenanteil der Fürsorgearbeit, oft zulasten ihrer finanziellen Absicherung. Doch finanzielle Unabhängigkeit ist kein Zufall, sondern das Ergebnis kluger Entscheidungen. Dieser Vortrag macht Mut, die eigene Finanzplanung selbstbestimmt anzugehen und Chancen für mehr Gerechtigkeit zu nutzen. Themen: Vorsorge und Absicherung, Finanzplanung in Partnerschaften, Gleichgewicht von Erwerbs- und Fürsorgearbeit, Ehevertrag und finanzielle Fairness.

In Kooperation mit dem Beratungsdienst Geld und Haushalt. Anmeldung erforderlich.

**26F10412-O**

Di 21.4. | 19 – 20 Uhr

Online-Kurs

**kostenlos**

**KARL KRÄMER**  
**STIFTUNG**



## Die Wärmepumpe als effiziente Hausheizung

**Klaus Duttler**

In Zeiten der Energiekrise ist die Heizung ein Top-Thema. So steht die Wärmepumpe plötzlich im Mittelpunkt vieler Diskussionen und wird oft als die einzige zukunftssichere Lösung für die Sanierung der Hausheizung genannt. Der Vortrag liefert einen Einblick in diese Technik und eine Basis zu Themen wie Verbrauch, Kosten, Effizienz und CO<sub>2</sub>-Bilanz. Anmeldung erforderlich

**26F10414**

Mi 18.3. | 19 – 21:30 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
**12 €**

## Einkommenssteuer speziell für Ruheständler

**Volker Riechert**

In diesem Kurs lernen Sie die Besonderheiten der Einkommensteuererklärung im Alter kennen: Wer ist abgabepflichtig? Wie trage ich Renten und Pensionen ein? Was ist der Altersentlastungsbetrag? Wie hoch ist die zumutbare Belastung für Krankheits- und Pflegekosten? Was ist der Rentenanpassungsbetrag, und zu welchen besteuerten Einkünften führt meine Bruttorente? Der Dozent geht auf individuelle Fragen ein.

**25H10231**

Do 15.1. | 14 – 18 Uhr  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 6  
**75 €**

## Einkommensteuer verständlich gemacht

**Volker Riechert**

Verstehen Sie Ihren Steuerbescheid und fertigen Sie Ihre Einkommensteuererklärung selbst! Der Kurs vermittelt praxisnah alles Wichtige zu Einkünften, Sonderausgaben, ELSTER und mehr. Ideal für Anfänger und Fortgeschrittene. Fragen sind willkommen.

**26F10416**

Do 25.6. | 16:30 – 20:30 Uhr | 15 Min. Pause  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 4  
**80 €**

## KI IM ALLTAG

### **NEU** KI im Alltag – Ihr digitaler Assistent für mehr Lebensqualität – online

**Arno S. Schimmelpfennig**

Ein praxisnaher Kurs für alle Altersgruppen. Anhand einer unterhaltsamen Geschichte lernen Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, wie KI im Alltag hilft: beim Kochen mit Resten, Dating, Reiseplanung, etc. Ziel ist es, Zeit und Energie zu sparen und den Alltag effizienter und angenehmer zu gestalten.

**26F10450**

Mi 22.4. | 18 – 20:30 Uhr  
Online-Kurs  
**25 €**

## PHILOSOPHIE

### Philosophisches Frühstück: Philosophie als Kritik – Teil 3

**Axel Grau**

Kritik der ökonomischen Vernunft: Marx und die Folgen (Andre Gorz, Thomas Piketty)

**25H10304**

Sa 24.1. | 11 – 12:30 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
**19 € inkl. Frühstück**

### Philosophisches Frühstück: Philosophie als Kritik – Teil 4

**Axel Grau**

Kritik der Moderne und der Postmoderne: Simone Weil, Hannah Arendt, Odo von Marquard, Wilhelm Weischedel

**25H10306**

Sa 7.2. | 11 – 12:30 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
**19 € inkl. Frühstück**

### Philosophisches Frühstück: Über „Wahrheit“ in finsternen Zeiten, 1

**Axel Grau**

Warum streben wir nach Wahrheit? Sie ist Grundlage für Freiheit und Gerechtigkeit. Wir wollen verstehen, wie die Welt und Menschen funktionieren. Doch unsere Wahrnehmung, unser Wissen und verfügbare Informationen sind begrenzt und unsicher. Deshalb bleibt Wahrheit immer vorläufig – sie verlangt, dass wir Unsicherheit als Teil der Wirklichkeit anerkennen.

**26F10500**

Sa 7.3. | 11 – 12:30 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
**19 € inkl. Frühstück**



Neubau · Gebrauchterverkauf · Vermietung

**Starten Sie sorglos in den nächsten Lebensabschnitt – wir kümmern uns um Ihre Immobilie!**

QR Code:  DOHOIM – bedeutet mehr als einfach nur Zuhause  
Tel.: 07195 1088-0  
Class Hausbau + Immobilien GmbH & Co. KG  
Am Holzmarkt – Ringstr. 58 · 71364 Winnenden  
info@classhausbau.de · www.classhausbau.de

**CLASS**  
HAUSBAU + IMMOBILIEN



## Philosophisches Frühstück: Über „Wahrheit“ in finsternen Zeiten, 2

**Axel Grau**

Was ist wirklich? Wahrheitssuchende im Kreuzfeuer von Ideologien, Fundamentalismus, Bullshit und Fake Information. Es ist die Strategie demokratie- und wahrheitsfeindlicher Akteure mithilfe der massiven Verbreitung von Verschwörungserzählungen, Halb- und Falschinformationen für maximale Ablenkung vom Wesentlichen sowie für Verunsicherung und Überforderung zu sorgen, um als Quelle einer einfachen Wahrheit dazustehen.

**26F10502**

Sa 21.3. | 11 – 12:30 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
**19 €** inkl. Frühstück

## Philosophisches Frühstück: Über „Wahrheit“ in finsternen Zeiten, 3

**Axel Grau**

"Werdet wie die Kinder!" – Die Infantilisierung der Gesellschaft durch Social Media, Populismus und ökonomische Interessen. Erwachsene Verhaltensweisen, Vernunft und Argumentation werden durch Gefühle, Sensationen und eine Art „ewige Jugend“ ersetzt. Kritiker bemängeln, dass eine Gesellschaft entstehe, in der die Auseinandersetzung mit komplexen Themen vermieden und stattdessen nur nach Zerstreuung gesucht wird.

**26F10504**

Sa 18.4. | 11 – 12:30 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
**19 €** inkl. Frühstück

## Philosophisches Frühstück: Über „Wahrheit“ in finsternen Zeiten, 4

**Axel Grau**

"Gefühlte Wahrheiten" – Wahrheit, Emotionen und Macht: Wissenschaftsfeindlichkeit als neue Herrschaftsstrategie? Wie widerstehen wir der Versuchung, das zu glauben, was sich richtig anfühlt? Ein Plädoyer für Wissenschaftlichkeit unter kritischer Berücksichtigung ihrer Grenzen.

**26F10506**

Sa 11.7. | 11 – 12:30 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
**19 €** inkl. Frühstück

## NATUR, UMWELT, NACHHALTIGKEIT

### Zapf die Sonne an: Solar- strom selbst produzieren

**Tilmann Landwehr**

Die Sonne arbeitet für uns, vorausgesetzt man investiert in eine Photovoltaik-Anlage (PV) oder ein deutlich günstigeres Balkonkraftwerk. Wie diese Technik Strom aus der Strahlung der Sonne generiert und welche Erträge dabei zu erwarten sind, ist ein Thema des Vortrags.

Weitere Themen: Instandhaltung und Wartung, PV-Pflicht in Baden-Württemberg, Meldepflichten und Vor- und Nachteile von Balkonkraftwerken. In Kooperation mit der Energieagentur Rems-Murr, keine Anmeldung erforderlich.

**25H10795**

Mi 28.1. | 19 – 20:30 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
**kostenlos**

### Planung eines Naturgartens

**Juliane Trebess**

Möchten Sie Ihren Garten naturnaher gestalten und die Artenvielfalt fördern? Dieser Kurs zeigt, wie Sie Lebensräume schaffen, Regenwasser nutzen, Recycling integrieren und die richtigen Pflanzen wählen. Wir sprechen über Pflege und weitere wichtige Aspekte. Bringen Sie bitte Pläne, Fotos oder Luftbilder Ihres Gartens mit, um konkrete Ideen zu entwickeln.

**25H10823**

Do 22.1. | 18 – 19:30 Uhr | 4 Termine  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IX  
**55 €**

### Was blüht im Frühlingswald?

**Dr. Robert Boehm**

Noch bevor die Bäume ihr grünes Blätterdach entfalten, ist im Wald viel los. Zahlreiche Pflanzen nutzen diese Zeit und blühen bereits, um ihren Jahreszyklus zu beenden, bevor es zu dunkel wird. Hierzu zählen zum Beispiel Bärlauch und Waldmeister. Wir entdecken auf einem Spaziergang durch den Frühlingswald diesen ersten Blütenflor. Darüber hinaus werden die einzelnen Arten mit ihren Erkennungsmerkmalen und Charakteristika vorgestellt. Auch ihre Bedeutung für Gesundheit und Ernährung wird besprochen.

**26F10600**

Do 16.4. | 17 – 19 Uhr  
Birkmannsweiler Hauptstraße Ecke Max-Planck-Straße | Hauptstraße 152  
**17 €**

### Walderleben mit allen Sinnen – Dem faszinierenden Öko- system Wald neu begegnen

**Annika Oswald**

Mit einer Naturparkführerin tauchen wir in die Welt des Waldes ein. In einem Wechsel von Information, Bewegung und Wahrnehmungsübungen lernen wir ökologische Zusammenhänge kennen und entdecken, wie wichtig der Wald für Klima, Natur und unser eigenes Wohlbefinden ist. Bitte mitbringen: Sitzkissen, Getränk, Vesper, wetterangepasste Kleidung, gutes Schuhwerk. Kooperation mit der Energieagentur Rems-Murr. Ausweichtermin bei schlechtem Wetter: 14.6. Anmeldung erforderlich

**26F10602**

So 17.5. | 10 – 14 Uhr  
Wanderparkplatz auf dem Haselstein  
Winnenden | Haselsteinstr. 57  
**kostenlos**

## Botanische Wanderung rund um den Haselstein

**Dr. Robert Boehm**

Der Haselstein südlich von Winnenden ist nicht nur ein beliebter Aussichtsblick mit unvergleichlicher Aussicht. Er ist auch botanisch interessant und abwechslungsreich. Bei einer Umrundung vorbei an artenreichen Rainen mit seltener Steppenheide, auf Waldwegen mit üppiger Begleitvegetation und an einem alten Steinbruch lernen wir diese Vielfalt kennen. Hier begegnen uns auch Wildkräuter, die traditionell für unser Wohlbefinden und zum sanften Heilen Verwendung finden.

Aktuelle Nutzungsmöglichkeiten dieser Pflanzen werden ebenfalls besprochen.

**26F10604**

Do 2.7. | 17 – 19 Uhr  
Wanderparkplatz auf dem Haselstein  
Winnenden | Haselsteinstr. 57  
**17 €**

## Botanische Radtour durch das Zipfelbachtal

**Dr. Robert Boehm**

Das idyllische Zipfelbachtal zwischen Hanweiler und Breuningsweiler beherbergt viele seltene Pflanzen und Tiere. Auf einer botanischen Radtour erkunden wir verschiedene Lebensräume und ihre typischen Pflanzen. Zudem lernen wir, wie viele dieser Pflanzen traditionell in der Küche oder als Heilmittel genutzt wurden.

**26F10606**

Sa 18.7. | 15 – 18 Uhr  
Wanderparkplatz Zipfelbachtal Winnenden | L1140 (gegenüber Wohnmobil-Stellplatz am Wunnebad)  
**25 €**

## **NEU** Blumenbunte Wegränder im Hochsommer

**Dr. Robert Boehm**

Randstreifen entlang von Straßen und Wegen können sich zu wichtigen Inseln der Artenvielfalt entwickeln, wenn der Mensch nur wenig eingreift. Nach dem Ausbau der B14 haben sich im Bereich der Anschlussstelle Nellmersbach solche artenreichen Biotop mit typischen Pflanzen entwickelt, die im Hochsommer üppig blühen und zahlreichen Insektenarten Nahrung bieten.

Viele Heilpflanzen sind darunter. Diesen ökologischen Hotspot erkunden wir auf einer kleinen Wanderung.

**26F10608**

Mi 29.7. | 17 – 19 Uhr  
Treffpunkt: B14 Anschlussstelle  
Nellmersbach  
**17 €**

## Kräuterführung mit allen Sinnen – ein inklusiver Kurs

**Dr. Robert Boehm**

Im Frühjahr bereichern frische Wildkräuter Küche und Gesundheit. Leuchtende Farben, duftende Kräuter und neue Geschmackserlebnisse erwarten Sie bei dieser besonderen „Kräuterführung mit allen Sinnen“.



Im Hausgarten des Dozenten entdecken wir Pflanzen, ihre Namen und Geschichten, erleben ihre Vielfalt und erfahren, wie wir sie vielseitig nutzen können. **Ein Kurs für Menschen mit und ohne Behinderung in Kooperation mit der Paulinenpflege.**

**26F10610**

Do 18.6. | 17 – 19 Uhr  
Garten des Dozenten Birkmannsweiler |  
Keplerstr. 10  
17 €

## HAUSTIERE

### **NEU** Katzensprache – Was will mir meine Katze sagen?

**Kathrin Köhrer**

In diesem Kurs lernen Sie die Sprache der Katzen kennen: Körpersprache, Mimik, Lautäußerungen und Markierverhalten. Wir betrachten ihr Verhalten von den Schnurrhaaren bis zur Schwanzspitze und deuten Hinweise auf ihre Stimmung, etwa durch Körperhaltungen. Zum Schluss erhalten Sie zusätzliche Infos und Extras.

**26F10650**

Di 5.5. | 19 – 21 Uhr  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 3  
11 €

## ASTRONOMIE

### Themenabend „Geburt, Leben und Tod der Sterne“

**Johannes Philipp**

Der Himmel ist alles andere als unveränderlich! Sterne entstehen, leben und sterben – oft mit spektakulären Supernova-Explosionen. Wir erfahren, wie solche Explosionen zustande kommen. Bei gutem Wetter gibt es eine Teleskop-Beobachtung von Sternen in verschiedenen Entwicklungsstadien. (Bitte angemessene Kleidung für die Beobachtung im Freien mitbringen.)

**25H10409**

Do 29.1. | 19 – 20:30 Uhr  
Sternwarte Stuttgart | Uhlandshöhe 41  
10 €

### Sternwarte Stuttgart: (Fast) Alles über die Sonne

**Johannes Philipp**

Wie „funktioniert“ die Sonne, wie ist sie entstanden und was wird ihr Schicksal in der fernen Zukunft sein? Diesen Fragen gehen wir nach. Wenn das Wetter es erlaubt, ergänzen wir die Theorie durch eigene Beobachtung mit den Spezialteleskopen der Sternwarte. Wegen begrenzter und kostenpflichtiger Parkmöglichkeiten an der Sternwarte wird die Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln empfohlen.

**26F10700**

Sa 25.4. | 14 – 16:15 Uhr  
Sternwarte Stuttgart | Uhlandshöhe 41  
17 €

### **NEU** Guter Mond – alter Freund

**Georg Tatzel**

Jeder kennt ihn, er ist ja ein Nachbar, der uns fast täglich über den Weg läuft. Wir wissen natürlich schon einiges über ihn, aber vielleicht sind noch manche seiner interessantesten Seiten bisher verborgen oder unbemerkt geblieben.

Darüber berichtet dieser Vortrag, unterhaltsam, anschaulich und verständlich.  
Anmeldung erforderlich

**26F10702**

Mi 15.4. | 19:30 – 21 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
14 €

## UNTERWEGS MIT DER VHS

### Werksbesichtigung Bäckerei Maurer oder Wie entsteht eine Brezel?

**Doris Bredow**

Wir erleben die Arbeit in der Backstube der Firma Maurer und schauen zu, wie eine Brezel richtig geschlungen wird und wie verschiedene Brotsorten entstehen. Wir gehen durch die gesamte Produktion. Nach der Besichtigung bleibt Zeit für Fragen. Der Rundgang ist nicht barrierefrei. Bitte gutes Schuhwerk anziehen.

**26F10800**

Mi 4.3. | 7:45 – 11 Uhr  
Backstube der Bäckerei Maurer  
Winnenden | Linsenhalle 11 |  
Backstubenladen  
12 €

### Wasserfälle, Monte Scherbelino und „lost places“ in Stuttgart

**Bernd Möbs**

Auf dieser spannenden Wanderstrecke geht es den Hasenberg hinauf vorbei am breitesten Straßentunnel Europas von 1896, dem Heslacher Tunnel. Weiter zur Villa des Künstlers Otto Herbert Hajek über den Hasenbergturm zum Birkenkopf, Stuttgarts „Trümmerberg“, und zu den legendären Heslacher Wasserfällen. Gute Kondition und feste Schuhe erforderlich.

...seit über 75 Jahren **Römer Reisen**

Auszug von unserem  
Reiseprogramm 2026

#### Begleitete Flugreisen mit attraktivem Ausflugsprogramm und Extras

11. – 18.03. **Algarve – Spektakuläre Felsküsten und malerisches Hinterland**

17. – 24.05. **Costa Brava – Sonne, Strand und mediterrane Lebensfreude**

#### Erlebnis- und Städtereisen:

01. – 06.04. **Ostereise nach Südfrankreich – Provence und Camargue**

09. – 18.08. **Rundreise Südengland mit Cornwall – Städtereisen Prag, Wien, Dresden, Berlin**



#### Urlaubsreisen:

05. – 14.07. **Ostseeküste – Insel Rügen im 4\*Hotel mit Programm**

17. – 24.09. **Salzburger Land im 4\*sup mit Programm**

Weitere Reisen finden Sie in unserem neuen Farbkatalog  
Sämtliche Busreisen im 4\*First-Class-Bus – Neukundenbonus € 30.- !!

71364 Winnenden – Tel. 07195/ 940137 – [www.roemer-reisen.de](http://www.roemer-reisen.de)



Treffpunkt: Galeria Kaufhof Stuttgart, Endpunkt: Haltestelle Südheimer Platz, VVS-Ticket im Preis nicht inbegriffen

**25H10703**

So 8.2. | 13:30 – 17:30 Uhr

Treffpunkt: Galeria Kaufhof Stuttgart | Königstr. 6

## Textilfabriken, rauchende Schlote, sensationelle Badanlage: Tour durch Heselach

**Bernd Möbs**

Heselach, heute ein hipper Vorort, war früher von rauchenden Schornsteinen und lautem Verkehr geprägt. Im 19. Jh. siedelten sich Papierfabriken, Textilunternehmen wie Benger & Söhne und eine Kamerafabrik an. Arbeiter lebten in einfachen Unterkünften. Wir machen einen Rundgang (Marienplatz bis Erwin-Schöttle-Platz) zu Fabriken, Arbeitern und Ordensschwwestern und entdecken das Stadtbad, das in den 20er Jahren als größtes und modernstes Schwimmbad Deutschlands galt.

**26F10801**

Fr 8.5. | 16 – 18 Uhr

Haltestelle Zahnradbahn Stuttgart | Marienplatz  
**24 €**

## Schöne Villen, jüdische Geschichte und Besuch der Stuttgarter Synagoge

**Bernd Möbs**

Unterhalb des Kräherwalds entdecken wir insbesondere die Villen und Häuser des jüdischen Architekturbüros Bloch & Guggenheimer, erfahren aber auch viel über Stuttgarts jüngste und jüdische Geschichte. Nach einer Fahrt mit der Stadtbahn besuchen wir die jüdische Synagoge (mit Führung). VVS-Ticket (1 Zone) bitte selbst kaufen.

**26F10802**

Do 25.6. | 15 – 19:30 Uhr

Gaststätte "Paulaner", Stuttgart | Calwer Straße 45

**29 €** inkl. Eintritt in die Synagoge

## Stuttgart, Wein und Panorama – mit Weinprobe

**Bernd Möbs**

Nach einem Begrüßungs-Secco geht die Tour von der Stuttgarter Weinlage Obere Mönchhalde mit tollem Rundumblick durch den Weinberg bis zur Unteren Mönchhalde. Der Weg in die Stadt führt über eine Staffel zum Kriegsbauerturm, dem chinesischen Garten und dem Postdörfle. Nach einer Busfahrt Abschluss in der Vinothek in der Breite Str. mit Weinverkostung. VVS-Ticket (1 Zone) bitte selbst kaufen.

**26F10804**

Sa 11.7. | 14 – 17 Uhr

Haltestelle Obere Mönchhalde, Stuttgart, Bus 44 | Birkenwaldstr.

**36,50 €** inkl. Weinverkostung (2 Stuttgarter Weine, 1 Brezel)

# LÄNDERKUNDE

## Island:

### Feuer – Wasser – Eis

**PD Dr. Harald Borger**

Gegensätze prägen die faszinierenden Landschaften Islands. Der Tübinger Geograph Harald Borger zeigt in Bildern, wie sie durch aufbauende und zerstörende Kräfte entstanden sind: Vulkane, Solfataren, Geysire, Gletscher und Erosionsformen. Der Vortrag ist gleichzeitig Einführung zur vhs-Studienreise im Juli 2026. Abendkasse, keine Anmeldung erforderlich.

**25H10607**

Mi 21.1. | 19:30 – 21 Uhr

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
**7 €**

## Sri Lanka

**Dr. Rolf Beck**

Der Geograf und Landeskenner Dr. Rolf Beck nimmt Sie in diesem Vortrag mit nach Sri Lanka, das ehemalige Ceylon. Sie erleben die tropische Vielfalt an Tier- und Pflanzenreichtum der Insel genauso wie die kulturellen Hauptsehenswürdigkeiten hinduistischer und buddhistischer Kultur, die seit über 2000 Jahren nebeneinander existieren. Der Vortrag ist gleichzeitig Einführung für eine vhs-Studienreise im November 2026. Anmeldung erforderlich

**26F10900**

Mo 4.5. | 19:30 – 21 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden | Wiesenstr. 10 | Raum 4  
**7 €**

## Kuba

**PD Dr. Harald Borger**

Der Geograf Harald Borger nimmt Sie bei diesem Vortrag mit zu Natur und Kultur Kubas – vom historischen Werdegang der Karibikinsel bis zu ihren einzigartigen tropischen Landschaften, Städten und Menschen. Salsarhythmen, klassische Autos der 50er Jahre und paradiesische Karibikstrände prägen unser Bild von Kuba. Dem stehen eine marode Wirtschaft und politische Zensur gegenüber, was die Kubaner jedoch mit karibischer Gelassenheit nehmen. Der Vortrag ist gleichzeitig Einführung für eine vhs-Studienreise im November 2026. Anmeldung erforderlich

**26F10902**

Mo 15.6. | 19:30 – 21 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden | Wiesenstr. 10 | Raum 4  
**7 €**

## **NEU** Vortrag: Mit Rucksack und Zelt durch das alte Königreich Mustang

**Irene Baum**

Das ehemalige Königreich Mustang im Himalaya, an der Grenze zu Tibet, hat sich seine mittelalterliche Atmosphäre bewahrt. Irene Baum durchquerte im Herbst 2015 das Kali Gandaki-Tal zwischen Dhaulagiri und Annapurna und meisterte Schneepässe sowie Nächte auf fast 6000 m Höhe.

Bilder aus Lo Manthang, von heiligen Seen, Höhlen und Klöstern geben Einblick in die ursprüngliche buddhistische Kultur. In Kooperation mit dem DAV, Sektion Schorndorf, Bezirksgruppe Backnang. Anmeldung erforderlich

**26F10904**

Mi 25.2. | 18:30 – 20:30 Uhr

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
**10 €**

# GEOPULS-STUDIENREISEN

Geopuls ist unser Partner, wenn es um ganz besondere Studienreisen geht. Die Geopuls-Reiseleiter sind begeisterte Geographen und Landeskundler mit umfassenden Kenntnissen und Erfahrungen. Die vhs Winnenden ist nicht Veranstalter im Sinne des Reiseverkehrsgesetzes, es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen des Veranstalters Geopuls, Rottenburg am Neckar. Ausführliche Reiseauszeichnungen liegen bei der vhs aus und sind als Download auf der vhs-Homepage oder unter [www.geopuls.de](http://www.geopuls.de) zu finden.

## Andalusien

**Dr. Fernando Gonzáles-Vinas**

800 Jahre arabisch-orientalische Präsenz hinterließen in Andalusien monumentale Schätze wie die Alhambra, die Mezquita und die Altstadt von Sevilla. Abseits touristischer Pfade entdecken wir authentische Orte wie Sentenil und Olvera. Kleine Wanderungen zeigen uns die Naturlandschaften. Komplette Reisebeschreibung auf der vhs-Website.

**25H10621**

12 Tage Ü/HP, 10.04.2026 – 21.04.2026

Flughafen Stuttgart

**2.580 €**

## Portugal

**Anabela Ferreira**

Diese Exkursion bietet einen einzigartigen Mix aus Kultur und Natur Portugals. Besuchen Sie mit der gebürtigen Portugiesin Anabela Ferreira Lissabon, Sintra, Evora, Porto, Coimbra und mehr. Erleben Sie Welterbestätten und genießen Sie wunderschöne Naturlandschaften bei leichten Wanderungen und einer Schifffahrt auf dem Douro und Tejo.

Unterkunft in historischen Altstädten. Komplette Reisebeschreibung auf der vhs-Website.

**25H10622**

14 Tage Ü/HP, 05.05.2026 – 18.05.2026

Flughafen Stuttgart | Flughafenstraße 32

**2.760 €**

## Island, Feuer-Wasser-Eis zwischen zwei Kontinenten

**Till Wenzel**

Island begeistert mit faszinierenden Naturkontrasten: Wasserfälle, kalbende Gletscher, vulkanische Solfataren, blubbernde Schlamm-töpfe und Geysire - oft direkt nebeneinander.



Unter der Leitung einer Geographin erleben Sie diese Naturschauspiele hautnah und erhalten verständliche Erklärungen. Kleine Wanderungen und kulturelle Aspekte runden das Erlebnis ab. Details in der PDF auf der vhs-Homepage. Vortrag zur Reise: Mi 21.1., 19:30 Uhr

**25H10623**

11 Tage, 20.07.2026 – 30.07.2026  
Flughafen Stuttgart | Flughafenstraße 32  
**4.060 €**

## Äolische Inseln (Sizilien) Kleine Studienkreuzfahrt Maurizio Rotolo

Ganz sicher findet man keine schönere und bessere Art, das UNESCO-Weltnaturerbe Äolische- oder Liparische Inseln zu bereisen, als auf dieser kleinen Kreuzfahrt in einer Gruppe von max. 10 Personen auf einer komfortablen Motor-Segelyacht (5 Gästekajüten mit Doppelbett, eigenem kleinen Bad mit Dusche und WC). Details in der PDF auf der vhs-Homepage.

**26F10960**

4 Termine je 9 Tage: 30.5.- 7.6. | 5. – 13.9. | 12. – 20.9. | 19. – 27.9.  
Flughafen Stuttgart  
**3.780 €** je Pers. in Doppelkajüte, inkl. Flug und Exkursionsprogramm

## Hispania incognita – unbekanntes Spanien Dr. Fernando Gonzáles-Vinas

Sigüenza, Albarracín und Teruel Orte liegen abseits des Massentourismus, in den Regionen Kastilien-La Mancha, Aragón und Valencia, und bieten authentisches Spanien. Wir besuchen malerische schwarze Dörfer, UNESCO-Welterbestätten wie Teruel und Cuenca und erleben die einzigartige Natur und Architektur. In historischen Paradores oder alten Gebäuden übernachten wir, um das spanische Flair hautnah zu genießen. Details in der PDF auf der vhs-Homepage.

**26F10962**

11 Tage | Do 10.9. – So 20.9.  
Flughafen Frankfurt  
**2.580 €** je Pers. im DZ, EZ +520 €, inkl. Flug und Exkursionsprogramm

## KUBA intensiv – Havanna, Kubas Westen und seine Mitte PD Dr. Harald Borger

Heiße Salsa-Rhythmen und klassische Autos der 50er Jahre, Che Guevara und Fidel Castro, paradiesische Karibikstrände und verträumte Städte im spanischen Kolonialstil, Rum, Zuckerrohr und kubanische Zigarren, einzigartige tropische Vegetation und Landschaften - Kuba, die Perle der Karibik! Die Zusammenhänge zwischen der lebendigen Kultur, den traumhaften Landschaften und den Menschen auf Kuba stehen bei dieser Reise im Vordergrund. Details in der PDF auf der vhs-Homepage. Vortrag zur Reise: Mo 15.6., 19:30 Uhr

**26H10964**

13 Tage | Mo 23.11. - Sa 5.12.  
Flughafen Frankfurt  
**3.460 €** p. Pers. im DZ, EZ +420 €, inkl. Flug und Exkursionsprogramm

## Sri Lanka

*Udaya Chintaka, MA*

Marco Polo bezeichnete Sri Lanka als schönste Insel der Welt. Das mag daran liegen, dass auf einer Fläche vergleichbar mit Bayern eine unglaubliche tropische Landschafts- und Kulturvielfalt existiert. Diese Exkursion ist so aufgebaut, dass Sie die wichtigsten kulturellen Höhepunkte (UNESCO-Weltkulturerbestätten) und die Weltnaturerbe-Nationalparks erleben. Details in der PDF auf der vhs-Homepage. Vortrag zur Reise: Mo 4.5., 19:30 Uhr

**26H10966**

18 Tage | Sa 21.11. - Di 8.12.  
Flughafen Stuttgart  
**3.780 €** p. Pers. im DZ, EZ +800 €, inkl. Flug und Exkursionsprogramm

## VERANSTALTUNGEN MIT DEM NABU

Diese Veranstaltungen werden in Zusammenarbeit mit dem NABU Winnenden durchgeführt und von der NABU-Gruppe Winnenden organisiert. Sie sind gebührenfrei. Für die Führungen werden festes Schuhwerk und ein Fernglas empfohlen. Weitere Informationen, aktuelle Hinweise und Ansprechpersonen finden Sie auf [www.nabu-winnenden.de](http://www.nabu-winnenden.de).

### Aufbau der Krötenschutzzäune

**26F10980**

Sa 7.2. | 9 – 12 Uhr  
Parkplatz Talaue Birkmannsweiler | Talaue 25

### Astronomische Beobachtungen an verschiedenen Teleskopen mit Erklärungen

**26F10981**

Fr 13.3. | 19 – 21:30 Uhr  
Wanderparkplatz zw. Bürg u. Stöckenhof

### Arbeitseinsatz

**26F10982**

Sa 21.3. | 10 – 12 Uhr  
Sonnenberghütte des NABU Winnenden | Oberes Zipfelbachtal

### Abbau der Krötenschutzzäune

**26F10983**

Sa 28.3. | 9 – 12 Uhr  
Parkplatz Talaue Birkmannsweiler | Talaue 25

### Vogelkundlicher Spaziergang zu den Schwaikheimer Seen und am Zipfelbach

**26F10984**

So 19.4. | 7 – 10 Uhr  
Parkplatz Radsporthalle/Freibad Schwaikheim

### Wir begrüßen den Frühling – Naturspaziergang mit Dagmar Puder

**26F10985**

Do 30.4. | 18 – 20:30 Uhr  
Unterer Parkplatz Stadtfriedhof Winnenden

## Stunde der Gartenvögel

**26F10986**

Sa 9.5. | 14 – 17 Uhr  
Reiterhof Heller Hertmannsweiler | Degenhofer Str.

## Fahrradtour zu den Naturdenkmälen Winnendens

**26F10987**

Sa 16.5. | 14:30 – 18 Uhr  
Bahnhof Winnenden

## Zur Vogelbeobachtung in die Saalbachniederung bei Hambrücken

**26F10988**

So 17.5. | 7:30 – 19 Uhr  
Bahnhof Winnenden

## Vogelkundlicher Abendgang

**26F10989**

Mo 1.6. | 20 – 22 Uhr  
Freibad Höfen | Seehaldenweg 25

## Insektensommer – Schwerpunkt Wildbienen

**26F10990**

Sa 6.6. | 14 – 18 Uhr  
Sportplatz Breuningsweiler

## Tag der Artenvielfalt – Naturdenkmal Halbtrocken- rasen am Trombach

**26F10991**

Sa 13.6. | 14 – 17 Uhr  
Parkplatz Hanweiler Sattel

## Schwalben und Mauersegler hautnah in Bretzenacker

**26F10992**

Mi 1.7. | 20 – 21:30 Uhr  
Berglen-Bretzenacker | Adlerstr. 5

## Pflegemaßnahmen am Sonnenberg

**26F10993**

Sa 4.7. | 9 – 13 Uhr  
Sonnenberghütte des NABU Winnenden | Oberes Zipfelbachtal

## Naturkundliche Führung (Pflanzen, Insekten) zum Sonnenberg

**26F10994**

Sa 18.7. | 14 – 16 Uhr  
Grundschule Breuningsweiler

## Fledermausführung

**26F10995**

Sa 22.8. | 20:30 – 22 Uhr  
Berglen-Bretzenacker | Adlerstr. 5





**KUNST  
KULTUR  
KREATIVITÄT**





## Literaturgeschichte online – Literatur in der Antike

**Dr. Martin von Arndt**

Kommen Sie mit auf eine faszinierende Reise durch die Weltgeschichte der Literatur. Lernen Sie die wichtigsten historischen, ideengeschichtlichen und gesellschaftlichen Hintergründe kennen, die für die Entstehung schriftstellerischer Werke unerlässlich sind. Dieser Kursteil beschäftigt sich mit den Anfängen der Literatur in Mesopotamien und Ägypten bis hin zur sogenannten „klassischen Antike“ der Schreibkunst in Griechenland und Rom.

**25H20150-O**

Mi 14.1. | 19 – 21 Uhr | 4 Termine

Online-Kurs

**56 €**

## Literaturgeschichte online – Zwischen Antike und Mittelalter

**Dr. Martin von Arndt**

Kommen Sie mit auf eine faszinierende Reise durch die Weltgeschichte der Literatur. Lernen Sie die wichtigsten historischen, ideengeschichtlichen und gesellschaftlichen Hintergründe kennen, die für die Entstehung schriftstellerischer Werke unerlässlich sind. Dieser Kursteil beschäftigt sich mit der Literatur des alten Rom bis hin zum Mittelalter.

**26F20150-O**

Mi, 15.4., 22.4. und 29.4. | 19 – 21 Uhr |

3 Termine

Online-Kurs

**42 €**

## **NEU** Kulturgeschichte bei Gaumenfreuden: Das bewegte Liebesleben Friedrich

**Schillers**

**Gerlinde Gebhart**

"Und klar auf einmal fühl ich es in mir werden, die ist es, oder keine auf Erden". In diesem Vortrag geht es um Schillers Liebeleien, Freundschaften und Affären. Sein Leben an der Schwelle vom 18. ins 19. Jahrhundert war geprägt vom schwärmerischen Gefühls- und Freundschaftskult. Genießen Sie im Restaurant PLENUM im Landtag bei einem Blick auf Schloss und Oper pikante Einblicke in Schillers amouröse Geschichte.

**25H20154**

Fr 23.1. | 12 – 15 Uhr

Restaurant Plenum im Landtag Stuttgart |

Konrad-Adenauer-Str. 3

24 € zzgl. Essen und Getränke vor Ort

## LITERATUR, LYRIK, SCHREIBEN

### Schreibworkshop: Erzählendes Schreiben für Einsteiger

**Beate Fischer**

Sie haben Ideen für Geschichten im Kopf? Sie wollen schreiben, doch Ihnen fehlt noch das „Handwerkszeug“? In unserem Workshop lernen Sie die Grundlagen, mit denen aus Ihren Ideen gut ausgearbeitete und lesenswerte Texte werden können. Bitte A4-Papier und Schreibzeug mitbringen.

**25H20104**

Sa 7.2. | 10 – 13 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 4

**25 €**

### Schreibworkshop: Von der Idee zum lebendigen Text

**Beate Fischer**

Sie haben Ideen für Geschichten im Kopf? Sie wollen schreiben, doch Ihnen fehlt noch das „Handwerkszeug“? In unserem Workshop lernen Sie, wie Sie aus Ihren Ideen gut ausgearbeitete und lesenswerte Texte machen. Es geht zum Beispiel um Anfänge und Enden, um Sprache und Stil, um Spannung und Figuren. Bitte mitbringen: A4-Papier, Schreibzeug

**26F20100**

Mi 4.3., 18.3., 15.4., 6.5 | 18.30 – 20.45 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 2

**70 €**

### **NEU** Mini-Buchprojekt: Eigene Texte schreiben und binden

**Beate Fischer**

Sie möchten eigene Gedichte, Geschichten oder Eindrücke aufschreiben und daraus kleine, kreative Bücher gestalten? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig! Beim ersten Termin entdecken Sie verschiedene Methoden des kreativen Schreibens. Am zweiten Termin lernen Sie, wie man Papier zu einem Buch bindet – sei es mit bereits beschriebenen Seiten oder leeren, die Sie später füllen können.

**26F20102 Sommerferienkurs**

Di 8.9. | 18 – 20:15 Uhr und

Do 10.9. | 18 – 20:15 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 4

**41 €** zzgl. max. 5 € Materialkosten

### Online-Schreibwerkstatt: Erzählendes und autobiografisches Schreiben

**Dr. Martin von Arndt**

In dieser Online-Schreibwerkstatt erfahren Sie, wie Sie Ihre Ideen in Geschichten verwandeln und perfektionieren. Der Kurs richtet sich an Neulinge sowie an Teilnehmende mit Erfahrung. Sie erhalten praxisnahe Tipps und Unterstützung, um Erinnerungen oder Phantasien in Worte zu fassen. Bringen Sie gern schon Texte mit. In Kooperation mit der vhs Unteres Remstal und der Schiller-Volkshochschule.

**26F20104-O**

Do 2.7. | 19 – 21 Uhr und

Do 16.7. | 19 – 21 Uhr

Online-Kurs

**35 €**



## Jede Woche ein Gedicht – online

**Nikolaus Schneider**

Wer gerne Gedichte hört, liest, spricht, schreibt, auswendig lernt... kurzum mit ihnen lebt, ist in diesem Kursraum herzlich willkommen. Wir treffen uns auf eine halbe Stunde in einem Video-Konferenzraum der vhs.cloud. Eine Person stellt ein Gedicht ihrer Wahl vor und sagt, warum es für sie wichtig ist. Sie können nur zuhören oder auch selbst ein Gedicht vorschlagen. Selbstgeschriebene Gedichte der Teilnehmenden werden im Kurs nicht besprochen. Ein Online-Angebot der Volkshochschulen Ahaus und weiterer Volkshochschulen.

**26F20152-O**

Di 3.3. | 18 – 18:30 Uhr | 6 Termine

Online-Kurs

12 €

## KUNST-VORTRÄGE

### Kunst online: Lyonel Feininger – Zeitlose Architekturbilder

**Ulla Katharina Groha**

Lyonel Feininger, in New York geboren und gestorben, schuf den Großteil seines Werks in Deutschland und war eng mit dem Bauhaus verbunden, wo er Leiter der Druckwerkstatt war. Zunächst von seiner Herkunft als Karikaturist geprägt, entwickelte er ab 1913 klare, architektonische Darstellungen. Bevorzugte Motive waren thüringische Dörfer und Kirchen, später auch Meereslandschaften an der Ostsee und New-York-Motive, die seine spirituelle Weiterentwicklung widerspiegeln.

**25H20204-O**

Di 27.1. | 18:30 – 20:30 Uhr

Online-Kurs

15 €

### Kunst online: Zum Weltfrauentag – Über die Impressionistin Berthe Morisot

**Ulla Katharina Groha**

Berthe Morisot, Gründungsmitglied der impressionistischen Gruppe und mit zahlreichen Werken an sieben der insgesamt acht Impressionismus-Ausstellungen beteiligt, erntete viel Beachtung durch die Kunstkritiker ihrer Zeit – mehr als jeder andere Künstler dieser neuen Malweise. Ihre Werke wurden zum Teil teurer gehandelt als die der männlichen Kollegen. Und doch ist sie heute weitaus weniger bekannt als Monet, Degas oder Renoir, allenfalls als Modell Manets blieb sie bisher in der Kunstgeschichte in Erinnerung.

**26F20200-O**

Mo 9.3. | 18:30 – 20:30 Uhr

Online-Kurs

15 €

### Kunst online: Claude Monet – Maler des Lichts

**Ulla Katharina Groha**

Claude Monet, malte herrliche Landschaften von Blumenwiesen, Küstenabschnitten, Papellaleen, Seine-Ansichten, Heuhaufenfeldern und Seerosenteichen. Er gilt als Schlüsselfigur des Impressionismus. Der Begriff „Impressionismus“ entstand als Kritik an den Künstlern, die flüchtige Eindrücke von Landschaften festhielten. Monet und seine Kollegen brachen mit traditionellen Sehgewohnheiten und konzentrierten sich auf Licht und Farben statt auf konkrete Bildinhalte. Tipp: Am 1. Juli findet eine vhs-Kunsfahrt nach Frankfurt zur Ausstellung „Die Küste Monets – Die Entdeckung von Etretat“ statt.

**26F20202-O**

Mo 16.3. | 18:30 – 20:30 Uhr

Online-Kurs

15 €

### Kunst online: Auguste Renoir – Malkunst als Beglückung

**Ulla Katharina Groha**

Auguste Renoir ist einer der beliebtesten unter den impressionistischen Malern. Bereits seit den 1860er Jahren praktizierte er mit Monet und Sisley die Freilichtmalerei und gehörte somit von Anfang an zum Kreis jener Maler, die 1874 in einer eigenen Ausstellung erstmals mit ihren neuartigen Werken an die Öffentlichkeit traten. Renoir schuf mit Bildern über Themen wie Tanz, Theater, Geselligkeit oder Ausflügen ins Freie ein Fest für die Augen.

**26F20204-O**

Mo 23.3. | 18:30 – 20:30 Uhr

Online-Kurs

15 €

## KULTUR AUF TOUR

### Polka Dots und Spiegelräume – Yayoi Kusama in der Fondation Beyeler, Basel

**Andrea Welz**

Die japanische Künstlerin Yayoi Kusama (\*1929) ist ein Superstar der zeitgenössischen Kunst. Ihre Polka Dots, Spiegelräume und repetitiven Muster sind weltberühmt. Die Ausstellung in der Fondation Beyeler zeigt eine große Retrospektive mit ikonischen Werken und älteren Arbeiten, die in Europa noch nie zu sehen waren. Abfahrt: 7 Uhr Schlienztours-Betriebsgelände, Willy-Rüsch-Straße 11, 71394 Kernen oder 8 Uhr Stuttgart: Bus-Haltebucht zwischen Neuer Staatsgalerie und Haus der Geschichte an der Konrad-Adenauer-Straße, Rückkehr: ca. 19 Uhr

Veranstalter der Fahrt im Sinne des Reiseverkehrsgesetzes ist Schlienztours. Es gelten die Geschäftsbedingungen der Schlienztours GmbH & Co.KG, 71394 Kernen. Infos zur Anmeldung auf der vhs-Internetseite.

**25H20262**

Sa 17.1. | 7 – 19 Uhr

Schlienztours | Willy-Rüsch-Str. 11

145 € inkl. Busfahrt, Einführung im Bus,

Eintritt, VVS-Ticket

Büchergutscheine\*, das passende Geschenk.

Gutscheine und Comics

Online lokal bei uns einkaufen

www.shop-buch-kreh.de

Marktstraße 58 - 71364 Winnenden im 1. Stock - www.buch-kreh.de

Buch Dietrich Kreh

Lesen, was Spaß macht.

Aktionen, Sonderposten & aktuelle Öffnungszeiten: www.buch-kreh.de

online auf: www.vhs-muenster-lokal.de/harth-kreh-bestellen



## Kunstoffahrt nach Frankfurt: „Die Küste Monets – Die Entdeckung von Etretat“

**Ulla Katharina Groha**

Führung durch die Ausstellung „Die Küste Monets – Die Entdeckung von Etretat“ im Städel-Museum und durch die Neue Altstadt Frankfurts. Das Städel präsentiert eine Ausstellung über die künstlerische Entdeckung des Fischerdorfs im 19. Jh. durch die Impressionisten. Claude Monet war von der einzigartigen Steilküste derart fasziniert, dass er ihr etliche Gemälde widmete.

Geplanter Ablauf: 6:35 Uhr Abfahrt Winnenden, Busbahnhof, 10 Uhr Ankunft in Frankfurt, anschl. Kurzführung: „Malerei des Deutschen Impressionismus“, 11 Uhr Führung durch die Ausstellung „Die Küste Monets“, anschl. Mittagspause zur freien Verfügung, nachmittags: Führung durch die „Neue Altstadt“ von Frankfurt, 16 Uhr Rückfahrt. Veranstalter im Sinne des Reisegesetzes ist das Busunternehmen Maier, Kaisersbach. Koop.: vhs Backnang und vhs Murrhardt. Es gelten die Geschäftsbedingungen der vhs Backnang.

**26F20252**

Mi 1.7. | 6:35 – 20 Uhr

Busbahnhof Winnenden | Bahnhofstr. 4 | Sonderfahrten

**129 €** inkl. Busfahrt, Eintritt, Führungen

## Führung in der Skulpturenhalle von Prof. Karl Ulrich Nuss

**Antje Hieber**

In der architektonisch reizvollen Holzhalle von Karl Ulrich Nuss stehen über 300 Skulpturen des Strümpfelbacher Bildhauers: menschliche Begegnungen und Beziehungen, sakrale Arbeiten und „zoounlogische Tiere“. Eventuell besteht im Anschluss Gelegenheit zu einem Besuch des privaten Gartens von Prof. Nuss und einem Gespräch mit dem Künstler (wird vor Ort entschieden). Eigene Anreise

Koop.: vhs Unteres Remstal, vhs Schorndorf und vhs Schwäbisch Gmünd. Es gelten die Geschäftsbedingungen der vhs Unteres Remstal.

**26F20254**

Sa 28.3. | 14 – 15:30 Uhr

Skulpturenhalle Prof. Nuss | Ritterstr. 8

**14 €**

## Nürtingens Kunstschatze: Sammlung Domnick, Stiftung Ruoff & Friedrich Hölderlin

**Ulrich Weitz**

Kelten, Römer, Dichter und Künstler hinterließen Spuren in Nürtingen. Sie besuchen die 1967 erbaute Domnick-Villa, Wohnhaus und Museum des Arztes, Sammlers und Filmmachers Ottomar Domnick, mit moderner Kunst und eindrucksvoller Aussicht. Danach geht es zur Fritz und Hildegard Ruoff Stiftung mit Werken des Künstlerpaars. Zum Schluss besuchen Sie das Hölderlinhaus, auf den Spuren des berühmtesten Sohnes der Stadt. Abfahrt: 8 Uhr Schlienztours-Betriebsgelände, Willy-Rüsch-Straße 11, 71394 Kernen oder 8:30 Uhr Stuttgart: Bus-Haltebuch zwischen Neuer Staatsgalerie und Haus der Geschichte an der Konrad-Adenauer-Straße, Rückkehr: ca. 18 Uhr

Veranstalter der Fahrt ist Schlienztours. Es gelten die Geschäftsbedingungen der Schlienztours GmbH & Co.KG, 71394 Kernen. Infos zur Anmeldung auf der vhs-Internetseite

**26F20256**

Sa 12.9. | 8 – 18 Uhr

Schlienztours | Willy-Rüsch-Str. 11

**139 €** inkl. Busfahrt, Stadtführung, Eintritte, VVS-Ticket

## „Seid klug wie die Schlangen“: Bilder starker Frauen aus Geschichte und Bibel

**Ulla Katharina Groha**

Führung in der Staatsgalerie Stuttgart zum Weltfrauentag: Sie heißen Judith, Susanna, Bathseba oder Lucretia und haben mit ihren Taten Bedeutendes bewirkt. In der Kunstgeschichte haben sich diese Frauengestalten eine wichtige Rolle erobert, denn ihre Geschichten fanden reihenweise Eingang in die Welt der Malerei. In der Sammlung der Staatsgalerie lässt sich anhand bedeutender Beispiele u.a. von Memling, Cranach oder Hetsch solch großen Frauen und ihrer Lebensgeschichte nachspüren.

Eigene Anreise.

**26F20258**

Do 5.3. | 17:30 – 19 Uhr

Staatsgalerie Stuttgart | Konrad-Adenauer-Str. 30-32 | Foyer

**14 €** zzgl. Eintritt (vor Ort bei Doz. zu bezahlen)

## Das Glück am Skulpturenrundweg – Köpfe- Kunstführung

**Ruth Messer**

Ruth Messer, Mitorganisatorin und Mitkuratorin des Skulpturenrundwegs führt auf unterhaltsame und fachkundige Weise zu allen 10 Skulpturenstandorten am Korber Kopf mit Abschluss bei Weinkostproben und „Köpfe“-Gebäck.

Koop.: Gemeinde Korb, Projektgruppe „Köpfe am Korber Kopf“, vhs Schorndorf, vhs Unteres Remstal. Es gelten die Geschäftsbedingungen der vhs Unteres Remstal. Anmeldung erforderlich

**26F20260**

Sa 25.4. | 14 – 16:30 Uhr

Wanderparkplatz Hanweiler Sattel

**22 €** inkl. Führung, Weinprobe, Gebäck

## Magnet Paris – Picasso, Parks, Photographien

**Andrea Welz**

Paris zog schon zu Beginn des 20. Jahrhunderts Menschen aus aller Welt an – von Bankiers bis zu experimentierfreudigen Künstlern. Mit der Metro, die die Stadt neu verband, wurden viele Bauprojekte realisiert. Entdecken Sie mit Andrea Welz das Albert-Kahn-Museum, Picasso-Museum und die historischen Stadtteile Montparnasse und Marais. Erleben Sie Kunst, Gärten und Geschichte im Herzen von Paris. Infos zur Anmeldung auf der vhs-Internetseite

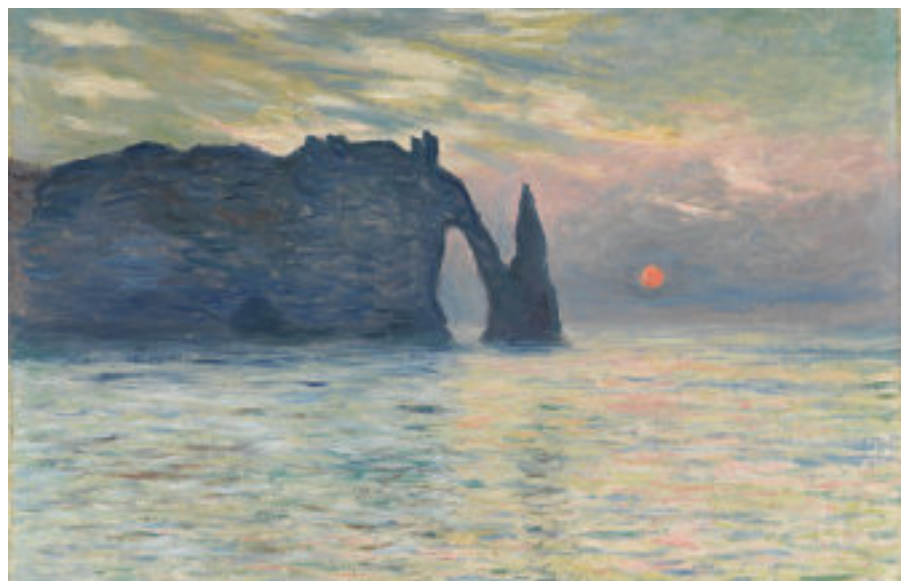
Veranstalter der Fahrt ist Schlienztours. Es gelten die Geschäftsbedingungen der Schlienztours GmbH & Co.KG, Willy-Rüsch-Straße 11, 71394 Kernen.

**26F20262**

Mi 18.3. – Sa 21.3.

Schlienztours | Willy-Rüsch-Str. 11

**1.199 €** Schnellbucherpreis 1.099 €; EZ-Zuschlag 330 €





## In Moll – La Biennale di Venezia

Andrea Welz

Die 61. Biennale Arte Venezia 2026 trägt den Titel „In Minor Keys/In Moll“. Die überraschend verstorbene Kuratorin Koyo Kouoh hatte das Konzept entworfen, das Moll-Tonarten als Ausdruck von Melancholie, Trost, Hoffnung und Transzendenz thematisiert. Trotz ihres Todes wird die Ausstellung nach ihren Plänen realisiert. Der deutsche Pavillon wird von Kathleen Reinhardt kuratiert, mit Künstlerinnen, die gesellschaftliche Ordnungssysteme hinterfragen. Infos zur Anmeldung auf der vhs-Internetseite.

Veranstalter der Fahrt ist Schlienztours. Es gelten die Geschäftsbedingungen der Schlienztours GmbH & Co.KG, Willy-Rüsch-Straße 11, 71394 Kernen.

**26F20264**

Do 14.5. – Mo 18.5.

Schlienztours | Willy-Rüsch-Str. 11

1.799 € Schnellbucherpreis 1.699 €; EZ-Zuschlag 200 €

## KELTERLESUNG

### Kelterlesung – Dr. Mirko Nottscheid: Rilke zeichnet

Zum Rilke-Jubiläumsjahr überrascht ein neuer Bildband mit bisher unbekannten Zeichnungen des Dichters – fantasievoll, verspielt und tief verwurzelt in seiner Zeit. Ein vielseitiges bildnerisches Werk, vorgestellt vom Literaturarchiv Marbach.

Eine Lesung in Kooperation mit dem Kulturamt und der Stadtbücherei Winnenden. Kartenvorverkauf: Stadtbücherei, reservix.de, reservix-Vorverkaufsstellen

**26F20320**

Mi 25.2. | 19 – 21 Uhr

Alte Kelter Winnenden | Paulinenstr. 33 |

Theaterraum

9 € erm. 6 €

## MUSIK, THEATER

### Hinter den Kulissen: „Einszweundzwanzig vor dem Ende“, Altes Schauspielhaus

Erleben Sie das zweitälteste Theater Stuttgarts hinter den Kulissen: Wir zeigen Ihnen Garderoben, Maske, Fundus und Bühne und geben Einblicke in die Produktionsabläufe. Die Dramaturgin erzählt die Geschichte des Hauses. Am Abend sehen Sie das Stück „Einszweundzwanzig vor dem Ende“ mit Heiko Ruprecht und Jan Messutat – ein tiefgründiges, aberwitziges Stück über Leben und Tod. Eigene Anreise. Anmeldung/Rücktritt bis 29.01.2026

- 16:30 – 18 Uhr Führung, Treffpunkt Haupteingang

- danach freie Zeit zum Bummeln oder Abendessen

- 19:30 Uhr Vorstellungsbeginn

**25H20406**

Do 19.2. | 16:30 – 21:45 Uhr | 90 Min. Pause  
Altes Schauspielhaus Stuttgart | Kleine Königstr. 9

32 € inkl. Führung und Karte für die Vorstellung

### Improtheater – kreativ, spontan und frei!

Bernhard Wittmer

Im Wort „Improvisation“ steckt bereits die „Vision“ vom spielenden Menschen, der (im Sinne Schillers) nur da ganz Mensch ist, wo er spielt. Beim Improvisationstheater-Spielen befreien wir uns von Notwendigkeit und Pflicht und alles wird möglich. Anmelden und mitspielen!

**25H20450**

Do 29.1. | 19:30 – 21 Uhr | 10 Termine  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
95 €

### Theaterworkshop – mit dem Regisseur der Rems-Murr-Bühne Leutenbach

Bernhard Linke

In diesem Workshop arbeiten wir in praktischen Übungen mit Improvisation, szenischer Fantasie und dem Umgang mit Texten. Wir erforschen, wie Sprache, Körper und Ausdruck ineinanderwirken, und wie wir unser Auftreten bewusster wahrnehmen und gestalten können. Der Schwerpunkt liegt auf dem Zusammenspiel mit anderen – Theater als Team-Erlebnis, in dem alle Mitspielenden gehört werden. Ein Kurs sowohl für Neulinge als auch erfahrene Teilnehmende, geleitet von einem professionellen Schauspieler, Regisseur und Theaterpädagogen. In Kooperation mit der Rems-Murr-Bühne Leutenbach

**25H20452**

Mo 9.2., 23.2., 9.3., 23.3., 20.4., 4.5. | 18 – 21 Uhr

Probenraum auf dem Giesser-Areal

Winnenden | Badstr. 6

129 €

### NEU Musik erstellen mit KI – online

Tatyana Sarasa

Entdecken Sie die KI-Musikproduktion mit Suno. Lernen Sie die Grundlagen, erstellen Sie eigene Musikstücke und diskutieren Sie rechtliche Aspekte. Für Musikbegeisterte und Kreative aller Altersgruppen. Keine Vorkenntnisse nötig, nur Ihr Gerät und Neugierde.

**26F20400-O**

Di 14.4. | 18 – 20 Uhr

Online-Kurs

20 €

### Die h-moll-Messe von Johann Sebastian Bach

Vortrag von Gerhard Paulus.

Anmeldung erforderlich

**26F20406**

Di 3.3. | 19 – 20:30 Uhr

Albrecht-Bengel-Haus Winnenden | Bengelstr. 22

10 €

## Didgeridoo – das Holzblasinstrument der australischen Ureinwohner

Ralph Gaukel

Kennenlern-Workshop für Interessierte ohne Grundkenntnisse. Mit dem Didgeridoo werden über einem Grundton vielfältige Klänge und Rhythmen erzeugt. Im Workshop lernen Sie die Grundtechniken. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Sitzkissen, Verpflegung. Die Instrumente aus Kunststoff können ausgeliehen (Gebühr 5 €) oder gekauft werden (mit Bienenwachsmundstück (5 €) / Holzmundstück (15 €))

Koop.: vhs Unteres Remstal, es gelten die Geschäftsbedingungen der vhs Unteres Remstal

**26F20401**

Sa 18.4. | 9:30 – 15:30 Uhr

vhs Unteres Remstal – Zweigstelle

Fellbach | Eisenbahnstraße 23

68,57 € bei 4 TN, ab 5 TN 49 €

## Trommeln mit der afrikanischen Trommel

Thomas Arhin Eyison

Ein Kurs für Menschen mit und ohne Behinderung in Kooperation mit der Paulinenpflege Winnenden. In diesem Trommelworkshop erlernen Sie neben den grundlegenden Anschlagstechniken traditionelle Rhythmen aus Ghana. Der Kurs ist für Neulinge und Personen mit geringen Vorkenntnissen ausgelegt. Unterrichtet wird auf der „Kpanlogo-Drum“, einer kongaähnlichen Trommel. Trommeln können gegen eine Gebühr von 5 € beim Dozenten ausgeliehen werden.

**26F20402**

Sa 13.6. | 12:30 – 14:30 Uhr und So 14.6. |

10:30 – 12:30 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 7

38 €

## Hinter den Kulissen: „Die Optimistinnen“, Altes Schauspielhaus Stuttgart

Sie blicken hinter die Kulissen, sehen Garderoben, Maske, Fundus und Bühne und bekommen Einblicke in die Produktionsabläufe und die Geschichte des Hauses. Am Abend sehen Sie „Die Optimistinnen“ nach einem Roman von Gün Tank. Im Mittelpunkt stehen Frauen, die in den 70er Jahren als Gastarbeiterinnen nach Deutschland kommen. Die 22-jährige Nour aus Istanbul beginnt für die Rechte der Arbeiterinnen zu kämpfen. Mit einem deutsch-türkischen Ensemble und viel Live-Musik.

16:30 – 18 Uhr Führung, danach freie Zeit zum Bummeln oder Abendessen, 19:30 Uhr Vorstellungsbeginn

Eigene Anreise. Anmeldung/Rücktritt bis 20.5.

**26F20404**

Do 18.6. | 16:30 – 21:45 Uhr | 90 Min. Pause

Altes Schauspielhaus Stuttgart | Kleine

Königstr. 9

39 € inkl. Führung und Karte für die

Vorstellung



## MALEN, ZEICHNEN UND MEHR

### Acryl- und Aquarellmalerei – Winterlandschaften

**Rainer Hofmann**

Im Kurs werden Techniken der Acryl- und Aquarellmalerei beim Malen von Winterlandschaften anhand von Beispielen und Übungen vermittelt. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Sämtliches Material ist vorhanden. Unempfindliche Kleidung (Malkittel) sollte mitgebracht werden. In Kooperation mit der Künstlergruppe Schwaikheim. Anmeldeschluss: 19.01.

**25H20506**

Sa 24.1. | 14 – 18 Uhr  
Atelier d. Künstlergruppe Schwaikheim |  
Ludwigsburger Str. 18  
**45 €** inkl. 10 € Materialkosten.

### Kalligrafie: Schrift-Teppiche und Collagen

**Susanne Conrad**

In diesem Workshop gestalten wir aus Texten, Fotos, Farben und selbst hergestellten Papieren individuelle Collagen. Nach einer Einführung in kreative Buchstabengestaltung entstehen aus Druckbuchstaben ungewöhnliche Schrift-Teppiche. Am Freitag bereiten wir Themen und Materialien vor, am Samstag entstehen die Collagen. Keine Kalligrafie-Vorkenntnisse nötig.

**25H20512**

Fr/Sa, 30.1. – 31.1. | 18 – 21 Uhr | 60 Min.  
Pause | 2 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 4  
**74 €**

### **NEU** Kalligrafie-Übungskurs: Auf inneren Spuren

**Susanne Conrad**

Ein Kalligrafie-Übungskurs, der sich mit dem Schreiben und der Wirkung von Texten befasst. Inspiriert von Texten von Hilde Domin, Mascha Kaléko, Rose Ausländer und Rupi Kaur oder selbst ausgewählten Texten üben wir erlernte Schriften, vertiefen uns in die Texte und fragen, wie sie uns berühren und zu welcher Gestaltung sie führen: groß oder klein, dicht oder luftig? Farben und Formen spiegeln Empfindungen wider.

**26F20500**

Sa 25.4. | 9:30 – 17 Uhr | 60 Min. Pause  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 4  
**58 €**

### Graffiti – Workshop für Interessierte ohne Vorkenntnisse

**Patrick Klein**

Graffiti-Writer Patrick Klein zeigt, wie mit der Sprühdose echte Kunstwerke entstehen. Im ersten Teil geht es um Basics: Geschichte, Material, Rechtliches, Typografie und den richtigen Umgang mit der Dose. Am Praxistag wird eine legale Wand gestaltet – alle können eigene Entwürfe sprühen. Der Spaß steht im Vordergrund. Keine Vorkenntnisse nötig. Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf.

Koop.: vhs Unteres Remstal und vhs Schorndorf. Es gelten die Geschäftsbedingungen der vhs Unteres Remstal.

**26F20502**

Do 24.4. | 17 – 21 Uhr | vhs Fellbach,  
Eisenbahnstr. 23, Raum 0.3 und So 26.4. |  
10 – 15 Uhr | Bad Cannstatt  
**140 €** inkl. Starterkit

### Handlettering – die Kunst der schönen Buchstaben

**Annette Hårdter**

Einfach einsteigen ins Handlettering und individuelle Karten oder Schriften gestalten – ganz ohne Vorkenntnisse oder Spezialstifte. Sie erhalten Tipps und Ideen für Lieblingsschriften und Motive und setzen eigene Ideen kreativ um. Bitte mitbringen: karierten Block, Bleistift, Lineal, Radiergummi und verschiedene Stifte (z.B. Fineliner, Füller, Filzstifte).

**26F20503**

Sa 14.3. | 9:30 – 12 Uhr  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 4  
**23 €**

### Acrylmalerei – Spachteltechnik

**Rainer Hofmann, Schwaikheimer  
Künstlergruppe e.V.**

Im Kurs lernen wir Spachteltechniken mit Acrylfarben durch Beispiele und praktische Übungen kennen. Der Kurs eignet sich für Neulinge und Geübte. Das Material wird gestellt und ist in der Kursgebühr enthalten. Bitte mitbringen: unempfindliche Kleidung oder Malkittel

In Kooperation mit der Künstlergruppe Schwaikheim. Anmeldeschluss: 23.3.

**26F20504**

Sa 28.3. | 14 – 18 Uhr  
Atelier d. Künstlergruppe Schwaikheim |  
Ludwigsburger Str. 18  
**47 €** inkl. 10 € Materialkosten

### Acryl- und Aquarellmalerei – Oberflächen und Strukturen

**Rainer Hofmann, Schwaikheimer  
Künstlergruppe e.V.**

Im Kurs lernen Sie, Oberflächen und Strukturen mit Acryl- und Aquarellfarben zu malen. Anhand von Beispielen und Übungen werden verschiedene Techniken vermittelt. Der Kurs eignet sich für Neulinge und Geübte. Bitte mitbringen: unempfindliche Kleidung oder Malkittel

In Kooperation mit der Künstlergruppe Schwaikheim. Anmeldeschluss: 15.6.

**26F20506**

Sa 20.6. | 14 – 18 Uhr  
Atelier d. Künstlergruppe Schwaikheim |  
Ludwigsburger Str. 18  
**47 €** inkl. 10 € Materialkosten

**Einrahmungen**

**Colorado  
Künstlerbedarf**

Theodor-Heuss-Str. 77  
70736 Fellbach (Beim Bahnhof)  
TEL 0711 - 57 30 38  
colorado-shop.de

Di bis Fr 10 bis 18 Uhr Sa 10 bis 14 Uhr  
Montags geschlossen

Künstlerfarben  
Hobbyfarben  
Pigmente  
Leinwand  
Keilrahmen  
Galeriebedarf

Zeichenpapier  
Grafikerbedarf  
Pinsel  
Staffeleien  
Ton  
Speckstein



## **NEU** Einführung ins Acrylic Pouring – Fließende Kunst mit Acrylfarben

**Maika Holzmann**

Der Kurs bietet einen ersten Einblick in die Trendtechnik des Acrylic Pouring. Dabei werden Acrylfarben fließfähig gemacht und auf die Leinwand gegossen – so entstehen einzigartige Kunstwerke. Sie erhalten Tipps zu Materialien & Farblehre und probieren einfache Grundtechniken aus. Lassen auch Sie Ihre Kreativität fließen!

Bitte mitbringen: 2 Leinwände (max. 30 x 30 cm), 3 Plastik- oder Papierbecher (mind. 200 ml), Einmalhandschuhe, Zeitungspapier, eine große Kiste/Tablett/Karton für den liegenden Transport im nassen Zustand (oder Abholung nach dem Trocknen in der vhs), Kleidung, die schmutzig werden darf.

**26F20508**

Sa 14.3. | 13 – 16 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 4

**48 €** inkl. 15 € Materialkosten

## **Zeichnen lernen, sehen lernen**

**Doris Heidenreich**

Zeichnen und Malen machen mehr Freude mit guten Grundlagen – Begabung ist nicht alles, Übung zählt! In diesem Kurs arbeiten wir an den Techniken. Neulinge finden hier den idealen Einstieg, während Fortgeschrittene ihre Fähigkeiten in Form, Räumlichkeit, Perspektive und Proportionen erweitern können. Ziel ist es, die Wahrnehmung zu schulen und die Hand zu lockern. Bitte mitbringen: Skizzenblock (A3), Bleistift 2B, Radierer.

**26F20510**

Do 26.2. | 18:30 – 20 Uhr | 5 Termine

vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 4

**66 €**

## **Träume und Ziele sichtbar machen: ein kreativer Selbsterfahrungsworkshop**

**Juliane Kittel**

In diesem Workshop gehen wir Ihren inneren Themen und Visionen auf den Grund. Sie stärken Ihren Selbstwert und drücken sich kreativ aus. Mit einfühlsamer Anleitung gestalten Sie ein persönliches Vision Board (Collage) und inspirierende Alltagsbegleiter. Wir arbeiten mit Materialien wie Aquarellfarben und Kreide, begleitet von Märchen und kreativen Übungen. Vorkenntnisse sind nicht nötig.

**26F20512**

Sa 27.6. | 10 – 14:30 Uhr | 30 Min. Pause

vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 4

**25 €** inkl. 2 € für Material, Getränke, kleine Snacks



## **KREATIV MIT KI**

### **Bilder mit KI generieren – online**

**Tatyana Sarasa**

Seminar zur kostenlosen KI-Bildgenerierung mit Stable Diffusion: Live-Demos, praktische Einführung und kreative Experimente. Lernen Sie, wie Sie auch ohne Zeichentalent beeindruckende Bilder aus Text erstellen können. Für alle Kreativen und Technik-Fans. Wichtig: Viele Anwendungen sind nur über eine Anmeldung mit Google-, Microsoft-, Discord- oder Apple-Konto erreichbar. Halten Sie Ihre Anmeldedaten dafür bereit. Im 1. Termin braucht man ein Google Konto. Es empfiehlt sich, den Kurs mit dem PC zu machen (nicht vom Handy oder Tablet), ein zweiter Bildschirm wäre ideal ist aber keine Voraussetzung.

**26F20520-O**

Di 24.2. | 18 – 20 Uhr und

Di 3.3. | 18 – 20 Uhr

Online-Kurs

**40 €**

### **KI-Videos erstellen – online**

**Tatyana Sarasa**

Entdecken Sie die faszinierende Welt der Bildanimation! In diesem Intensivkurs mit 3 Terminen lernen Sie, wie Sie mit Hilfe von künstlicher Intelligenz (KI) und der benutzerfreundlichen Video-Editing-App CapCut statische Bilder in atemberaubende Animationen verwandeln können.

Voraussetzungen: Grundlegende Computer-Kenntnisse, Google-Konto.

**26F20522-O**

Do, 5.3., 12.3. und 19.3. | 18 – 20 Uhr |

3 Termine

Online-Kurs

**60 €**

## **SCHMUCK- GESTALTUNG**

### **Kreative Ketten – neu oder aus alten Schätzen**

**Susanne Löwer**

In diesem Kurs gestalten Sie Hals- und Armbketten aus Glasperlen und Edelsteinen nach Ihren Wünschen. Eine erfahrene Goldschmiedin zeigt, wie man Schmuckstücke zusammenstellt, auffädelt und Verschlüsse anbringt. Materialien wie Perlen, Edelsteine und Bänder können bei der Dozentin erworben werden. Bringen Sie gerne eigene Perlen oder Schmuckstücke mit. Geeignet für Anfänger. Bitte mitbringen: Geschirrhandtuch, Schüssel, Nagelschere.

**26F20540**

Sa 18.4. | 10 – 12:30 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 4

**23 €.** Material (ca. 10 €) wird nach Verbrauch bei der Kursleiterin bezahlt

### **Schöne Makramee-Armbänder mit Perlen – Grundkurs**

**Andrea Stoll**

In diesem Kurs können Sie selbst schöne Makramee-Armbänder herstellen und mit kleinen Metall- oder Steinerperlen verzieren. Sie lernen die Grundformen der Makramee-Knüpfttechnik und ihre vielseitigen Gestaltungsmöglichkeiten kennen und knüpfen ein individuelles Armband. Für alle, die etwas Geduld und Fingerspitzengefühl mitbringen. Die Dozentin ist Diplom-Schmuckgestalterin. Bitte mitbringen: Schere, Lineal und Feuerzeug

**26F20542**

Sa 7.3. | 10 – 13:45 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 4

**34 €.** Material (ca. 15 €, je nach Anzahl der Perlen) wird bei der Dozentin bezahlt



## Schöne Makramee- Armbänder mit Perlen – Aufbaukurs

**Andrea Stoll**

In diesem Aufbau-Kurs lernen Sie weitere Techniken der Makramee-Knüpfttechnik und ihre vielseitigen Gestaltungsmöglichkeiten kennen. Sie knüpfen ein individuelles Armband mit kleinen Metall- oder Steinperlen. Voraussetzung: Besuch eines Grundkurses bei Andrea Stoll. Bitte mitbringen: Schere, Lineal und Feuerzeug

**26F20544**

Sa 20.6. | 10 – 13:45 Uhr  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 4

**34 €.** Material (ca. 15 €, je nach Anzahl der Perlen) wird bei der Dozentin bezahlt

## Goldschmiedekurs: Ringe und Anhänger mit Wachsrohlingen herstellen

**Andrea Stoll**

Im Kurs gestalten Sie Ihr Schmuckstück aus Wachs, das durch Feilen, Sägen, Bohren oder Schnitzen in Form gebracht wird. Danach wird es in einer Gießerei in Silber oder ein anderes Metall gegossen. Beim zweiten Termin wird das Gussteil versäubert und auf Wunsch mit Perlen oder Steinen verziert. Ideal für Ringe und Anhänger. Die Dozentin ist Diplom-Schmuckgestalterin. Keine Vorkenntnisse nötig.

**26F20546**

Sa 28.2. | 10 – 13:45 Uhr und  
Sa 21.3. | 10 – 13 Uhr

Ludwig-Uhland-Gemeinschaftsschule  
Schwaikheim | Uhlandstr. 8 | Raum 0.05  
**66 €** zzgl. Materialkosten (ca. 70 €)

**26F20547**

Sa 13.6. | 10 – 13:45 Uhr und  
Sa 4.7. | 10 – 13 Uhr

Ludwig-Uhland-Gemeinschaftsschule  
Schwaikheim | Uhlandstr. 8 | Raum 0.05  
**66 €** zzgl. Materialkosten (ca. 70 €)

## KREATIVES GESTALTEN

### Schnipselpost – Kreative Karten mit Papierschnipseln

**Regina Münzenmaier**

Gestalten Sie besondere, individuelle (Glückwunsch)Karten mit einfachsten Mitteln. Schnipsel aus gestalteten Papieren werden so aufgeklebt, dass schöne Blumen oder andere Formen entstehen. Mit einem gestempelten Glückwunsch und schwarzem Fineliner werden die Karten verziert. Bitte mitbringen: Papierreste, schwarzer Fineliner, Klebstift und neutrale Karten mit Umschlag. Material kann im Kurs erworben oder mitgebracht werden.

**26F20548**

Sa 18.4. | 13 – 17 Uhr  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 4

**36 €**

### Töpferkurs für Neulinge und Fortgeschrittene

**Maria Bäßler**

Im Atelier der Dozentin lernen Sie verschiedene Techniken des Gestaltens mit Ton kennen (Würstchentechnik, Platten, Gipsformen) und fertigen eigene Objekte wie Schüsseln, Vasen oder Figuren. Es wird ohne Töpferscheibe gearbeitet. Abholtermin der Objekte wird im Kurs vereinbart.

**26F20550**

Mi 4.3. | 19 – 21 Uhr | 6 Termine  
Keramikatelier Schwaikheim |  
Bismarckstraße 12

**105 €.** 40 € für Ton (bis 10 kg) und Brennen werden bei der Dozentin bezahlt

**26F20552**

Mi 24.6. | 19 – 21 Uhr | 6 Termine  
Keramikatelier Schwaikheim |  
Bismarckstraße 12

**105 €.** 40 € für Ton (bis 10 kg) und Brennen werden bei der Dozentin bezahlt

### Bunte Nanas – Frauenfiguren nach Niki de Saint Phalle

**Bärbel Seidel**

In diesem Wochenendkurs gestalten Sie Ihre eigene Nana im Stile von Niki de Saint Phalle: vom Grundgerüst über Modelliermasse und Schleifen bis zum farbenfrohen Anmalen und Lackieren. Ihre Figur (mit Ständer ca. 40 cm hoch) wird so unvergänglich. Keine Vorkenntnisse nötig. Bitte mitbringen: Getränk, Schürze/Arbeitskleidung, Fön.

**26F20554**

Sa 18.4. | 14 – 18 Uhr und So 19.4. | 10 – 17 Uhr

Gemeinschaftsschule Leutenbach |  
Theodor-Heuss-Str. 27 | G0.04, Kunst  
**110 €** inkl. 23 € Materialkosten

## FOTOGRAFIE, VIDEO, BILDBEARBEITUNG

### Tierfotografie in der Wilhelma – ein Kurs in Theorie und Praxis

**Doris Bredow**

Wir besuchen ausgewählte Plätze in der Wilhelma, um in Ruhe Tierfotografie zu üben. Geduld ist gefragt, und wir verzichten auf Blitzlicht zum Wohl der Tiere. Beim zweiten Termin bearbeiten wir die Fotos gemeinsam. Vorkenntnisse sind nicht nötig, aber die Kamera sollte Ihnen vertraut sein (z. B. ISO- und Blenden-Einstellungen). Bitte bringen Sie eine Kamera mit geladenem Akku und ein Teleobjektiv (mind. 135 mm) mit, kein Objektiv mit Festbrennweite. Eigene Anreise. Bitte Wilhelma-Eintrittskarte vor Kursbeginn kaufen.

**25H20604**

Fr 6.2., 13 – 16:30 Uhr, Wilhelma Stuttgart  
Haupteingang und Di, 10.2., 19 – 21 Uhr, vhs  
Wiesenstraße 10, Raum 4.

**55 €** zzgl. Eintritt für die Wilhelma

### **NEU** Fotokurs im Wald

**Doris Bredow**

Wir unternehmen eine kleine Wanderung durch den Wald und halten wahre Schätze fotografisch fest. Vom Treffpunkt fahren wir gemeinsam weiter zu einem Waldparkplatz. Die Dozentin gibt Tipps zur richtigen Handyeinstellung für schöne Aufnahmen. Beim zweiten Termin treffen wir uns in der Volkshochschule, um unsere Bilder am Smartphone gemeinsam zu bearbeiten. Bitte bringen Sie Ihr Smartphone mit geladenem Akku sowie ausreichend Speicherplatz mit.

**26F20600**

Sa 18.4. | 14 – 17 Uhr | Treffpunkt: Aidehof,  
Parkplatz an der Pferdekoppel und Di 21.4. |  
19 – 21 Uhr | vhs Wiesenstraße 10, Raum 4  
**45 €**





## **NEU** Detailfotografie mit dem Smartphone in Winnenden

**Doris Bredow**

Wir erkunden die Innenstadt sowie den Schlosspark in Winnenden und machen Detailaufnahmen von Gegenständen, an denen wir im Alltag einfach nur vorbeieilen. Die Dozentin gibt Tipps zu den richtigen Einstellungen am Handy, damit die Aufnahmen gelingen. Beim zweiten Termin bearbeiten wir unsere Bilder gemeinsam in der Volkshochschule.

Bitte bringen Sie Ihr Smartphone mit geladenem Akku sowie ausreichend Speicherplatz mit.

**26F20602**

Sa 25.4. | 14 – 17 Uhr | Treffpunkt: vhs Winnenden, Marktstr. 47, Eingang und Di 28.4. | 19 – 21 Uhr | vhs Wiesenstr. 10, Raum 4

**45 €**

## **Videos schneiden mit CapCut: Einführungskurs – online**

**Tatyana Sarasa**

Lernen Sie Videos zu schneiden mit CapCut. Ein kompakter Einführungskurs für Einsteiger inkl. Effekte, Musik & Keyframes. Es empfiehlt sich, den Kurs vom PC aus zu verfolgen und ggf. auf dem Handy mit CapCut zu arbeiten.

Voraussetzungen: Installierte kostenlose Version von CapCut auf dem Handy oder PC. Idealerweise haben Sie einige Videoaufnahmen, die Sie zu einem kleinen Film verarbeiten möchten.

**26F20604-O**

Di 24.3. | 18 – 19:30 Uhr  
Online-Kurs

**20 €**

## **WEIDENFLECHTEN UND FLORISTIK**

### **Windlicht aus Weiden flechten**

**Monika Ehret**

Wir flechten ein Windlicht mit Sternboden und Henkel aus Weidenruten – ein schöner Blickfang an Sommerabenden für Terrasse oder Balkon. Da einige anspruchsvolle Flechttechniken enthalten sind, richtet sich der Kurs an Geübte oder Unerfahrene mit Geschick, Geduld und Motivation.

Bitte mitbringen: Glas (mind. 8 cm Durchmesser), robuste Kleidung, Rebschere, Schnitzmesser.

**26F20700**

So 14.6. | 14 – 18 Uhr  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 4

**46 €** inkl. 12 € Materialkosten



## **NEU** Frühlingshafte Kränze

**Esther Nachtrieb**

Passend zur Osterzeit binden wir frühlingshafte Kränze. Die Kursleiterin besorgt das Material für den Kranz, Federn und Trockenblüten. Bitte mitbringen: unempfindliche Kleidung, Reb-/Gartenschere, Bindedraht, Eierschalen, evtl. vorhandenes Dekomaterial, Heißklebepistole.

**26F20702**

Fr 27.3. | 18:15 – 21:15 Uhr  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 4

**37 €** inkl. 10 € Materialkosten

## **NÄHEN**

### **NEU** Individuelle Taschen nähen – Stoff und Größe nach Ihren Wünschen

**Heidi Heinzmann-Neumann**

In diesem Kurs nähen Sie eine Tasche nach eigenen Wünschen – nachhaltig und ein Unikat. Am ersten Abend besprechen wir die Stoffauswahl und das Material. Wenn Sie einen Stoff für Ihre Tasche haben, bringen Sie ihn gerne am ersten Abend mit. Am zweiten und dritten Abend nähen wir die Taschen. Der Kurs ist auch für Neulinge geeignet. Nähmaschinen und Schnittmuster sind vorhanden.

**25H20804**

Mi 21.1., 18:30 – 19:30 Uhr (Einführung),  
Nähen: Mi 4.2. und 11.2., 18:30 – 21:00 Uhr  
Ludwig-Uhland-Gemeinschaftsschule  
Schwaikheim, Neubau | Uhlandstr. 8 | Raum 0.12

**52 €**

### **Basisnähkurs: Schöne Kleidung selbst nähen**

**Hilde Lutz**

Nähen Sie Ihre Wunschkleidung selbst! Im Kurs fertigen Sie nach eigenen Maßen ein Kleidungsstück Ihrer Wahl. Sie lernen, mit der Nähmaschine umzugehen, Maß zu nehmen, Schnitte anzupassen, zuzuschneiden und zu nähen. Bitte bringen Sie Schreibzeug, Maßband, ggf. Schnitt und ab dem zweiten Termin Ihre Nähmaschine mit.

**26F20800**

Einführung: Mo 9.3. | 18:30 – 19:15 Uhr | 3  
Nähtermine ab Mo 23.3. | 18:30 – 21:30 Uhr  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 4

**94 €**

### **Nähen mit der Overlock-Maschine**

**Hilde Lutz**

In diesem Kurs lernen Sie Tipps und Kniffe im Umgang mit Ihrer Overlock-Maschine. Nähabläufe werden praxisnah erklärt: Einfädeln, Fadenspannung, Differential, Rollsaum, Gummi aufnähen, Säume u.v.m. Für Neulinge und Geübte geeignet. Bitte bringen Sie Schreibzeug und am zweiten Termin Ihre Overlock-Maschine mit Anleitung mit.

**26F20802**

Mo 23.3. | 17:30 – 18:15 Uhr und  
Sa 28.3. | 9:30 – 13:30 Uhr  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 4

**45 €**



## Workshop: Schnittmuster nach eigenen Maßen

**Hilde Lutz**

Jede Figur ist einzigartig. In diesem Kurs lernen Sie, Ihre Maße auf den Schnitt zu übertragen, um die perfekte Passform zu erreichen. Mit professioneller Unterstützung erhalten Sie Tipps und Kniffe und erstellen einen individuellen Schnitt für Ihr neues Lieblingsstück. Bitte mitbringen: Schreibzeug, Lineal, Maßband, ggf. Schnitt.

**26F20804**

Einführung: Mo 13.4. | 17:30 – 18:15 Uhr |  
Schnitt erstellen: Sa 25.4. | 9:30 – 13 Uhr  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 4  
**40 €**

## HANDWERK UND TECHNIK

### Schweißen live – Kennenlernwerkstatt

**Daniel Schube**

In diesem Workshop erhalten Sie eine Einführung ins Schweißen – inkl. Theorie zu Verfahren, Werkstoffen und Sicherheit. In der Kabine können Sie selbst erste Schweißversuche machen. Nicht geeignet für Menschen mit Herzschrittmacher. Bitte mitbringen: robuste Kleidung (Jeans), Arbeitsschuhe, Schreibzeug, Getränk.

In Kooperation mit der GSI SLV – Gesellschaft für Schweißtechnik International und der vhs Unteres Remstal. Es gelten die Geschäftsbedingungen der vhs Unteres Remstal.

**26F20900**

Sa 18.4. | 9 – 13 Uhr  
Schweißtechnische Lehr- und  
Versuchsanstalt Fellbach | Lise-Meitner-Str.  
13  
**60 € inkl. Material**

## Motorsägen: Grundkurs Arbeitssicherheit und Unfallverhütung

**Stefan Baranek**

Dieser Kurs vermittelt Grundlagen für den sicheren Umgang mit der Motorsäge in Land- und Forstwirtschaft (Nachweis DGUV 214-059 Modul A). Inhalte: 1 Tag Theorie, 1 Tag Praxis im Wald: Einsatz und Funktionsweise der Motorsäge, Schnitttechniken. Für Selbst-erwerber und Privatwaldbesitzer. Ab 18 Jahren. Bitte PSA, ggf. Motorsäge mitbringen; Leihkleidung auf Anfrage.

**25H20908**

Fr 20.2., 15 – 20 Uhr, vhs Winnenden,  
Wiesenstr. 10, Raum 6 und Sa, 21.2., 9 –  
16 Uhr, im Wald  
**180 €**

**26F20902**

Fr 27.3. | 15 – 20 Uhr, vhs Winnenden,  
Wiesenstr. 10, Raum 6 und Sa 28.3. | 9 –  
16 Uhr, im Wald.  
**180 €**

## Machen Sie Ihr Fahrrad frühjahrsfit: Pflege, Wartung, Reparatur – inklusiv

**Thomas Grau**

Die ersten warmen Tage sind ideal, um das Rad fit zu machen. Vermittelt werden Grundlagen der Fahrradwartung: richtige Sitzposition, Pflege, Verschleiß erkennen, Bremsen und Schaltung justieren, einfache Reparaturen. Eigenes Fahrrad mitbringen, keine E-Bike-Elektronik. Teilnahme unter 18 nur in Begleitung eines Erwachsenen. **Ein inklusiver Kurs für Menschen mit und ohne Behinderung ab 12 Jahren in Zusammenarbeit mit der Paulinenpflege.**

**26F20904**

Do 7.5. | 17 – 20 Uhr  
Paulinenpflege Winnenden | Max-Eyth-Str.  
55 | Bildungspark  
**21 € erm. 15,75 € (für Kinder)**

## **NEU** Lasercutter-Workshop: Individuelles Uhren-Zifferblatt aus Lindenholz

Der „Makerspace“ des Kreismedienzentrums zeigt in unserer vhs, wie man mit einem Lasercutter arbeitet. Sie lernen, wie der Cutter Holz, Filz und andere Stoffe schneidet. Mit der App „Linearity Curve“ gestalten Sie Ihr eigenes Zifferblatt auf einem iPad (wird gestellt). Holz für das Zifferblatt ist kostenlos, Uhrzeiger und -werke müssen selbst gekauft werden. In Kooperation mit dem Kreismedienzentrum Rems-Murr.

**26F20906**

Do 21.5. | 18 – 21 Uhr  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 4  
**kostenlos**

**KULTUR IN WINNENDEN**

Jetzt Tickets sichern

[www.winnenden-entdecken.de](http://www.winnenden-entdecken.de)

Bild: iStock-Yuri Arzurs

winnenden





**GESUNDHEIT  
BEWEGUNG  
ENTSPANNUNG**





## Natürlich stark durch die Wechseljahre

**Ulla Boehm**

Entdecken Sie in diesem Vortrag, wie Sie die Wechseljahre mittels sanfter Pflanzenheilkunde ganzheitlich begleiten und unterstützen können. Erfahren Sie praxisnahe, evidenzbasierte Tipps für ein selbstbestimmtes Wohlbefinden in dieser Lebensphase. Lernen Sie sichere Pflanzenheilmittel kennen, individuelle Rituale entwickeln und Fragen rund um Ernährung, Bewegung und Stressmanagement klären. Ein informativer, verständlicher Abend für alle, die natürliche Wege zu Balance und Lebensqualität in den Wechseljahren suchen.

**26F30006**

Mo 16.3. | 18:30 – 20 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum VII  
**15 €**

**26F30007**

Di 17.3. | 18:30 – 20 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum VII  
**15 €**, ermäßigt 10,00 €

## Fix im Kopf – mehr Erfolg im Alltag

**Ein Angebot für Ältere**

**Renate Faisst**

**26F30008**

Mo 2.3. | 10 – 11:30 Uhr | 10 Termine  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IV  
**110 €**

## Mit Schwung in den Frühling

**Ulla Boehm**

Nach der dunklen Jahreszeit ist es wichtig, den Körper zu entlasten und den Stoffwechsel zu beleben. Hausmittel und Heilpflanzen helfen dabei, fit in den Frühling zu starten. In der Veranstaltung gibt es Infos zur Anwendung pflanzlicher Arzneien, Wildkräuter und altbewährter Hausmittel sowie praktische Alltagstipps. Nach dem Vortrag bleibt Zeit für Fragen zu pflanzlichen, homöopathischen und allopathischen Mitteln für Erwachsene und Kinder.

**26F30009**

Mo 23.3. | 18:30 – 20 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum VII  
**15 €**

**26F30011**

Di 24.3. | 18:30 – 20 Uhr  
Online-Kurs  
**15 €**

## GESUNDHEITSWISSEN

### Fit und gesund durch die Wechseljahre

**Lisa Gabriel**

Veranstalter ist die VHS Winnenden in Kooperation mit der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg.

**25H30003**

Do 22.1. | 19 – 21 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
**6 €**

### Ganzheitliches Sehtraining

**Daniela Ferreira dos Santos**

Materialkosten in Höhe von 4,50 € sind inklusive.

**25H30018**

Mi 4.2. | 18:30 – 20:30 Uhr und  
Mi 11.2. | 18:30 – 20:30 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IV  
**30 €**

**26F30018**

Di 16.6. | 18:30 – 20:30 Uhr und  
Di 23.6. | 18:30 – 20:30 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum VII  
**30 €**

### **NEU** Die eigene Kräuterhausapotheke – natürlich helfen mit Heilpflanzen- Onlinevortrag

**Ulla Boehm**

**25H30022-O**

Mo 9.2. | 18 – 19 Uhr  
Online-Kurs  
**9 €**

### Winter ade – Fit mit Wildkräutern

**Dr. Robert Boehm**

Treffpunkt: Winnenden-Hanweiler, Wanderparkplatz „Hanweiler Sattel“

**26F30002**

Di 24.3. | 16 – 18 Uhr  
Wanderparkplatz Hanweiler Sattel  
**20 €**

### Die Naturapotheke vor unserer Haustür

**Dr. Robert Boehm**

Treffpunkt: Keplerstrasse 10, Birkmannsweiler

**26F30003**

Di 28.4. | 17 – 19 Uhr  
Garten des Dozenten Birkmannsweiler | Keplerstr.10  
**20 €**

### Die Naturapotheke vor unserer Haustür

**Dr. Robert Boehm**

Treffpunkt: Keplerstrasse 10, Birkmannsweiler

**26F30004**

Di 16.6. | 17 – 19:30 Uhr  
Garten des Dozenten Birkmannsweiler | Keplerstr.10  
**25 €**



## **NEU** Erwachsene Menschen in Trauer-Facetten des Trauerprozesses

**Patricia Bellmann**

Tod und Verlust verändern unser Leben von heute auf morgen. Das kann beispielsweise der Tod eines nahestehenden Menschen, der Verlust des Arbeitsplatzes, eine Trennung oder der Abschied von Gesundheit und Lebensplänen sein. Situationen wie diese bringen Trauergefühle mit sich. In diesem Vortrag geht es darum, was Trauer eigentlich ist, welche Gefühle sich dahinter verbergen können und wie unterschiedlich Menschen trauern. Wir sprechen darüber, was im Umgang mit Trauer hilfreich oder hinderlich sein und wie man als nahestehende Person unterstützend zur Seite stehen kann. Der Vortrag richtet sich an Menschen, die jemanden in Trauer begleiten oder sich grundsätzlich für das Thema interessieren. Ziel ist es, Verständnis zu fördern, Unsicherheiten abzubauen und Impulse für einen einfühlsamen, entlastenden Umgang mit Trauernden zu geben.

Ihre Referentin ist Kinderkrankenschwester und ausgebildete Trauerbegleiterin.

**26F30013**

Mi 22.4. | 19 – 20:30 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
18 €

## **Gesundheit im Fokus: Entgiftung und Entsäuerung für ein vitales Leben!**

**Annette Freder**

Erleben Sie die heilende Wirkung einer gezielten Entgiftung und Entsäuerung. Ihr Körper wird von belastenden Schadstoffen befreit, während sich Ihr inneres Gleichgewicht wiederherstellt. Diese ganzheitliche Reinigung bietet nicht nur Schutz vor chronischen Erkrankungen, sondern stärkt auch Ihr Immunsystem und fördert ein vitaleres Leben. Tauchen Sie ein in die Welt der Gesundheit und erfahren Sie, wie Sie Ihren Körper hierbei unterstützen können. Ihre Kursleiterin ist Ernährungswissenschaftlerin.

**26F30016**

Mo 16.3. | 18 – 21 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IV  
28 €

## **TAI CHI – QIGONG**

### **Taijiquan Peking-Form im Yang-Stil und Kurzformen für Fortgeschrittene**

**Gudrun Schirmer**

Bitte beachten Sie, dass im Juni kein Kurs stattfindet.

**26F31000**

Do 26.2. | 11:15 – 12:15 Uhr | 15 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
102 €

### **NEU Taijiquan Qigong Kurzformen im Yang-Stil für Anfänger ohne Vorkenntnisse**

**Gudrun Schirmer**

Bitte beachten Sie, dass im Juni kein Kurs stattfindet.

**26F31001**

Do 26.2. | 9 – 9:45 Uhr | 15 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
77 €

### **Tai Chi Chuan & Ch'i Kung mit Vorkenntnissen**

**Günter Fuchs**

**26F31002**

Mo 23.2. | 18 – 19:15 Uhr | 15 Termine  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
128 €

## **ENTSPANNUNG**

### **Autogenes Training**

**Christine Walther Belz**

**25H32131**

Do 22.1. | 20 – 21 Uhr | 7 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
56 €

## **Endlich schmerzfrei und beweglich mit der Liebscher&Bracht-Methode**

**Miriam Wendt**

Entdecken Sie die innovativen Übungen, die auf die Ursache Ihrer Schmerzen, Spannungen und Unbeweglichkeiten abzielen. Wir erobern Winkel zurück, die nicht mehr eingenommen bzw. erreicht werden und Sie lernen etwas über die Entstehung von Schmerzen. Mit Faszienrollen und -kugeln führen wir zusätzlich eine sanfte Selbstmassage durch, damit Sie entspannt in Ihren Alltag gehen können.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Sportschuhe, evtl. vorhandene L&B Faszien-Sets bzw. Übungsschlaufe

**25H32224**

Di 13.1. | 16:30 – 17:30 Uhr | 5 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
42 €

### **Beweglichkeit in den Tag mit Faszientraining nach Liebscher und Bracht**

**Linda Lungmuss**

**26F32220**

Mo 23.2. | 15:30 – 16:30 Uhr | 4 Termine  
nicht am 02.03.  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
34 €

### **Feldenkrais®**

**Gundi Braun-Stützlein**

**26F32103**

Mo 23.2. | 11 – 12:15 Uhr | 17 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
150 €

### **INDIAN BALANCE® indianische Body & Mind-Fitness**

**Jacqueline Helm**

Der Kurs findet am 05.05. und 12.05.2026 nicht statt.

**26F32106**

Di 24.2. | 18:30 – 19:30 Uhr | 16 Termine  
Feuerwehrgerätehaus Winnenden-Hertmannsweiler | Kiefernstr. 19  
109 €

### **Mit der Tao-Methoden Ihre Selbstheilungskräfte wecken und Schmerzen lösen**

**Aimin Wagner-Zhao**

Sie erfahren, wie eine gestörte Yin-Yang-Balance Schmerzen und Beschwerden verursacht und wie Sie mit einfachen, manuellen Methoden Ihre Selbstheilungskräfte aktivieren können. Mit Techniken wie Akupressur, Massage, Guasha, Qigong und Atemübungen lernen Sie, Verspannungen, Schmerzen sowie Beschwerden wie Verdauungsprobleme oder Schlafstörungen selbst zu lindern.

**26F32107**

Mo/Di, 20.4. – 12.5. | 18 – 20:15 Uhr | 5 Termine  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum VII  
79 €

**PERSÖNLICHE  
BERATUNG  
IST IMMER EIN  
GUTES REZEPT**



**APOTHEKE  
AM TORTURM**

Marktstraße 39, 71364 Winnenden, Fon 071 95/92 62-0, gesund.mit@apotheke-am-torturm.de



## All in One – Urlaub für die Seele

**Margarete Dünnow**

Gönnen Sie sich eine Auszeit und lernen Sie Entspannungsmethoden wie Autogenes Training, Fantasiereisen mit Klang und Progressive Muskelentspannung kennen. Diese Techniken helfen, Stress abzubauen, das Körpergefühl zu verbessern und innere Ruhe zu finden. Der Kurs bietet Raum zum Abschalten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte bequeme Kleidung, Yoga- oder Gymnastikmatte, Decke, kleines Kissen/Nackenrolle, dicke Socken und ein Getränk mitbringen.

**26F32110**

Fr 6.3. | 18:30 – 19:45 Uhr | 6 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**61 €**

## **NEU** Für Senioren: Progressive Muskelentspannung nach E. Jacobson

**Margarete Dünnow**

Progressive Muskelentspannung nach E. Jacobson ist auch für Senioren eine einfache und wirksame Entspannungsmethode. Durch systematische An- und Entspannung der Muskulatur können Sie Ihr Körpergefühl verbessern, verspannte Muskeln lockern und damit mehr Gelassenheit erreichen. Alle Übungen finden ausschließlich im Sitzen auf Stühlen statt. Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie ein paar dicke Socken mit sowie ein Getränk (Wasser) mit.

**26F32111**

Di 3.3. | 14 – 15 Uhr | 6 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**49 €**

## Fantasiereise mit Klang zum Entspannen

**Margarete Dünnow**

**25H32116**

Fr 6.2. | 18:30 – 19:45 Uhr  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**20 €**

**26F32115**

Fr 27.2. | 18:30 – 19:45 Uhr  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**20 €**

## Bones for Life kompakt am Wochenende

**Gundi Braun-Stützlein**

Bones for Life® basiert auf der Feldenkrais®-Methode und stärkt gezielt das Skelett. Durch achtsame Bewegungsfolgen lernen Sie, Ihre Körperhaltung zu verbessern, Fehlbelastungen zu vermeiden und Ihr Gleichgewicht zu fördern. Die Übungen im Liegen, Sitzen oder Stehen unterstützen eine leichtere, aufrechtere Bewegung und mehr Vitalität. Bitte bequeme Kleidung und warme, rutschfeste Socken mitbringen.

**26F32120**

Sa/So, 16.5. – 17.5. | 18 – 21 Uhr |  
2 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**43 €**

## Kaha® & Entspannung

**Angelika Schmidt**

Der Kurs findet auch in den Ferien statt. Bitte beachten Sie, dass im Mai kein Kurs stattfindet.

**26F32126**

Mi 25.2. | 18:45 – 19:45 Uhr | 14 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
**96 €**

## Kaha®

**Angelika Schmidt**

Kaha® bedeutet energiegeladen! Inspiriert von Aroha®, Tai Chi, Qi Gong und Yoga verbindet Kaha® Bewegungen langsam und fließend miteinander. Es kräftigt, dehnt und entspannt – eine gesunde Balance zwischen Beweglichkeit und Stabilität des Körpers. Der Kurs ist für jeden Menschen geeignet.

**26F32127**

So 19.4. | 14 – 16 Uhr  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
**14 €**

## Meditation am Weltfrauentag

**Daniela Weh**

Bei der Meditation am Weltfrauentag, zu der wir natürlich auch Männer herzlich begrüßen, werden wir uns auf die Reise nach innen begeben, um Kraft, Selbstliebe und Verbundenheit mit neuer Energie zu stärken. Meditatives Gehen, positive Affirmationen, eine Klangmeditation und eine Meditation in der Stille sind Teile des Meditationsnachmittags. Der Nachmittag ist für AnfängerInnen und Fortgeschrittene geeignet.

**26F32128**

So 8.3. | 16 – 19 Uhr  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**28 €**

## Ruhig und entspannt ins Wochenende

**Daniela Weh**

Wir lassen die Erfahrungen und Erlebnisse der vergangenen Woche zurück und kommen ganz bewusst in die Ruhe, aus der wir unendlich viel Kraft schöpfen können. Wir machen u.a. eine Märchenmeditation, eine Stillemeditation, eine Atemmeditation sowie eine meditative Reise durch den Körper. Lassen Sie sich darauf ein und spüren Sie nach, wie gut eine Meditation tut. Der Abend ist für AnfängerInnen und Fortgeschrittene geeignet.

**26F32129**

Fr 26.6. | 18 – 21 Uhr  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**28 €**

**REMS-MURR-KLINIKEN**

## Medizin am Mittwoch

Mittwochs um 17:00 Uhr  
Teilnahme kostenfrei und ohne Anmeldung möglich

Mit unserer Veranstaltungsreihe „Medizin am Mittwoch“ bieten wir Ihnen regelmäßig verständliche Einblicke in aktuelle medizinische Themen. Unsere Expertinnen und Experten erklären neueste Entwicklungen aus der Medizin, geben Orientierung und beantworten Ihre Fragen direkt vor Ort.

**Kommen Sie vorbei und bleiben Sie rund um Ihre Gesundheit gut informiert.**

Weitere Infos über den QR-Code oder unter:  
[www.rems-murr-kliniken.de](http://www.rems-murr-kliniken.de)







## Mit Achtsamkeit und Genuss durch den Alltag – Stress abbauen und mehr Lebensfreude gewinnen

**Ophelia Markgraf**

An zwei Abenden erhalten Sie Impulse und praktische Übungen, wie Sie mit kleinen Auszeiten mehr Gelassenheit in Ihren Alltag bringen können.

In diesem Workshop bekommen Sie eine kompakte Einführung in die Wirkmechanismen von Stress und erfahren, wie er unseren Alltag beeinflusst. Sie lernen, wie einfache Achtsamkeits- und Wahrnehmungsübungen helfen können, zur Ruhe zu kommen, Klarheit zu gewinnen und den Tag bewusster zu gestalten. Mit kleinen Atem- und Entspannungsübungen sowie einem genussvollen Moment erleben Sie ganz praktisch, wie sich mehr Leichtigkeit und Lebensfreude in den Alltag integrieren lassen. Der Workshop richtet sich an alle, die einen achtsameren Umgang mit sich selbst entdecken und ihre Stresskompetenz stärken möchten – alltags-tauglich, wirkungsvoll und mit Freude am Ausprobieren.

Bitte bringen Sie dicke Socken, Handtuch und etwas zum Trinken mit.

**26F32135**

Mi 25.2. | 20 – 21:30 Uhr und

Mi 4.3. | 20 – 21:30 Uhr

vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**22 €**

## NEU Kleine Pausen, große Wirkung – Gelassenheit im Alltag leben

**Ophelia Markgraf**

Fällt es Ihnen manchmal schwer, wirklich abzuschalten, den Kopf leer zu bekommen und einfach nur da zu sein? Dann darf dieser Kurs Ihr kleiner Ruheanker sein: ein Ort, an dem Sie nichts leisten müssen, sondern einfach ankommen dürfen, bei sich selbst. Mit sanften Atemübungen, achtsamer Körperwahrnehmung und geführten Phantasie-reisen lernen Sie Schritt für Schritt loszulassen und innerlich ruhiger zu werden. Sie bekommen Impulse, wie Sie Stress besser verstehen und mit kleinen, wohltuenden Auszeiten mehr Leichtigkeit in deinen Alltag bringen können. In einer ruhigen, wertschätzenden Atmosphäre können Sie ganz in Ihrem Tempo entdecken, was Ihnen guttut und wie Sie Momente der Ruhe und Freude wieder bewusster wahrnehmen können. Ein Kurs für alle, die sich nach mehr Gelassenheit, innerer Balance und Lebensfreude sehnen, achtsam, stärkend und alltagstauglich.

Bitte bringen Sie dicke Socken, Handtuch und etwas zum Trinken mit.

**26F32136**

So 1.3. | 10 – 11:30 Uhr | 4 Termine

vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**44 €**

## Meditatives Faszientraining

**Julia Gärtner**

**26F32130**

Mo 23.2. | 19 – 20 Uhr | 15 Termine

AWO Leutenbach | Hauptstr. 23

**106 €**

## NEU Kleine Auszeit – Meditative Reise mit ätherischen Ölen

**Jana Duss**

Drei Abende voller Entschleunigung und Sinneserleben: Geführte Meditationen, ätherische Öle und sanfte Achtsamkeitspraxis schenken Ihnen wohltuende Momente der Ruhe, Regeneration und innere Kraft:

- Geführte Meditation und Traumreisen

- Anwendung ätherischer Öle zur Entspannung

- Alltagsanker setzen

- Raum für Reflexion und sanfte Gruppenimpulse

Ziel des Kurses sind Erholung, innere Klarheit und tiefe Regeneration auf körperlicher und seelischer Ebene.

Bitte bringen Sie ein Kissen, Decke, warme Socken, etwas zum Trinken und wer möchte eine Schlafmaske mit.

**26F32131**

Di, 3.3., 10.3. und 17.3. | 19:30 – 21 Uhr |

3 Termine

vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2

**41 €**

## Entspannungsabende

**Christine Walther Belz**

**26F32132**

Do, 26.2., 5.3. und 12.3. | 18:45 –

19:45 Uhr | 3 Termine

vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2

**24 €**

## In die Stille mit Klangschalen

**Maria Ines De Moura Lima Käpplinger**

Wir beginnen den Kurs mit leichten Dehnübungen und mit Meditation, um zur Ruhe zu kommen. Dann erleben wir die Klänge der Klangschalen im Liegen. Die Klänge geben uns Raum, um tiefer in die Entspannung zu kommen. Durch den Klang erfahren wir einen Raum der Geborgenheit und der inneren Stille. Mit ihrer ganzen Fülle berühren uns die Töne und erwecken ein tieferes Empfinden. Es werden Metall- und Kristall-Klangschalen eingesetzt.

**26F32133**

Sa 14.3. | 14:30 – 17:30 Uhr

vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1

**29 € + 4 €** für die Benutzung der

Klanginstrumente

tieferes Empfinden. Es werden Metall- und Kristall-Klangschalen eingesetzt.

**26F32134**

Sa 20.6. | 14:30 – 17:30 Uhr

vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1

**29 € + 4 €** für die Benutzung der

Klanginstrumente

## Ein 4-wöchiger Onlinekurs für mehr Energie, Leichtigkeit und innere Balance

**Ganzheitlich gesund: Ihr Einstieg in ein vitales Leben**

**Linda Lungmuss**

**26F32222-O**

Mo 23.2. | 18:30 – 19:45 Uhr | 4 Termine

Online-Kurs

**42 €**



## **NEU** Meditation im Stuhlkreis

**Jutta Borchert**

Meditation ist eine uralte Methode der Bewusstseinsarbeit. Wir gehen aus dem Alltagsbewusstsein heraus in das Feld der Stille. Hier finden wir Klarheit und unsere innere Wahrheit. Wissenschaftliche Studien zeigen, dass Meditation förderlich für die Gesundheit sein kann. Die ersten beiden Termine sind Einführungsabende. Die folgenden Abende: Ankommen, geführte und stille Meditation, Gehmeditation, Abschluss.  
Hinweis: für die Gehmeditation bitte geeignete Socken mitbringen (oder barfuß gehen).

**26F32223**

Di 3.3. | 19:15 – 20:15 Uhr | 12 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**82 €**

## **YOGA**

### Regeneration und Entspannung durch Hatha-Yoga

**Diana Bertele**

**26F32200**

Di 24.2. | 10:30 – 11:45 Uhr | 12 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**102 €**

### Klassisches Yoga für alle

**Günter Fuchs**

**26F32204**

Di 24.2. | 19:30 – 21 Uhr | 15 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
**154 €**

### Klassisches Yoga für alle

**Günter Fuchs**

**26F32205**

Mo 23.2. | 19:30 – 21 Uhr | 15 Termine  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
**154 €**

## Yoga und Entspannung – Online

**Sabine Wiedenmann**

**26F32206-O**

Mi 25.2. | 20 – 21:15 Uhr | 15 Termine  
Online-Kurs  
**132 €**

## **NEU** Entspannendes Hatha Yoga

**Nadine Geiger**

Dieser Yogakurs lädt dazu ein, Ihnen in einer entspannten Atmosphäre, eine kleine Auszeit für sich zu nehmen und zur Ruhe zu kommen. Die Yogaeinheiten enthalten eine Mischung aus leichten, kräftigenden und ruhigen, lösenden Asanas (Yogaübungen). Bitte bringen Sie für die Yogaeinheiten eine Decke, Kissen und bequeme Kleidung mit.

**26F32207**

Sa 28.2. | 11 – 12:15 Uhr | 10 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**86 €**

### After Work Yoga- Online

**Leonie Palinkas**

**26F32208-O**

Do 26.2. | 18 – 18:45 Uhr | 10 Termine  
Online-Kurs  
**80 €**

**26F32209-O**

Do 11.6. | 18 – 18:45 Uhr | 6 Termine  
Online-Kurs  
**42 €**

### Hatha Yoga

Entspannung und Stärkung durch Hatha Yoga

**Karin Donges**

**26F32212**

Mo 23.2. | 9 – 10:45 Uhr | 15 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**179 €**

## Hatha Yoga

**Ramona Beyer**

**26F32213**

Di 24.2. | 18 – 19 Uhr | 15 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**102 €**

## Yoga für aktive Ältere

**Karin Donges**

**26F32219**

Di 24.2. | 8:30 – 10:15 Uhr | 15 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**180 €**

## VINYASA Yoga – mit Yogaerfahrung

**Andrea Beck-Rapp**

In diesem dynamischen Yogakurs verbinden wir Atem und Bewegung zu einem harmonischen Flow. Teilweise mit anspruchsvollen Sequenzen, dynamischen Übergängen und gezielter Kräftigung bringen wir Körper und Geist in Balance. Der Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Yogaerfahrung.

**26F32221**

Mo 23.2. | 16:45 – 17:45 Uhr | 15 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**102 €**

## **NEU** Anusara Yoga

**Barbara Suchanek**

Anusara bedeutet übersetzt ungefähr so viel wie „im Fluss sein“, „mit Anmut fließen“, dem Herzen folgen. Es ist ein moderner, lebens- und körperbejahender Hatha Yoga Stil. Die Haltungen werden sehr präzise angeleitet und ausgeführt. Anusarayoga hilft dem Körper in seine natürliche anatomische Form zurück. Das Praktizieren von Anusarayoga ermöglicht es, leichter, sicherer, tiefer und angenehmer in Yogahaltungen zu kommen und dort zu bleiben.

**26F32225**

Mi 25.2. | 10 – 11:15 Uhr | 10 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**85 €**

**26F32227**

Do 26.2. | 16:30 – 17:45 Uhr | 10 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**85 €**

## Yoga für Menschen Ü50

Für Fortgeschrittene

**Margot Wolft**

**26F32226**

Di 3.3. | 17:30 – 19 Uhr | 14 Termine  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
**148 €**

## **NEU** Aroma – Yoga mit Sonnengruß

**Margot Wolft**

**26F32228**

Do 26.2. | 17:30 – 18:45 Uhr | 10 Termine  
| Schiefersee 12  
**89 €**





## **NEU** Spezialyoga *Barbara Suchanek*

Eine Stunde vollgepackt mit Anusara Yoga, Qi-Gong, Pilates und Entspannung. Wir werden Atmen, Körpermitte stärken, klopfen und uns dehnen. Wir üben im Liegen und im Stehen, entspannen in sanften Yin Yoga und baden im Klang. Das aktiviert alle Organe, stärkt das Immunsystem, baut Stress ab, behebt Gelenkschwierigkeiten, das „Einrosten des Körpers“, baut chronische Schmerzen (Kopfschmerzen) ab, Bluthochdruck wird stabilisiert. Jeder Teilnehmer sollte nach Möglichkeit eine Matte, ein Kissen, eine Decke ein paar warme Socken mitbringen. Die Kleidung sollte nach Prinzip Zwiebeltechnik sein.

**26F32229**

Do 26.2. | 10 – 11 Uhr | 10 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**68 €**

## **Hormon – Yoga** *Margot Woldt*

**26F32230**

Do 26.2. | 19 – 20 Uhr | 4 Termine  
| Schiefersee 12  
**29 €**

## **Hatha Yoga für FrühaufsteherInnen** *Elfriede Hofer*

**26F32231**

Mi 11.3. | 7:15 – 8:15 Uhr | 10 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**68 €**

## **Special Yoga – Yoga für besondere Menschen**

*Maria Ines De Moura Lima Käpplinger*

Dieser Kurs ist ein inklusives Angebot für Menschen mit und ohne Behinderung. Angesprochen werden in diesem Kurs, Menschen mit unterschiedlichen Beeinträchtigungen, die gerne sanftes Yoga mit Freude und Leichtigkeit praktizieren möchten. Auch Menschen, die aufgrund ihrer Einschränkung nicht auf den Boden können, können die sanften Yogaübungen auf dem Stuhl ausführen. Die Kursleiterin ist ausgebildete Yoga-Lehrerin und Heilerziehungspflegerin seit mehr als 20 Jahren mit Herz und Seele. Der Kurs findet im April und am 06.05.2026 nicht statt.

**26F32234**

Mi 25.2. | 19:15 – 20:30 Uhr | 15 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 7  
**130 €**

## **PILATES**

### **Faszien-Pilates** *Angelika Schmidt*

**26F32380**

Do 26.2. | 9 – 10 Uhr | 14 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
**96 €**

### **Pilates Anfängerkurs** *Sandra Walter*

**26F33002**

Di 24.2. | 19:10 – 20:10 Uhr | 15 Termine  
Grundschule Schelmenholz | Steinhäusle  
43 | Gymnastikraum  
**106 €**

### **Klassisches Pilates mit Vorkenntnissen**

*Günter Fuchs*

**26F33003**

Di 24.2. | 18 – 19:15 Uhr | 15 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
**128 €**

### **Pilates Mittelstufe** *Sandra Walter*

**26F33004**

Di 24.2. | 18 – 19 Uhr | 15 Termine  
Grundschule Schelmenholz | Steinhäusle  
43 | Gymnastikraum  
**106 €**

### **Pilates & Entspannung für Männer** *Sandra Walter*

**26F33006**

Di 24.2. | 20:20 – 21:20 Uhr | 15 Termine  
Grundschule Schelmenholz | Steinhäusle  
43 | Gymnastikraum  
**106 €**

## **Pilates – Mittelstufe** *Monique Fischer*

**26F33010**

Mi 4.3. | 18:45 – 19:45 Uhr | 13 Termine  
am 29.04. findet kein Kurs statt  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
**92 €**

### **Pilates meets Rücken und Yoga** *Angelika Schmidt*

**26F33013**

Mi 25.2. | 17:45 – 18:45 Uhr | 14 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
**96 €**

### **Pilates klassisch** *Liane Cataldi*

Bitte beachten Sie, dass der Kurs auch in den Ferien stattfindet.

**26F33016**

Do 19.3. | 18:15 – 19:15 Uhr | 10 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**68 €**

### **Pilates**

*Liane Cataldi*

Bitte beachten Sie, dass der Kurs auch in den Ferien stattfindet. Am 18.06. und 25.06.2026 findet kein Kurs statt.

**26F33017**

Do 11.6. | 18:15 – 19:15 Uhr | 10 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**68 €**

### **Pilates**

*Liane Cataldi*

Bitte beachten Sie, dass der Kurs auch in den Ferien stattfindet.

**26F33018**

Do 3.9. | 18:15 – 19:15 Uhr | 10 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**68 €**





## Pilates und Faszientraining am Nachmittag

**Liane Cataldi**

Bitte beachten Sie, dass der Kurs auch in den Ferien stattfindet.

**26F33019**

Mi 18.3. | 16 – 16:55 Uhr | 10 Termine  
Paulinenpflege Winnenden | Lange Gasse  
7 | Gymnastikraum  
**63 €**

## Pilates und Faszientraining am Nachmittag

**Liane Cataldi**

Bitte beachten Sie, dass der Kurs auch in den Ferien stattfindet. Am 17.06. und 24.06.2026 findet kein Kurs statt.

**26F33020**

Mi 27.5. | 16 – 16:55 Uhr | 10 Termine  
Paulinenpflege Winnenden | Lange Gasse  
7 | Gymnastikraum  
**63 €**

## Pilates und Faszientraining am Nachmittag

**Liane Cataldi**

Bitte beachten Sie, dass der Kurs auch in den Ferien stattfindet.

**26F33021**

Mi 19.8. | 16 – 16:55 Uhr | 10 Termine  
Paulinenpflege Winnenden | Lange Gasse  
7 | Gymnastikraum  
**63 €**

## WIRBELSÄULE

### Wirbelsäulengymnastik

**Simone Beck**

**26F33125**

Di 17.3. | 13:15 – 14:15 Uhr | 15 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
**102 €**

### **NEU** Wirbelsäulengymnastik

**Simone Beck**

**26F33126**

Mi 18.3. | 9 – 10 Uhr | 10 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**68 €**

### Wirbelsäulengymnastik – Mittelstufe

**Monique Fischer**

**26F33127**

Mi 4.3. | 17:45 – 18:45 Uhr | 13 Termine  
am 29.04. findet kein Kurs statt  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
**92 €**

### Wirbelsäulengymnastik

**Sylvie Schmidt**

**26F33134**

Do 26.2. | 18 – 19 Uhr | 16 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 7  
**109 €**

## Wirbelsäulengymnastik für Jung und Alt

**Sylvie Schmidt**

**26F33135**

Mo 23.2. | 18 – 19 Uhr | 14 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**96 €**

## Mobiler Rücken – elastische Faszien

**Sylvie Schmidt**

**26F33136**

Mo 23.2. | 19:05 – 20:05 Uhr | 13 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**96 €**

## Wirbelsäulengymnastik

**Liane Cataldi**

**26F33139**

Do 19.3. | 19:20 – 20:20 Uhr | 10 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**69 €**

## Wirbelsäulengymnastik

**Liane Cataldi**

**26F33140**

Do 11.6. | 19:20 – 20:20 Uhr | 10 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**69 €**

## Rücken und Co. – sanftes Training

**Mirjam Knapp**

**26F33142**

Mi 25.2. | 16:50 – 17:50 Uhr | 18 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 7  
**123 €**

## Rücken und Co. – intensives Training

**Mirjam Knapp**

**26F33144**

Mi 25.2. | 18 – 19 Uhr | 18 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 7  
**123 €**

## Rückenfitness

**Tanja Gallinat**

**26F33145**

Mo 23.2. | 9:15 – 10:15 Uhr | 15 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 7  
**106 €**

## Bauch-Beine-Rücken

**Tanja Gallinat**

**26F33146**

Mo 23.2. | 10:30 – 11:30 Uhr | 15 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 7  
**106 €**

## FITNESS UND GYMNASTIK

### Aktiv & Gesund – Beckenbodentraining für Frauen

**Antje Grün**

**26F33149**

Mi 25.2. | 16:45 – 17:45 Uhr | 10 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**71 €**



**EGER Papierhülsen**

Innovative Lösungen  
in höchster Qualität

**EGER**

**Albert Eger GmbH & Co. KG**  
Palmerstraße 6 · D-71364 Winnenden

Tel. 0049(0) 7195-90 90  
info@eger-huelsen.de  
www.eger-huelsen.de





## Hula-Hoop

**Bianca Mayer**

**26F33171**

Mo 23.2. | 17:15 – 18:15 Uhr | 15 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
102 €

## Gymnastik für aktive Ältere

**Sabine Braun**

**26F33173**

Mi 25.2. | 11 – 12 Uhr | 15 Termine  
Halle Birkmannsweiler | Talaue 23  
90 €

## Mama fit – Nimm's Baby mit

**Bianca Mayer**

Fitness und Gesundheit sind zentrale Ziele dieses Kurses. Functional Fitness, Fettstoffwechseltraining, richtig dosiertes Krafttraining und motivierende Konditionsgymnastik führen zu einem besseren Wohlbefinden. Die Figur und die Babys freuen sich. Seien Sie dabei!

**26F33176**

Fr 27.2. | 9:30 – 10:30 Uhr | 15 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
102 €

## Fit in den Tag

**Karin Rosenauer**

**26F33178**

Mi 25.2. | 9:45 – 10:45 Uhr | 15 Termine  
Rems-Murr-Halle Leutenbach | Jahnstr. 20  
101 €

## Fit-Mix

**Liane Cataldi**

Bitte beachten Sie, dass der Kurs auch in den Ferien stattfindet.

**26F33179**

Mi 18.3. | 17 – 18 Uhr | 10 Termine  
Paulinenpflege Winnenden | Lange Gasse 7 | Gymnastikraum  
68 €

## Fit-Mix-Pilates für Sie und Ihn

**Angelika Schmidt**

**26F33180**

Do 26.2. | 10 – 11 Uhr | 14 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
86 €

## Fit-Mix

**Liane Cataldi**

Bitte beachten Sie, dass der Kurs auch in den Ferien stattfindet. Am 17.06. und 24.06.2026 findet kein Kurs statt.

**26F33181**

Mi 27.5. | 17 – 18 Uhr | 10 Termine  
Paulinenpflege Winnenden | Lange Gasse 7 | Gymnastikraum  
68 €

## Fit in die Woche

**Karin Rosenauer**

**26F33182**

Mo 23.2. | 18:30 – 19:30 Uhr | 14 Termine  
Sporthalle Ob den Gärten Leutenbach | Theodor-Heuss-Str. 29  
95 €

## Fit-Mix

**Sylvie Schmidt**

**26F33150**

Do 26.2. | 17 – 18 Uhr | 16 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden | Wiesenstr. 10 | Raum 7  
109 €

## Bodyforming

**Sonja Strauß**

**26F33152**

Mo 23.2. | 8:45 – 9:45 Uhr | 15 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
102 €

## Ganzkörpertraining

**Sonja Strauß**

**26F33153**

Di 24.2. | 10:45 – 11:45 Uhr | 10 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
68 €

## Fit und beweglich 60+

**Cornelia Kraus**

**26F33154**

Mo 23.2. | 10:05 – 11:05 Uhr | 17 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
120 €

## NEU Fit und beweglich 60+

**Cornelia Kraus**

**26F33155**

Mo 23.2. | 12:20 – 13:05 Uhr | 17 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
90 €

## NEU Senioren- fit

**Antje Grün**

In diesem Kurs trainieren wir gemeinsam unsere Standfestigkeit mit viel guter Laune, Bewegungen, die Freude machen und Übungen, die uns im Alltag sicherer und fitter machen. Für Teilnehmende, die sich teilweise beim Gehen oder Stehen unsicher fühlen oder Bedenken haben zu stürzen bzw. bereits gestürzt sind. Wir verbessern die allgemeine Kraft, die Ausdauer, das Gleichgewicht, trainieren den Umgang mit Ablenkungen und Störungen und üben das schonende zu – Boden- gehen und wieder aufstehen, jeder mit seinen individuellen Fähigkeiten.

**26F33156**

Mi 25.2. | 15:30 – 16:30 Uhr | 10 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
71 €

## Seniorengymnastik mit Stühlen

**Cornelia Kraus**

**26F33158**

Mo 23.2. | 11:10 – 12:10 Uhr | 17 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
120 €

## Light Night Fitness

**Tim Frank**

**26F33160**

Do 26.2. | 20:05 – 21:05 Uhr | 15 Termine  
Ludwig-Uhland-Gemeinschaftsschule Schwaikheim | Uhlandstr. 8 | Raum 0.08  
106 €

## Power-Fitmix für Fortgeschrittene

**Monique Fischer**

**26F33169**

Mi 4.3. | 19:45 – 20:45 Uhr | 13 Termine  
am 29.04. findet kein Kurs statt  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
92 €



## Fit und Fun – Mach mit, bleib fit

Karin Rosenauer

26F33183

Mi 25.2. | 18:25 – 19:25 Uhr | 15 Termine  
Rems-Murr-Halle Leutenbach | Jahnstr. 20  
101 €

## Fit-Mix

Petra Bader

26F33184

Mi 25.2. | 17:10 – 18:10 Uhr | 14 Termine  
Rems-Murr-Halle Leutenbach | Jahnstr. 20  
95 €

## NEU Jumping Fitness

Marina Fischer

Jumping Fitness ist ein dynamisches Ganzkörpertraining auf dem Mini-Trampolin – effektiv, gelenkschonend und mit jeder Menge Spaß! Zu motivierender Musik werden einfache Sprung- und Kraftübungen ausgeführt, das Herz-Kreislauf-System, Koordination und Balance gestärkt. Das Training fördert Ausdauer, Muskelkraft und Körperhaltung und sorgt gleichzeitig für ein tolles Körpergefühl. Durch die federnde Bewegung auf dem Trampolin werden die Gelenke geschont und gleichzeitig viele Muskelgruppen aktiviert. Ideal, um Stress abzubauen und neue Energie zu tanken.

26F33185

Do 26.2. | 16:30 – 17:15 Uhr | 10 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 3  
74 €

26F33187

Do 26.2. | 17:15 – 18 Uhr | 10 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 3  
74 €

## Shape and Flow – Ein buntes Fitnessprogramm für Alle

Claudia Pfeifer

Nach einem ausgiebigen Warm-Up erwarten Sie verschiedenste Kräftigungsübungen für den ganzen Körper. Mit Einflüssen aus dem Yoga, Functional Training und Aerobic sind Beweglichkeit und Flexibilität ein wichtiger Teil des Trainings. Zum Abschluss dehnen und entspannen wir die beanspruchten Muskelgruppen und lösen uns von Anspannung aus dem Alltag.

26F33186

Fr 27.2. | 18:45 – 19:45 Uhr | 15 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
80 €

## NEU Gymnastik für aktive Ältere

N.N.

Wir bleiben fit und beweglich durch Kraft, Schnelligkeit, Koordination, Dehnung und Ausdauer. Ganz nach dem Motto: Motivation bringt Sie in Gang, Gewohnheit bringt Sie voran! (Jom Rohn)

26F33188

Fr 27.2. | 10 – 11 Uhr | 15 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 7  
102 €

## Fitness gemixt

Mirjam Knapp

26F33190

Mo 23.2. | 19:40 – 20:40 Uhr | 18 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 7  
123 €

## Piloxing®

Tanja Stoll

26F33192

Di 24.2. | 17:20 – 18:10 Uhr | 9 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 7  
51 €

26F33193

Di 24.2. | 18:20 – 19:10 Uhr | 9 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 7  
51 €

## Bodypump

Ramona Beyer

26F33194

Di 24.2. | 16:45 – 17:45 Uhr | 15 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
102 €

## NEU Fit und Gesund in den Tag

Sabine Benkert

Wir beginnen die Stunde mit einem ausgiebigen Warm-Up mit Musik. Danach wird mit einer Mischung aus funktionaler Gymnastik, Kräftigungsübungen und Stretching die Muskulatur gestärkt, die Beweglichkeit verbessert und die Balance gefördert. Verschiedene Hilfsmittel wie Bälle, Pilatesrollen oder kleine Gewichte sorgen für Abwechslung bei den Übungen. Dieser Kurs bietet die Möglichkeit, die körperliche Fitness und das Wohlbefinden zu steigern.

Bitte mitbringen: Turnschuhe, großes Handtuch und Getränk. Der Kurs findet am 29.04. und 13.05.2025 nicht statt.

26F33196

Mi 25.2. | 9 – 10 Uhr | 15 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
102 €

## Step Aerobic mit Vorkenntnissen

Sabine Benkert

26F33198

Do 26.2. | 18 – 19 Uhr | 15 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
102 €

## Drums Alive und Gymnastik rund um den Pezziball

### Workshop

Angelika Schmidt

In diesem Workshop geht es um Fitness und Wellness für den ganzen Körper. Im ersten Teil des Workshops geht es um Drums Alive. Dies ist ein sehr effektives Ausdauertraining zur Steigerung der körperlichen und geistigen Fitness, zur Fettverbrennung, zur Kombination von Rhythmus und Bewegung. Faszientraining, Pilates, Ball-Aerobic und vieles mehr stehen im zweiten Teil des Workshops auf dem Programm. Dabei wird gezeigt, wie vielseitig der Pezziball als Trainingsgerät eingesetzt werden kann.

Bitte mitbringen: Matte, rutschfeste Socken oder Gymnastikschuhe und ein Getränk.

26F33200

So 14.6. | 10 – 12 Uhr  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
14 €

## Get in Shape! Online

Leonie Palinkas

26F33200-O

Do 26.2. | 19 – 19:45 Uhr | 10 Termine  
Online-Kurs  
70 €

## Get in Shape! Online

Leonie Palinkas

26F33201-O

Do 11.6. | 19 – 19:45 Uhr | 6 Termine  
Online-Kurs  
42 €

## STARKE FITNESS

### Starke Fitness – für mollige Menschen

Mirjam Knapp

26F33500

Mo 23.2. | 18:30 – 19:30 Uhr | 18 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 7  
123 €

### Curvy Yoga

Maria Ines De Moura Lima Kapplinger

Yoga kann jede/r praktizieren, auch wenn Sie ein paar Kilos mehr auf den Rippen haben. Im Kurs werden einfache Yogaübungen erlernt, mit Freude und Leichtigkeit, die ohne Vorkenntnisse durchführbar sind. In diesem Kurs führen wir die Übungen so aus, dass sie zum eigenen Körper passen. Der Kurs findet im April und am 02.05.2026 nicht statt.

26F33502

Di 24.2. | 19:15 – 20:30 Uhr | 15 Termine  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
130 €



## ZUMBA

### ZUMBA® Fitness Low Level

Tim Frank

26F33511

Do 26.2. | 18 – 19 Uhr | 15 Termine  
Ludwig-Uhland-Gemeinschaftsschule  
Schwaikheim | Uhlandstr. 8 | Raum 0.08  
102 €

### ZUMBA®Fitness

Tim Frank

26F33512

Do 26.2. | 19:05 – 20:05 Uhr | 15 Termine  
Ludwig-Uhland-Gemeinschaftsschule  
Schwaikheim | Uhlandstr. 8 | Raum 0.08  
102 €

### ZUMBA Gold®

Natalie Heilig

26F33517

Mo 23.2. | 18:30 – 19:30 Uhr | 15 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
102 €

### ZUMBA Fitness All levels

Natalie Heilig

26F33518

Do 26.2. | 19:15 – 20:15 Uhr | 15 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
102 €

### **NEU** ZUMBA Step® Das Ganzkörpertraining

Kristina Doumanis

26F33519

Mo 23.2. | 17 – 18 Uhr | 10 Termine  
Paulinenpflege Winnenden | Lange Gasse  
7 | Gymnastikraum  
68 €

### Mit ZUMBA®Fitness ins Wochenende

Kristina Doumanis

Am 13.03. findet kein Kurs statt.

26F33520

Fr 27.2. | 20 – 21 Uhr | 10 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
68 €

## TANZEN

### Internationaler Folkloretanz

Tanzen ist Atemholen der Seele

Corina Freyer-Diemer

26F33539

Fr 20.3. | 19 – 20:30 Uhr | 8 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 7  
82 €

### Winter-Konditions-Linedance für Geübte

Jacqueline Helm

Wir tanzen non stop eine Stunde Tänze, die wir schon erlernt haben. Tanzwünsche sind erbeten. Theoretische und praktische tänzerische Vorkenntnisse sind Voraussetzung für diesen Konditionskurs.

25H33543

Di 13.1. | 20 – 21 Uhr | 4 Termine  
Sporthalle Ob den Gärten Leutenbach |  
Theodor-Heuss-Str. 29  
30 €

### Line Dance für Anfänger

Jacqueline Helm

Der Kurs findet am 04.05. und 11.05.2026 nicht statt.

26F33540

Mo 23.2. | 19:45 – 20:45 Uhr | 8 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
96 €

26F33543

Mo 18.5. | 19:45 – 20:45 Uhr | 8 Termine  
Sporthalle ob den Gärten Leutenbach  
96 €

### Line Dance für Fortgeschrittene

Jacqueline Helm

Der Kurs findet am 05.05. und 12.05.2026 nicht statt.

26F33541

Di 24.2. | 20 – 21 Uhr | 14 Termine  
Sporthalle Ob den Gärten Leutenbach |  
Theodor-Heuss-Str. 29  
86,53 €

### Standard- und lateinamerikanische Tänze für Paare Teil II

Sibylle Gösweiner

25H33557

Sa 7.2. | 18 – 19:30 Uhr | 4 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
69 € pro Person (Anmeldung nur paarweise)

### Disco-Fox (Tip-Fox) für Anfänger, Teil II – Für Paare mit geringen Vorkenntnissen

Sibylle Gösweiner

25H33559

Sa 7.2. | 19:30 – 21 Uhr | 4 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
69 € pro Person (Anmeldung nur paarweise)

### Standard- und lateinamerikanische Tänze für Paare mit/ohne Vorkenntnisse Teil I

Sibylle Gösweiner

26F33545

Di 7.4. | 18 – 19:30 Uhr | 4 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
69 € pro Person (Anmeldung nur paarweise)

### Disco-Fox (Tip-Fox) für Anfänger, Teil I

Sibylle Gösweiner

26F33547

Sa 4.4. | 19:30 – 21 Uhr | 4 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
69 € pro Person (Anmeldung nur paarweise)

### Standard- und lateinamerikanische Tänze für Paare Teil II

Sibylle Gösweiner

26F33549

Sa/So, 12.4. – 2.5. | 18 – 19:30 Uhr |  
4 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
69 € pro Person (Anmeldung nur paarweise)

## OUTDOOR

### **NEU** Auszeit vom Alltag: Me-Time in der Natur

Ulla Boehm

Gemeinsam in der Gruppe verlassen wir den Stress des Alltags, entfliehen der täglich gewohnten Umgebung und entdecken die Natur um uns. Mit allen Sinnen tauchen wir ein in die Waldatmosphäre. Waldluft, Tannenduft und die Farben des Waldes sowie vertiefte Sinneseindrücke erfrischen und entspannen unseren Körper und Geist. Der gemeinsame Weg ist das Ziel. Er wird begleitet von Achtsamkeitsübungen, Yoga-Übungen, sowie Atemübungen. Herz-Kreislauf, Immun- und Nervensystem werden gestärkt, Stresshormone reduziert. Im Wald erleben wir intensiv, im „Hier und Jetzt“ zu sein. Gönnen Sie sich diese kleine wöchentliche Auszeit. Bitte mitbringen: festes Schuhwerk und entsprechende Kleidung  
Treffpunkt: Wanderparkplatz Schulerhof

26F33817

Mo 4.5. | 17:30 – 19 Uhr  
11 €

26F33819

Mo 8.6. | 17:30 – 19 Uhr  
11 €

### Walking

Angelika Kleiber

26F33818

Di 17.3. | 18:30 – 20 Uhr | 12 Termine  
Waldfriedhof Schelmenholz | Parkplatz  
127 €

### Buggy- Running

Bianca Mayer

26F33177

Do 26.2. | 9:30 – 10:30 Uhr | 15 Termine  
Treffpunkt Wunnebad  
102 €



## Lachspaziergang- Lachyoga in der Natur

**Ilsebyll Beutel-Spöri**

Bei unserem zweistündigen Spaziergang halten wir immer wieder inne um Atem-Lach-Dehn und Entspannungs-Übungen zu machen. Die Natur ist unser Motivator und die Bäume sind unser Sauerstoffproduzent. So tanken wir lachend und uns bewegend Kraft und Lebensfreude und lassen allen Stress hinter uns.

Treffpunkt: rechter Durchgang vom Schloss Winnenden zum Park

Bitte wettergerechte Kleidung und Schuhe anziehen und etwas zum Trinken mitnehmen.

**26F33846 Sommerferienkurs**

Mi 5.8. | 10 – 12 Uhr

Schlosspark Winnenden | Schlossstr. 50

**14 €**

## MASSAGE

### Partnermassage am Wochenende mit ätherischen Ölen

**Juliane Kittel**

Gewinnen und schenken Sie sich als Paar gemeinsam neue Energie, und stärken Sie Ihre individuellen gesundheitsförderlichen Ressourcen. Sie lernen Massagegriffe und -techniken, die Sie ohne Kraftaufwand anwenden können und Ihnen beiden guttun. Neben den praktischen Fertigkeiten erhalten Sie auch theoretisches Wissen zu ausgewählten ätherischen Aromaölen und deren Wirkung und lernen im Wechsel Fuß- alternativ Hand- und die Rücken- und Nackenmassage kennen. Zum Ausklang genießen Sie eine angeleitete Entspannungsübung.

Aufgrund partnerbezogener Übungen ist eine paarweise Teilnahme erforderlich. Die Kursgebühren gelten pro Person. Massageöl kann mitgebracht oder vor Ort gegen eine Gebühr von 3 € pro Paar erworben werden. Sie benötigen zudem eine Decke, ein Kissen, ein großes Handtuch, Socken, bequeme Kleidung, auf Wunsch eine eigene Yogamatte.

**26F36000**

Sa 28.3. | 10 – 13 Uhr

vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1

**24 €**

### Partnermassage am Wochenende mit ätherischen Ölen

**Juliane Kittel**

Gewinnen und schenken Sie sich als Paar gemeinsam neue Energie, und stärken Sie Ihre individuellen gesundheitsförderlichen Ressourcen. Sie lernen Massagegriffe und -techniken, die Sie ohne Kraftaufwand anwenden können und Ihnen beiden guttun. Neben den praktischen Fertigkeiten erhalten Sie auch theoretisches Wissen zu ausgewählten ätherischen Aromaölen und deren Wirkung und lernen im Wechsel die Kopfpunkt, Ohr- und Handmassage kennen. Zum Ausklang genießen Sie eine angeleitete Entspannungsübung.

Aufgrund partnerbezogener Übungen ist eine paarweise Teilnahme erforderlich. Die Kursgebühren gelten pro Person. Massageöl kann mitgebracht oder vor Ort gegen eine Gebühr von 3 € pro Paar erworben werden. Sie benötigen zudem eine Decke, ein Kissen, ein großes Handtuch, Socken, bequeme Kleidung, auf Wunsch eine eigene Yogamatte.

**26F36002**

Sa 25.4. | 10 – 13 Uhr

vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2

**24 €**

**Die VVS-App zeigt dir,  
wo's lang geht.**

**Neu!**

**vvs**

VVS Mobil

Jetzt downloaden!





**KOCHEN  
BACKEN  
STYLING**



## ERNÄHRUNGS- BILDUNG

### Strudel – gefüllt mit frischem Gemüse und Obst aus der Region

**Daniela Weh**

Es muss nicht immer Marillen-, Topfen- oder Apfelstrudel sein, Strudel ist auch mit Gemüse aus regionalem Anbau sehr lecker. Wir backen salzige Varianten mit Strudel- bzw. Blätterteig oder hauchdünnem Yufkateig und eine süße Variante. Wir stellen auch Strudelteig selbst her, um den Unterschied zu gekauften Teigen zu schmecken. Bitte mitbringen: gutes Küchenmesser, Schürze, Spüllappen, Geschirrtuch, Behälter für Kostproben, Getränk

Gefördert durch das Ministerium für Ernährung, Ländlichen Raum und Verbraucherschutz Baden-Württemberg

**26F38000**

Fr 12.6. | 18 – 21:30 Uhr

Ludwig-Uhland-Gemeinschaftsschule  
Schwaikheim, Neubau | Umlandstr. 8 | Küche  
17 € Lebensmittelkosten

## REGIONALE KÜCHE

### Backen im Backhaus

**Marlene Bauer**

Wir backen im Backhaus Höfen Brot und Salzkuchen. Zwei erfahrene Bäcker zeigen von der Herstellung des Teiges bis zur fertigen Backware Schritt für Schritt, mit wie viel Zeit und Liebe das Backen im Backhaus verbunden ist. Wir erfahren Interessantes über die Geschichte und die Möglichkeiten, die ein Backhaus bietet. Der fertige Salzkuchen wird vor Ort verkostet. Die Teilnehmenden nehmen ihr selbst hergestelltes Brot und den restlichen Salzkuchen mit nach Hause. Bitte mitbringen: große Teigschüssel, Getränk, Geschirrtücher, unempfindliche Kleidung und Schuhe

**26F38100**

Sa 12.9. | 11 – 16 Uhr

Backhaus Höfen, Winnenden-Höfen |  
Eckehardtstrasse 3

46 € inkl. 7 € Lebensmittelkosten

### Maultaschen in verschiedenen Variationen

**Daniela Weh**

Selbstgemachte Maultaschen sind einfacher zuzubereiten, als man denkt! In diesem Kurs bereiten wir vier Varianten zu: klassisch, vegetarisch, mit Lachs und mit Pilzen. Dazu gibt es einen gemischten grünen Salat und zum Schluss genießen wir alles gemeinsam. Die „Herrgottsbscheißerle“ sind ein Hochgenuss für jeden! Bitte mitbringen: Schürze, Spüllappen, Geschirrtücher, Behälter für Kostproben, Getränk

**25H38385**

Fr 16.1. | 18 – 21:30 Uhr

Ludwig-Uhland-Gemeinschaftsschule  
Schwaikheim, Neubau | Umlandstr. 8 | Küche  
46 € inkl. 17 € Lebensmittelkosten

**26F38200**

Fr 13.3. | 18 – 21:30 Uhr

Ludwig-Uhland-Gemeinschaftsschule  
Schwaikheim, Neubau | Umlandstr. 8 | Küche  
46 € inkl. 17 € Lebensmittelkosten

## INTERNATIONALE KÜCHE

### Köstliche italienische Küche

**Yulia Tagliaferri**

In der italienischen Küche gibt es viele einfache, aber köstliche Gerichte. Wir bereiten ein mehrgängiges Menü mit Zutaten wie Muscheln, Rote Beete, Käse, Gemüse und Fleisch zu und genießen es anschließend zusammen. Zum Abschluss gibt es ein typisch italienisches Dessert. Bitte mitbringen: Spüllappen, Geschirrtuch, Behälter für Reste, Getränk.

**25H38179**

Fr 23.1. | 18 – 22 Uhr

Albertville-Realschule Winnenden |  
Albertviller Str. 32 | Küche 2

49 € inkl. 18 € Lebensmittelkosten

### Äthiopische Küche

**Fikre Staudenmaier**

Wir lernen die äthiopische Küche unter Anleitung einer erfahrenen Köchin kennen, die bereits ein eigenes Restaurant hatte. Herzstück der äthiopischen Esskultur ist das Fladenbrot „Injera“, das die Dozentin vorbereitet. Im Kurs wird die genaue Zubereitung erklärt. Gekocht werden vegetarische Gemüse- und auch Fleischgerichte. Bitte mitbringen: Getränk, Behälter für Kostproben, Spüllappen, Geschirrtuch

**25H38122**

Fr 30.1. | 18 – 21 Uhr

Albertville-Realschule Winnenden |  
Albertviller Str. 32 | Küche 1

41,50 € inkl. 15 € Lebensmittelkosten

### **NEU** Türkisch, aber vegetarisch – Genuss ohne Fleisch

**Gülden Erkalkar**

Die türkische Küche bietet viele köstliche fleischlose Gerichte! In diesem Kurs entdecken wir ihre vegetarische Vielfalt: Von einer bunten Gemüsepfanne (Mücvet) über Rote-Linsen-Frikadellen (Mercimek Köftesi) bis zu Karotten-Salat mit Joghurt, Börek und Helva als Dessert. Wir kochen gesunde, herzhafte und farbenfrohe Gerichte, die auch Fleischliebhaber begeistern. Bitte mitbringen: Spüllappen, Geschirrtücher, Behälter für Reste, Getränk.

**25H38158**

Di 10.2. | 18 – 21:30 Uhr

Ludwig-Uhland-Gemeinschaftsschule  
Schwaikheim, Neubau | Umlandstr. 8 | Küche  
44 € inkl. 15 € Lebensmittelkosten

### Paella & Co.

**Daniela Weh**

Reis ist ein Grundnahrungsmittel und Grundlage für Gerichte wie Risotto, Milchreis und Sushi. In Spanien wird Reis seit über 1000 Jahren angebaut und verleiht vielen Gerichten besonderen Geschmack. Neben Paella entdecken wir weitere köstliche Reisgerichte. Der Kurs ist fleischnfrei, aber wir kochen mit Fisch und Meeresfrüchten. Bitte mitbringen: Küchenmesser, Schürze, Spüllappen, Geschirrtücher, Behälter für Kostproben, Getränk

**26F38300**

Sa 27.6. | 18 – 21:30 Uhr

Ludwig-Uhland-Gemeinschaftsschule  
Schwaikheim, Neubau | Umlandstr. 8 | Küche  
49 € inkl. 20 € Lebensmittelkosten

### Fufu-Kochkurs: Westafrikas

#### beliebteste Beilage

**Fadimatou Arétouyap Ndah**

Entdecken Sie die westafrikanische Küche! In diesem Kurs lernen Sie, Fufu aus Mais, Maniok, Kochbananen oder Yams zuzubereiten und dazu köstliche Saucen, auch vegetarisch, zu kreieren. Lassen Sie sich von exotischen Aromen inspirieren und genießen Sie einen kulinarischen Abend. Keine Vorkenntnisse nötig – nur Neugier, Hunger und gute Laune! Bitte mitbringen: Spüllappen, Geschirrtücher, Behälter für Reste, Getränk

**26F38302**

Fr 6.3. | 17:30 – 22 Uhr

Ludwig-Uhland-Gemeinschaftsschule  
Schwaikheim, Neubau | Umlandstr. 8 | Küche  
51 € inkl. 17 € Lebensmittelkosten

### Die Küche Indiens – vegetarische Rezepte

**Urvī Shah**

Die indische Küche verführt mit aromatischen Gewürzen und vielfältigen Geschmacksrichtungen – mild im Norden, scharf im Süden. Erleben Sie eine kulinarische Reise mit vegetarischen Gerichten, Currys, Chutneys und mehr. Die Dozentin aus Zentralindien zeigt die Zubereitung dieser Köstlichkeiten. Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtücher, Spüllappen, Getränk, Behälter für Kostproben

**25H38110**

Fr 13.2. | 18 – 21:30 Uhr

Albertville-Realschule Winnenden |  
Albertviller Str. 32 | Küche 2

44 € inkl. 15 € Lebensmittelkosten

**26F38304**

Fr 8.5. | 18 – 21:30 Uhr

Albertville-Realschule Winnenden |  
Albertviller Str. 32 | Küche 2

44 € inkl. 15 € Lebensmittelkosten

**26F38306**

Fr 24.7. | 18 – 21:30 Uhr

Albertville-Realschule Winnenden |  
Albertviller Str. 32 | Küche 2

44 € inkl. 15 € Lebensmittelkosten



## **NEU** Aromen aus Sri Lanka – traditionelle Küche mit Herz

**Kogulan Navaratnam**

Tauchen Sie ein in die farbenfrohe, aromatische Welt der sri-lankischen Küche! Entdecken Sie, wie in Sri Lanka gekocht, gewürzt und gefeiert wird. Gemeinsam bereiten wir typische Gerichte zu – von würzigen Currys über frische Sambols bis zu aromatischem Ceylon-Tee. Sie erfahren Spannendes über Kultur, Essgewohnheiten und Gewürze. Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtücher, Spüllappen, Getränk, Behälter für Kostproben

**26F38308**

Fr 17.4. | 18:30 – 22 Uhr  
Albertville-Realschule Winnenden |  
Albertviller Str. 32 | Küche 2  
**40 € inkl. 13 € Lebensmittelkosten**

## **NEU** Tom Kha Ghai und mehr: Thaiändisches Streetfood – Online

**Sona Hannaleck**

Wir kochen gemeinsam die beliebtesten Gerichte auf Thailands Straßen z.B. Tom Kha Ghai (pikante Hühnersuppe), Satay (Hähnchenspieße) mit Reis und Erdnusssoße und Gemüse-Frühlingsrollen mit Chilisoße. Den Link zum Online-Kurs, die Einkaufsliste und die Rezepte bekommen Sie rechtzeitig per E-Mail.

**26F38310-O**

Sa 14.3. | 15:30 – 17:45 Uhr  
Online-Kurs  
**26,50 €**

## Zu Gast in Mexiko: Ein mexikanisches Menü zum Genießen – Online

**Sona Hannaleck**

Schlemmen wie in Mexiko? Das lässt sich machen – auch ohne Kofferpacken! An diesem Nachmittag zaubern wir Mexican-Fee-ling mit leckeren Gerichten und Cocktails. Unser Menü: Ensalada Mexicana, Enchiladas Suizas, Platanos flameados con Tequila, Margarita Cocktail. Den Link zum Online-Kurs, die Einkaufsliste und die Rezepte bekommen Sie rechtzeitig per E-Mail.

**26F38312-O**

So 14.6. | 15:15 – 17:30 Uhr  
Online-Kurs  
**21 €**

## VEGETARISCHE KÜCHE

### „Iss Dich glücklich!“ – Vegetarische Rezepte für gute Laune – Online

**Daniela Faust**

Die Dozentin zeigt, wie eine ausgewogene, saisonale und regionale vegetarische Ernährung unseren Gemütszustand positiv beeinflussen kann. Sie erfahren mehr über Inhaltsstoffe und ihre Wirkung auf den Körper. Im Praxisteil kochen wir ein Gute-Laune-Menü, das die Ausschüttung von Glückshormonen fördert. Vor Kursbeginn erhalten Sie die Zugangsdaten und die Einkaufsliste.

**25H38235-O**

So 1.2. | 15 – 18 Uhr  
Online-Kurs  
**26,50 €**

## **NEU** Vegetarische Gerichte, die Leib und Seele wärmen

**Annette Hårdter**

Im Winter können leckere Gerichte uns von innen wärmen und gute Laune machen. In diesem Kurs bereiten wir zusammen Gerichte mit saisonalem Gemüse und Vorratszutaten zu: Fladenbrot aus der Pfanne, eine köstliche Suppe, eine besondere Nudelsalat-Variante und mehr. Zum Abschluss verkosten wir eine bunte Auswahl an vegetarischen Speisen. **Der Kurs in Zusammenarbeit mit der Paulinenpflege Winnenden richtet sich an Menschen mit und ohne Behinderung.** Bitte mitbringen: Getränk, Spüllappen, Geschirrtücher, Behälter für Kostproben

**25H38275**

Mi 4.2. | 18 – 21 Uhr  
Albertville-Realschule Winnenden |  
Albertviller Str. 32 | Küche 1  
**43,50 € inkl. 17 € Lebensmittelkosten**

## SPEZIALTHEMEN

### Basenfastenwoche – Gemeinsam fällt es leichter!

**Daniela Weh**

Basenfasten bedeutet den Verzicht auf säurehaltige Lebensmittel. In einem Online-Vortrag erfahren Sie alles über den Ablauf der Basenfastenwoche. Beim Kochabend bereiten wir Suppen und Pesto für sieben Tage und Smoothies für die ersten zwei Tage vor. Zudem erhalten Sie gekeimtes Müsli, Ingwer- und Kurkumashots, Fruchtriegel und Kraftkugeln. Bitte mitbringen: Küchenmesser, Schürze, Spüllappen, Geschirrtuch, Getränk, Einmachgläser (8 x 400 ml für Suppen, 2 x 125 ml für Pesto, 2 x 250 ml für Smoothies).

**25H38340-H**

Di 3.2. | 18:30 – 20:30 Uhr Online-Einführung | Kochabend: Fr 6.2. | 18:30 – 22:30 Uhr, Ludwig-Uhland-Schule Schwaikheim Neubau, Uhlandstr. 8, Küche | Online-Austausch: 9.2., 11.2. und 13.2., 18:30 – 20 Uhr  
Hybrid-Kurs  
**138 € inkl. 60 € Lebensmittelkosten**

### **NEU** Feine Fischküche

**Daniela Weh**

Nach einem alkoholfreien Cocktail und Apertifhappen bereiten wir gemeinsam ein exklusives Fischmenü zu: Fischterrine, Bouillabaisse mit Rouille, ein Hauptgericht und ein Limetten-Cheesecake zum Abschluss. Das Menü wird von einem guten Glas Weißwein begleitet.

**25H38380**

Sa 24.1. | 16:30 – 20:30 Uhr  
Küchenstudio Negele Winnenden |  
Degenhofer Str. 17 | Kochatelier  
**61 € inkl. 30 € Lebensmittelkosten**

**26F38406**

Sa 20.6. | 16:30 – 20:30 Uhr  
Küchenstudio Negele Winnenden |  
Degenhofer Str. 17 | Kochatelier  
**69 € inkl. 30 € Lebensmittelkosten**





## Kochabend für Männer

**Daniela Weh**

Wir kochen und genießen ein exklusives 4-Gänge-Menü, das auch für unerfahrene Köche geeignet ist. Dabei lernen Sie praxisnah den Umgang mit hochwertigen Lebensmitteln und erhalten wertvolle Tipps von einer erfahrenen Köchin. Der regelmäßige Kochabend für Männer bietet jedes Mal neue Rezepte. Bitte mitbringen: Küchenmesser, Schürze, Spüllappen, Geschirrtuch, Behälter für Kostproben, Getränk

**26F38400**

Do 12.3. | 18 – 22 Uhr

Ludwig-Uhland-Gemeinschaftsschule

Schwaikheim, Neubau | Uhlandstr. 8 | Küche  
**57 €** inkl. 26 € Lebensmittelkosten

**26F38401**

Do 21.5. | 18 – 22 Uhr

Ludwig-Uhland-Gemeinschaftsschule

Schwaikheim, Neubau | Uhlandstr. 8 | Küche  
**57 €** inkl. 26 € Lebensmittelkosten

## NEU Einfache Küche – Kochkurs für Männer

**Doris Bredow**

Gutes muss nicht aufwendig sein. Wir kochen gemeinsam mit frischen Zutaten „Schwedische Rahmkartoffeln mit Hackbällchen (Köttbullar)“ und einen leckeren Salat. Nach dem Kochen genießen wir das Essen miteinander. Zuhause können Sie Ihre Familie oder Freunde mit einem selbstgekochten Essen überraschen. Bitte mitbringen: Schürze, Spüllappen, Geschirrtuch, Behälter für Kostproben, Getränk

**26F38402**

Sa 28.2. | 14 – 17 Uhr

Albertville-Realschule Winnenden |

Albertviller Str. 32 | Küche 1

**33,50 €** inkl. 6,50 € Lebensmittelkosten

## Wilde Kräuter – wilde Küche

**Dr. Robert Boehm**

Wildkräuter bringen Abwechslung und gesunde Aromen in die Küche. Beim Spaziergang im Zipfelbachtal lernen wir, die Kräuter an ihren natürlichen Standorten zu erkennen und zu ernten. Anschließend bereiten wir in der Lehrküche der Albertville-Realschule leckere Gerichte aus den gesammelten Kräutern und Blüten zu. Lassen Sie sich von neuen Geschmackshorizonten überraschen! Bitte mitbringen: Taschenmesser, Stoffbeutel oder Korb, Spüllappen, Geschirrtücher, Behälter für Reste, Getränk

**26F38403**

Sa 25.4. | 9 – 14 Uhr

Wanderparkplatz Zipfelbachtal Winnenden | L1140 (gegenüber Wohnmobil-Stellplatz am Wunnebad)

**41 €** inkl. 6 € Lebensmittelkosten

## NEU Marmelade kochen & kreative Etiketten gestalten – ein inklusiver Kurs

**Annette Hårdter**

Nach einer kurzen Einführung kochen wir klassische Marmelade aus frischen Früchten und moderne Varianten mit Tiefkühlware und Gewürzen. Wer mag, gestaltet Etiketten im Handlettering-Stil. Am Ende nehmen Sie ein leckeres Sortiment mit. **Ein Kurs für Menschen mit und ohne Behinderung in Kooperation mit der Paulinenpflege Winnenden.**

Bitte mitbringen: Getränk, Schraubgläser (200-400 ml), Spüllappen, Geschirrtuch

**26F38408**

Di 12.5. | 18 – 21 Uhr

Albertville-Realschule Winnenden |

Albertviller Str. 32 | Küche 1

**43,50 €** inkl. 17 € Lebensmittelkosten

## ESS- UND TRINKKULTUR

### NEU Auf den Spuren des Bieres – eine Reise durch Länder und Jahrhunderte

**Pascal Wolke**

Begeben Sie sich auf eine Reise durch die Welt des Bieres. Wir starten in mittelalterlichen Klöstern, ziehen weiter in bayerische Brauhäuser, nach London, Pilsen und Norwegen und landen schließlich im modernen Amerika. Jede Station erzählt ein Stück Bier-, Kultur- und Landesgeschichte, die sich im Geschmack wiederfindet. Erleben Sie bei einer Verkostung, wie Brautraditionen, Zutaten und Stile sich über Jahrhunderte entwickelt haben – und warum Bier so viel mehr ist als ein Getränk.

**26F38600**

Fr 22.5. | 19:30 – 21 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 4

**25 €** inkl. 8,50 € für Bier, Wasser, Brot

## STYLING

### Farbberatung

**Angela Mühleck**

In diesem Kurs bestimmen wir über die Vier-Jahreszeiten-Methode hinaus auch Ihren Zwischentyp. Mit Farbtüchern erkennen Sie, wie Farben Ihr Gesicht beeinflussen: falsche Töne lassen müde wirken, die richtigen bringen Frische und Ausstrahlung. Sie gewinnen Sicherheit bei Kleidung, Haarfarbe und Accessoires. Bitte mitbringen: Schreibutensilien, Haarband, Abschminktücher. Farbpass erhältlich

**26F38900**

Mi 22.4. | 18:30 – 21:30 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 4

**30 €**

**26F38902**

Mi 29.4. | 18:30 – 21:30 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 4

**30 €**

### Stilberatung: Welche Schnitte, Stoffe und Frisuren zu Ihrem Typ passen

**Angela Mühleck**

Erfahren Sie, welche Schnitte, Stoffe und Frisuren Ihrem Typ schmeicheln. Wir analysieren Gesichts- und Körperform, um die optimale Passform für Hosen, Röcke und Kleider zu finden. Eine typgerechte Bundhöhe betont Ihre Proportionen vorteilhaft. Entwickeln Sie Ihren persönlichen Stil!

Bitte mitbringen: Maßband, Haarband, Spiegel, Schreibutensilien

**26F38904**

Mi 20.5. | 18:30 – 21:30 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 2

**30 €**

### Das richtige Make-up für reife Haut

**Angela Mühleck**

Mit guter Pflege lassen sich ein paar Jahren kaschieren. Lernen Sie, Pigmentstörungen zu kaschieren, Foundation, Rouge, Augenbrauenpuder und Lippen dezent einzusetzen und frischer auszusehen. Jede Teilnehmerin erhält persönliche Alltagstipps. Bitte mitbringen: Schreibzeug, evtl. Standspiegel, Haarband; eigene Schminkutensilien möglich. Kommen Sie bitte ungeschminkt.

**25H38580**

Mi 21.1. | 18:30 – 21:30 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 4

**35 €** inkl. 5 € Materialkosten

**26F38906**

Mi 8.7. | 18:30 – 21:30 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 4

**35 €**, inkl. 5 € Materialkosten

### Aktuelle Mode – was steht mir?

**Heidi Heinzmann-Neumann**

Die Dozentin stellt die aktuellen Modetrends vor. Aber nicht jedes modische Kleidungsstück ist für alle geeignet. Im Kurs entwickeln Sie den zu Ihnen passenden Stil für den Alltag oder besondere Anlässe. Die Dozentin arbeitet mit Elementen aus der Farb- und Stilberatung und der Farbpsychologie.

**26F38908**

Mo 23.3. | 18 – 21 Uhr

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IV

**30 €**





**SPRACHEN**



## Wie finden Sie Ihren passenden Sprachkurs?

In unseren Sprachkursen lernen Sie mit qualifizierten und motivierten Dozenten - viele sind Muttersprachler - eine neue Sprache, oder Sie erweitern Ihre bisherigen Sprachkenntnisse. Entdecken Sie außerdem Interessantes zu den verschiedenen Kulturen und Gesellschaften. Der Unterricht findet vorrangig in der zu erlernenden Sprache statt. Die Niveaustufen der Kurse orientieren sich am gemeinsamen europäischen Referenzrahmen.

## Gemeinsamer europäischer Referenzrahmen (GER)

Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen die Volkshochschulen den GER in Kursplanung, Sprachberatung und Unterricht ein. Der GER beschreibt die Sprachkompetenz in den Bereichen Hören, Lesen, Sprechen und Schreiben in sechs verschiedenen Niveaustufen: **A1, A2, B1, B2, C1, C2.**

Wenn Sie keine Vorkenntnisse haben, ist der Fall klar: Sie belegen einen A1 - Kurs - ohne Vorkenntnisse. Falls Sie die entsprechende Sprache schon einmal gelernt haben, empfehlen wir, dass Sie den kostenlosen Einstufungstest im Internet auf [www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de) machen. Das Ergebnis Ihres derzeitigen Sprachniveaus erhalten Sie per E-Mail. Wenn Sie z. B. das Niveau A1 erreicht haben, empfehlen wir einen Kurs A2, um die nächsthöhere Niveaustufe A2 zu erreichen. Bei Fragen zur richtigen Sprachkurswahl wenden Sie sich bitte an Ionela Stefan, 07195-107016 oder [Ionela.Stefan@vhs-winnenden.de](mailto:Ionela.Stefan@vhs-winnenden.de).

## Sprachkursgebühren

Die Mindestteilnehmerzahl ist bei vhs-Kursen in der Regel mit 10 festgelegt. Bei weniger als 10 Anmeldungen greift die Gebühren-tabelle. Kurse zwischen 5 und 9 Teilnehmenden können durchgeführt werden, wenn sich die Teilnehmenden am ersten Kurstag anhand der Tabelle auf eine höhere Gebühr und/oder weniger Termine einigen. Die Gebühr bleibt nach der Festlegung unverändert, auch wenn im weiteren Kursverlauf Teilnehmende hinzukommen sollten. Es müssen mindestens 5 Teilnehmende sein, damit der Kurs stattfinden kann.

## Gebührentabelle

Teilnehmende	15 Termine	14 Termine	13 Termine	12 Termine	11 Termine	10 Termine
<b>10 und mehr</b>	109,00 €	102,00 €	94,00 €	87,00 €	80,00 €	73,00 €
<b>9</b>	121,00 €	113,00 €	104,00 €	97,00 €	89,00 €	81,00 €
<b>8</b>	136,00 €	128,00 €	118,00 €	109,00 €	100,00 €	91,00 €
<b>7</b>	156,00 €	146,00 €	134,00 €	124,00 €	114,00 €	104,00 €
<b>6</b>	182,00 €	170,00 €	157,00 €	145,00 €	133,00 €	122,00 €
<b>5</b>	218,00 €	204,00 €	188,00 €	174,00 €	160,00 €	146,00 €

Sonderkurse (z. B. Kurz-kurse, Onlinekurse) sind von der Gebührentabelle ausgenommen. Bei diesen Kursen ist die Mindestteilnehmerzahl jeweils angegeben.

## Sprachprüfungen

Wenn Sie in einer Fremdsprache eine Prüfung ablegen möchten, finden Sie genauere Informationen beim Volkshochschulverband Baden-Württemberg unter [www.vhs-pruefungszentrale-sprachen.de](http://www.vhs-pruefungszentrale-sprachen.de).

## DEUTSCH - INTEGRATIONSKURSE



Die Volkshochschule Winnenden führt in Kooperation mit dem Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) Integrationskurse durch. Allgemeine Integrationskurse bestehen aus jeweils sechs Sprachkursmodulen und einem anschließenden Orientierungskurs. Alphabetisierungskurse haben neun Sprachkursmodule und den Orientierungskurs, da zunächst die lateinische Schrift gelernt wird. Nähere Informationen zu Integrationskursen finden Sie auf der Internetseite des Bundesamtes [www.bamf.de](http://www.bamf.de).

Unsere aktuellen Integrationskursmodule finden Sie auf unserer Homepage: [www.vhs-winnenden.de/integrationskurse](http://www.vhs-winnenden.de/integrationskurse). Wir starten bedarfsgerecht mit zusätzlichen Kursen.

Wenn Sie sich für einen Integrationskurs interessieren, dann vereinbaren Sie bitte einen Beratungstermin bei unserem Anmeldebüro: Tel.: 07195/10700 oder E-Mail [info@vhs-winnenden.de](mailto:info@vhs-winnenden.de)

## Beratung und Anmeldung

Ein persönliches Beratungsgespräch ist Voraussetzung für die Anmeldung zum Integrationskurs und die Teilnahme am Kurs. Die Anmeldung für einen Integrationskurs ist nur persönlich möglich. Eine telefonische, schriftliche oder Online-Anmeldung ist nicht möglich.

## Kosten

Im Beratungsgespräch werden die Fördermöglichkeiten durch das BAMF geprüft. Eventuell können Sie eine vollständige oder teilweise Übernahme der Kosten durch Berechtigung oder Verpflichtung zum Integrationskurs bekommen. Wer keine Berechtigung hat, kann als Selbstzahler am Kurs teilnehmen, wenn es freie Plätze gibt.

Die Kursgebühr beträgt für Teilnehmende mit Berechtigung/Verpflichtung pro Modul 229,00€ und für Selbstzahler 458,00€.

Der Integrationskurs schließt zum einen mit der g.a.s.t. -Prüfung „Deutsch Test für Zuwanderer“, zum anderen mit dem Test „Leben in Deutschland“ (Abschlusstest Orientierungskurs) ab.

Teilnehmer, die innerhalb von zwei Jahren nach Erteilen der Berechtigung/Verpflichtung den Integrationskurs erfolgreich abgeschlossen haben, können 50% der Kosten erstattet bekommen.

## Prüfung Deutsch Test für Zuwanderer und Leben in Deutschland

An der Volkshochschule Winnenden wird die skalierte Prüfung „Deutsch Test für Zuwanderer“ (DTZ) für die Teilnehmenden der Integrationskurse angeboten. Wenn noch Plätze frei sind, können sich auch externe Interessenten für die Prüfung anmelden. Die Voraussetzung ist die Teilnahme an mindestens einem Modul Integrationskurs (Nachweis). Die Prüfungsgebühr für Teilnehmende ohne Integrationskursberechtigung/-verpflichtung beträgt 140,00€. Die nächsten DTZ-Prüfungstermine finden Sie immer aktuell auf unserer Homepage.

Auch den Test „Leben in Deutschland“, Abschlusstest des Orientierungskurses, kann man an der VHS Winnenden ablegen. Als externer Teilnehmer beträgt die Gebühr 25 €. Bitte beachten Sie, dass Sie sich rechtzeitig verbindlich für die Prüfungen anmelden müssen (zwei Monate vor Prüfungstermin), um daran teilnehmen zu können. Die Anmeldung ist nur persönlich und mit einem gültigen amtlichen Lichtbildausweis möglich.

## DEUTSCH BERUFS-SPRACHKURSE

Berufssprachkurse gem. § 45 a Aufenthaltsgesetz Berufssprachkurse sind ein Sprachlernangebot für Menschen mit Migrationshintergrund, die ihre Chance auf dem Arbeitsmarkt verbessern möchten. In diesen Kursen werden Deutschkenntnisse vermittelt, die Sie in der Berufswelt benötigen. Sie werden vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge und dem Bundesministerium für Arbeit und Soziales gefördert.

An der VHS Winnenden bieten wir Kurse mit dem Zielniveau B2 an. Sie finden diese Kurse aktuell auf unserer Homepage [www.vhs-winnenden.de](http://www.vhs-winnenden.de).



Voraussetzungen: nachgewiesene Sprachkenntnisse auf dem Niveau B1 sowie eine Berechtigung/Verpflichtung für den Berufssprachkurs von Jobcenter oder Arbeitsagentur. Bei Fragen melden Sie sich unter 07195/10700 oder [info@vhs-winnenden.de](mailto:info@vhs-winnenden.de).

## DEUTSCH SELBST-ZÄHLERKURSE

### Deutsch als Fremdsprache A2- ohne Vorkenntnisse – Online

**Lucia Dentale**

ab 8 Teilnehmenden

**Dieser Kurs ist kein Integrationskurs. Die Kursgebühr wird nicht vom BAMF oder Jobcenter übernommen.**

Der Kurs findet über die Konferenzplattform Zoom statt. Sie benötigen einen PC/Laptop mit Lautsprecher/Mikrofon und Kamera.

Lehrwerk: Netzwerk neu A2: Deutsch als Fremdsprache, Übungsbuch mit Audios, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-607165-9

**26F41511-O**

Mo/Di, 23.3. – 28.7. | 18 – 19:30 Uhr |

30 Termine

Online-Kurs

**235 €**

### Deutsch als Zweitsprache – B2.2

**Saltanat Heinzelmann, Karima Ainouche**

ab 8 Teilnehmenden

**Dieser Kurs ist kein Integrationskurs. Die Kursgebühr wird nicht vom BAMF oder Jobcenter übernommen.**

Lehrwerk: Sicher! B2/2. Kursbuch und Arbeitsbuch, Hueber Verlag, ISBN: 978-3-195-01207-2, ab Lektion 7

**26F41555**

Mi/Do, 15.4. – 8.7. | 18 – 20:15 Uhr |

20 Termine

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 6

**235 €**

## LERNMETHODEN

### **NEU** Superhirn – Vokabeln lernen im Sekundentakt für Erwachsene

**Helmut Lange**

Die Schlüsselwortmethode hilft Ihnen dabei, Vokabeln nicht nur schneller zu erfassen, sondern auch länger im Kopf zu behalten. Das zigfache Wiederholen wird auf ein Minimum reduziert. Die Zugangsdaten zum Online-Kurs werden am Tag der Veranstaltung verschickt.

**26F41900**

Di 24.3. | 19 – 21:30 Uhr

Online-Kurs

**25 €**



## ENGLISCH

### Englisch A1 – ohne Vorkenntnisse

**Sombal Abid**

Lehrwerk: wird im Kurs bekannt gegeben.

**26F42003**

Mi 25.2. | 17:45 – 19:15 Uhr | 15 Termine

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IX

**109 €**

### Englisch A1 – mit Vorkenntnissen

**Pascal Sirokas**

Lehrwerk: Easy English Upgrade A1.2, Cornelsen ISBN 978-3-06-122701-2, ab Lektion 1

**26F42011**

Do 26.2. | 18 – 19:30 Uhr | 15 Termine

Georg-Büchner-Gymnasium Winnenden |

Paulinenstr. 29-31 | Raum A 1.10

**109 €**

### Englisch A2

**Sombal Abid**

Lehrwerk: Easy English A2.1, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-122719-7, ab Lektion 1

**26F42111**

Mi 25.2. | 16 – 17:30 Uhr | 15 Termine

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IX

**109 €**

### Englisch A2

**Elspeth Kämpfert**

Lehrwerk: Easy English Upgrade A 2.1, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-122719-7, ab Lektion 4

**26F42113**

Mo 23.2. | 19 – 20:30 Uhr | 12 Termine

Ludwig-Uhland-Gemeinschaftsschule

Schwaikheim | Uhlandstr. 8

**87 €**

### Englisch A2 – ohne Eile

**Andrea Grözinger**

Lehrwerk: At your leisure A2, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-109599-4, ab Lektion 9

**26F42121**

Di 24.2. | 9:30 – 11 Uhr | 12 Termine

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum III

**87 €**

### Englisch A2 – Improve your English

**Hanna Kalachanova**

Lehrwerk: Let's Enjoy English, Klett Verlag, ISBN: 978-3-12-501639-2, ab Lektion 1

**26F42151**

Do 5.3. | 18 – 19:30 Uhr | 15 Termine

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IV

**109 €**

### Englisch A2 – Easy English

**Laura Broesamle**

Lehrwerk: wird noch bekannt gegeben

**26F42115**

Di 24.2. | 18 – 19:30 Uhr | 15 Termine

Georg-Büchner-Gymnasium, Winnenden |

Paulinenstraße 29-31

**109 €**

### Englisch B1: A little bit of English

**Wibke Elzer**

Lehrwerk: Easy English Upgrade B1.1, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-122721-0, ab Lektion 3

**26F42203**

Do 26.2. | 9:15 – 10:45 Uhr | 10 Termine

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum VII

**73 €**

### Englisch B1 – English on Monday Afternoons

**Alexandra Frank**

Lehrwerk: Easy English Upgrade-Englisch für Erwachsene-book 5: B1, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-122721-0, ab Lektion 3

**26F42205**

Mo 9.3. | 15:15 – 16:45 Uhr | 12 Termine

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IX

**87 €**



## Englisch B1 – Speaking Fluently, Communicating Easily

**Alexandra Frank**

Lehrwerk: Easy English Upgrade-Englisch für Erwachsene-book 5: B1, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-122721-0, ab Lektion 5

**26F42207**

Mi 11.3. | 18 – 19:30 Uhr | 12 Termine  
Geschwister-Scholl-Realschule Winnenden | Kelterstr. 3 | Raum 1.21  
**87 €**

## Englisch B1 – Business English – Online

**Nicole Köngeter**

ab 5 Teilnehmenden  
Lehrwerk: Market Leader Pre-Intermediate Flexi Course Buch 1, Pearson Studium Verlag, ISBN 978-1-292-12612-8, ab Lektion 1  
Dieser Kurs findet online über die Konferenzplattform Zoom statt.

**26F42213-O**

Di 24.2. | 7:30 – 8:30 Uhr | 7 Termine  
Online-Kurs  
**59 €**

**26F42215-O**

Di 5.5. | 7:30 – 8:30 Uhr | 7 Termine  
Online-Kurs  
**59 €**

## Englisch B1 – Start the week in English

**Aneta Klöpfer**

Es wird kein Lehrwerk benötigt.

**26F42219**

Mo 23.2. | 10:15 – 11:45 Uhr | 15 Termine  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum III  
**109 €**

## NEU Englisch B1.2 – Small Talk – Kurskurs

**Sombal Abid**

Es wird kein Lehrwerk benötigt.

**26F42221**

Sa 18.4. | 9 – 12:15 Uhr und  
Sa 25.4. | 9 – 12:15 Uhr | 15 Min. Pause  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IV  
**58 €**

## Englisch B2 – Activate your English

**Pascal Sirokas**

Es wird kein Lehrwerk benötigt.

**26F42305**

Do 26.2. | 10:30 – 12 Uhr | 15 Termine  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum III  
**109 €**

## Englisch B2 – Let's delve into the world of English

**Sylvia Diener**

Es wird kein Lehrwerk benötigt.

**26F42307**

Mo 2.3. | 17 – 18:30 Uhr | 12 Termine  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IX  
**87 €**

## Englisch B2 – Revive your English

**Aneta Klöpfer**

Es wird kein Lehrwerk benötigt.

**26F42309**

Di 24.2. | 10:15 – 11:45 Uhr | 15 Termine  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IV  
**109 €**

## NEU Englisch C1 – Conversation and culture

**Mary Guest**

Lehrwerk: wird im Kurs bekannt gegeben.

**26F42401**

Di 24.2. | 10:30 – 12 Uhr | 12 Termine  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum VII  
**109 €**

## vhs – Folk Club

**Walter Erhardt, Klaus Klötzer, Manfred Lang, Ulrich Skrabak**

Seit November 1990 gibt es den Folk Club der vhs Winnenden in seiner heutigen Form. Einmal monatlich treffen wir uns am Freitagabend und singen Folksongs aus Großbritannien, Irland und den USA. Unser Programm reicht von traditionellen Songs bis zu zeitgenössischen Liedermachern. Dabei wollen wir ein bisschen von jener Stimmung entstehen lassen, die uns in Pubs oder Folk Clubs in Großbritannien so fasziniert. Es ist also ein Club zum Mitsingen und Mitspielen. So grab your whistles, fiddles, guitars, bodhráns, or any other old bag(pipe) waiting for a night out and join us!

**26F42601**

Fr 19 – 22 Uhr  
13.3. | 17.4. | 8.5. | 12.6. | 10.7.  
Alte Kelter Winnenden | Paulinenstr. 33 | Großer Saal  
**kostenlos**

## FRANZÖSISCH

### NEU Französisch A1 – ohne Vorkenntnisse

**Komi Eklou**

Lehrwerk: On y va! A1, aktualisierte Ausgabe, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-103325-5, ab Lektion 1

**26F43003**

Mo 23.2. | 18 – 19:30 Uhr | 15 Termine  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum III  
**109 €**

### Französisch A1 – ohne Vorkenntnisse – Online

**Estelle Redon**

ab 5 Teilnehmenden  
Lehrwerk: On y va A1, aktualisierte Ausgabe, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-103325-5, ab Lektion 1  
Bitte erst nach dem ersten Kurstag besorgen. Dieser Kurs findet online über die Konferenzplattform Zoom statt.

**26F43007-O**

Do 26.2. | 19:45 – 21:15 Uhr | 12 Termine  
Online-Kurs  
**149 €**

### Französisch A1 – mit Vorkenntnissen – Online

**Estelle Redon**

ab 5 Teilnehmenden  
Lehrwerk: On y va A1, aktualisierte Ausgabe, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-103325-5, ab Lektion 4  
Bitte erst nach dem ersten Kurstag besorgen. Dieser Kurs findet online über die Konferenzplattform Zoom statt.

**26F43009-O**

Do 26.2. | 18 – 19:30 Uhr | 12 Termine  
Online-Kurs  
**149 €**





## Französisch A2

**Charlotte Bohl**

Lehrwerk: On y va! A2, aktualisierte Ausgabe, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-103351-4, ab Lektion 3

**26F43105**

Di 10.3. | 18 – 19:30 Uhr | 12 Termine  
Georg-Büchner-Gymnasium Winnenden |  
Paulinenstr. 29-31 | Raum A 1.11  
**87 €**

## Französisch B1 – mit Spaß und Abwechslung!

**Bénédicte Duprat**

Lehrwerk: On y va! B1, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-103354-5, ab Lektion 7

**26F43201**

Do 26.2. | 10:15 – 11:45 Uhr | 12 Termine  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IV  
**87 €**

## Französisch B1 – Conversation – À la découverte de la France

**Bénédicte Duprat**

Es wird kein Lehrwerk benötigt.

**26F43203**

Do 26.2. | 8:30 – 10 Uhr | 12 Termine  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IV  
**87 €**

## Französisch B1 – Conversation et bavardages

**Ginette Conseil-Ihle**

Es wird kein Lehrwerk benötigt.

**26F43205**

Mi 25.2. | 10 – 11:30 Uhr | 15 Termine  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum III  
**109 €**

## Französisch B2 – Conversation

**Muriel Kälberer**

Es wird kein Lehrwerk benötigt.

**26F43305**

Do 12.3. | 18:15 – 19:45 Uhr | 10 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 2  
**73 €**

## ITALIENISCH

### Italienisch A1 – ohne Vorkenntnisse – Kompaktkurs für die Reise

**Ernesta Pichierri**

ab 5 Teilnehmenden  
Es wird kein Lehrwerk benötigt.

**25H44005**

Sa 17.1. | 10 – 17 Uhr | 60 Min. Pause  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 2  
**58 €**

**26F44005**

Sa 28.2. | 10 – 17 Uhr | 60 Min. Pause  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 2  
**58 €**

### Italienisch A1 – ohne Vorkenntnisse – Online

**Maria Ganci**

Ab 5 Teilnehmenden.  
Lehrwerk: Chiaro! A1 Nuova edizione, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-275427-2, ab Lektion 1  
Bitte erst nach dem ersten Kurstag besorgen.

**26F44007-O**

Mo 23.2. | 20 – 21:30 Uhr | 10 Termine  
Online-Kurs  
**131 €**

### Italienisch A1 - mit Vorkenntnissen

**Maria Giallorenzo Caiulo**

Lehrwerk: Chiaro! A1 Nuova edizione, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-275427-2, ab Lektion 3

**26F44013**

Do 5.3. | 18 – 19:30 Uhr | 12 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 1  
**87 €**

### Italienisch A1 – mit Vorkenntnissen

**Antonia Carlucci**

Lehrwerk: Chiaro! A1 Nuova edizione, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-275427-2, ab Lektion 7

**26F44015**

Mo 9.3. | 18:30 – 20 Uhr | 12 Termine  
Geschwister-Scholl-Realschule Winnenden |  
Kelterstr. 3 | Raum 1.21  
**87 €**

### Italienisch A2

**Ernesta Pichierri**

Am 14. und 21. April 2026 findet kein Unterricht statt.  
Es wird kein Lehrwerk benötigt.

**26F44103**

Di 3.3. | 18:45 – 20:15 Uhr | 8 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 2  
**58 €**

### Italienisch A2 – Online

**Maria Ganci**

ab 5 Teilnehmenden  
Lehrwerk: Chiaro! A2 Nuova edizione, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-275449-4, ab Lektion 4

**26F44103-O**

Mi 25.2. | 18 – 19:30 Uhr | 10 Termine  
Online-Kurs  
**131 €**

## Italienisch A2 – Online

**Cinzia Pantalone**

ab 5 Teilnehmenden  
Lehrwerk: Chiaro! Nuova edizione A2, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-275449-4, ab Lektion 1

**26F44105-O**

Mo 23.2. | 19:45 – 21:15 Uhr | 15 Termine  
Online-Kurs  
**185 €**

## Italienisch A2

**Adelheid Mittorp**

Kein Unterricht am 18.5.  
Lehrwerk: Chiaro! A2 Nuova edizione, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-275449-4, ab Lektion 3/4

**26F44107**

Mo 23.2. | 19:45 – 21:15 Uhr | 12 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 6  
**87 €**

## Italienisch B1 – Hybrid

**Adelheid Mittorp**

Lehrwerk: Chiaro! B1 nuova edizione, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-045467-9, ab Lektion 4/5  
Hybrid-Kurs – nicht geeignet zur reinen Onlineteilnahme  
Kein Unterricht am 18.5.

**26F44201-H**

Mo 23.2. | 18 – 19:30 Uhr | 15 Termine  
Hybrid-Kurs | vhs Wiesenstraße  
Winnenden | Wiesenstr. 10 | Raum 6  
**109 €**

## Italienisch B1 - Conversazione

**Maria Giallorenzo Caiulo**

**26F44203**

Do 5.3. | 19:45 – 21:15 Uhr | 12 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 1  
**87 €**

## SPANISCH

### Spanisch A1 – ohne Vorkenntnisse

**Lucero López Ibarra**

Kurs findet ab 5 Teilnehmenden statt.  
Lehrwerk: Perspectivas Contigo A1, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-120933-9, ab Lektion 1  
Sprachtraining: Perspectivas Contigo A1, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-120946-9  
Bitte erst nach dem ersten Kurstag besorgen.

**26F45003**

Di 3.3. | 19:45 – 21:15 Uhr | 15 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 1  
**109 €**



## Spanisch A1 – mit Vorkenntnissen

**Lucero López Ibarra**

Kurs findet ab 5 Teilnehmenden statt.

Lehrwerk: *Perspectivas Contigo A1*, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-120933-9, ab Lektion 5

Sprachtraining: *Perspectivas Contigo A1*, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-120946-9

**26F45005**

Mi 4.3. | 19:45 – 21:15 Uhr | 15 Termine

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 1

**109 €**

## Spanisch A1 – mit Vorkenntnissen

**Anita Peñañiel Parra**

Lehrwerk: *Perspectivas Contigo A1*, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-120933-9, ab Lektion 6

**26F45013**

Di 24.2. | 19:15 – 20:45 Uhr | 15 Termine

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum III

**109 €**

## Spanisch A2

**Lucero López Ibarra**

Ab 5 Teilnehmenden

Lehrwerk: *Perspectivas Contigo A2*, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-120935-3, ab Lektion 1

Sprachtraining *Perspectivas Contigo A2*, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-120947-6

**26F45103**

Di 3.3. | 18 – 19:30 Uhr | 15 Termine

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 1

**109 €**

## Spanisch A2.2

**Lucero López Ibarra**

Lehrwerk: *Perspectivas Contigo A2*, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-120935-3, ab Lektion 9

Sprachtraining *Perspectivas Contigo A2*, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-120947-6

**26F45105**

Mi 4.3. | 18 – 19:30 Uhr | 15 Termine

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 1

**109 €**

## Spanisch B2 – Nivel avanzado

**Maria Dolores Schmidt**

Lehrwerke: Lernkrimi „*Recuerdos en rojo*“, Circon Verlag, ISBN 978-3-8174-1913-5, die spanische Zeitung „*ECOS*“ wird von der Dozentin organisiert.

**26F45301**

Do 26.2. | 19:45 – 21:15 Uhr | 12 Termine

Georg-Büchner-Gymnasium Winnenden |

Paulinenstr. 29-31 | Raum A 0.09

**87 €**



## CHINESISCH

### Chinesisch A1 – mit Vorkenntnissen – Online

**Ching-Chi Dolezal**

ab 5 Teilnehmenden

Lehrwerk: *Lóng neu A1-A2*, Klett Verlag, Kursbuch, ISBN 978-3-12-528960-4, ab Lektion 10

*Lóng neu A1-A2*, Klett Verlag, Übungsbuch, ISBN 978-3-12-528961-1

**26F46053-O**

Mi 4.3. | 19:45 – 21:15 Uhr | 14 Termine

Online-Kurs

**173 €**

## DÄNISCH

### Dänisch A1 – ohne Vorkenntnisse

**Eva Lykke Pedersen-Windisch**

Lehrwerk: wird am ersten Kurstag bekannt gegeben.

**26F46101**

Mo 23.2. | 20 – 21:30 Uhr | 11 Termine

Geschwister-Scholl-Realschule Winnenden | Kelterstr. 3 | Raum 1.20

**80 €**

### Dänisch B1

**Eva Lykke Pedersen-Windisch**

Lehrwerk: *Så langt, så godt: Dansk for vide-rekomne*.

*Grundbog og øvebog*. Forlaget Gyldendal over Klett Verlag.

Kursbuch: ISBN 978-3-12-528516-3

Übungsbuch: ISBN 978-3-12-528566-8

**26F46111**

Mo 23.2. | 18:30 – 20 Uhr | 11 Termine

Geschwister-Scholl-Realschule Winnenden | Kelterstr. 3 | Raum 1.20

**80 €**

## HEBRÄISCH

### Hebräisch (Ivrit) A1 – ohne Vorkenntnisse – Online

**Ori Zilbershtain**

ab 5 Teilnehmenden

Lehrwerk: *Ivrit Schritt für Schritt*, Marix Verlag, ISBN 978-3-86539-039-4, ab Lektion 1  
Bitte erst nach dem ersten Kurstag besorgen.

**26F46501-O**

Mi 25.2. | 18 – 19:30 Uhr | 15 Termine

Online-Kurs

**185 €**

### Hebräisch (Ivrit) A1 – mit Vorkenntnissen – Online

**Ori Zilbershtain**

ab 5 Teilnehmenden

Lehrwerk: *Ivrit Schritt für Schritt*, Marix Verlag, ISBN 978-3-86539-039-4, ab Lektion 8  
Bitte erst nach dem ersten Kurstag besorgen.

**26F46511-O**

Do 26.2. | 19:15 – 20:45 Uhr | 15 Termine

Online-Kurs

**185 €**

### Hebräisch (Ivrit) A2 – Online

**Ori Zilbershtain**

ab 5 Teilnehmenden

Lehrwerk: *Ivrit Schritt für Schritt*, Marix Verlag, ISBN 978-3-86539-039-4, ab Lektion 14  
Bitte erst nach dem ersten Kurstag besorgen.

**26F46513-O**

Di 3.3. | 19:45 – 21:15 Uhr | 15 Termine

Online-Kurs

**185 €**

### Hebräisch (Ivrit) A2 – Online

**Ori Zilbershtain**

ab 5 Teilnehmenden

Lehrwerk: *Ivrit Schritt für Schritt*, Marix Verlag, ISBN 978-3-86539-039-4, ab Lektion 20  
Bitte erst nach dem ersten Kurstag besorgen.

**26F46515-O**

Di 3.3. | 18 – 19:30 Uhr | 15 Termine

Online-Kurs

**185 €**



## Hebräisch (Ivrit) B1 – Online

*Ori Zilbershtain*

ab 5 Teilnehmenden

Lehrwerk: Ivrit Schritt für Schritt, Marix Verlag, ISBN 978-3-86539-039-4, ab Lektion 26  
Bitte erst nach dem ersten Kurstag besorgen.  
Im zweiten Teil des Kurses wird kein Lehrwerk mehr benötigt.

**26F46517-O**

Do 26.2. | 17:30 – 19 Uhr | 15 Termine

Online-Kurs

**185 €**

## JAPANISCH

### Japanisch A1 – mit Vorkenntnissen

*Ryoko Onozuka-Lindner*

Lehrwerke: Marugoto Japanese language and culture Starter A1 Katsudoo, Helmut Buske Verlag, ISBN 978-3-87548-707-7 und Marugoto Japanese language and culture Starter A1 Rikai, Helmut Buske Verlag, ISBN 978-3-87548-708-4, ab Lektion 5

**26F46605**

Di 28.4. | 18 – 19:30 Uhr | 12 Termine

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 6

**87 €**

### Japanisch A1 – mit Vorkenntnissen

*Ryoko Onozuka-Lindner*

Lehrwerke: Marugoto Japanese language and culture Starter A1 Katsudoo, Helmut Buske Verlag, ISBN 978-3-87548-707-7 und Marugoto Japanese language and culture Starter A1 Rikai, Helmut Buske Verlag, ISBN 978-3-87548-708-4, ab Lektion 13

**26F46607**

Di 24.2. | 19:45 – 21:15 Uhr | 15 Termine

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 6

**109 €**



## KOREANISCH

### Koreanisch A1 – ohne Vorkenntnisse – Online

*Namyoung Kim*

ab 5 Teilnehmenden

Lehrwerk: Sejong Korean Student Book 1A, ISBN 978-8-997134-22-9 Koreanische Version

Arbeitsbuch: Sejong Korean Work Book 1A, ISBN 978-8-997134-30-4, ab Lektion 1

**26F46801-O**

Fr 27.2. | 17:30 – 19 Uhr | 15 Termine

Online-Kurs

**185 €**

### Koreanisch A1 – mit Vorkenntnissen – Online

*Namyoung Kim*

ab 5 Teilnehmenden

Lehrwerk: Sejong Korean Student Book 1A, ISBN 978-8-997134-22-9, Koreanische Version

Arbeitsbuch: Sejong Korean Work Book 1A, ISBN 978-8-997134-30-4, ab Lektion 5

**26F46803-O**

Do 26.2. | 18 – 19:30 Uhr | 15 Termine

Online-Kurs

**185 €**

### Koreanisch A1 – mit Vorkenntnissen – Online

*Namyoung Kim*

ab 5 Teilnehmenden

Lehrwerk: Sejong Korean Student Book 1B, ISBN 978-8-997134-22-9, Koreanische Version

Arbeitsbuch: Sejong Korean Work Book 1B, ISBN 978-8-997134-30-4, ab Lektion 1

**26F46805-O**

Do 26.2. | 19:45 – 21:15 Uhr

Online-Kurs

**185 €**

## MALTESISCH

### Maltesisch A1 – ohne Vorkenntnisse – Sommerkurs – Online – live aus Malta

*Brendan Buttigieg*

Ab 5 Teilnehmenden

Es wird kein Lehrwerk benötigt.

**26F46901-O**

Mo 15.6. | 15:30 – 17 Uhr | 7 Termine

Online-Kurs

**89 €**

### Maltesisch A1 – ohne Vorkenntnisse – Online – live aus Malta

*Brendan Buttigieg*

ab 5 Teilnehmenden

Lehrwerk: Maltese as a Foreign Language A1, Charles Daniel Saliba

Maltese Grammar Essentials in Context ISBN 978-9-995782-60-3

Speaking Maltese 1 ISBN 978-9-995782-62-7

My first 750 Words in Maltese ISBN 978-9-995782-61-0

**26F46903-O**

Di 24.2. | 15:15 – 16:45 Uhr | 15 Termine

Online-Kurs

**185 €**

### Maltesisch A2.2 – live aus Malta – Online

*Brendan Buttigieg*

ab 5 Teilnehmenden

Lehrwerk: Maltese as a Foreign Language A2, Charles Daniel Saliba, ab Lektion

1. Maltese Grammar Essentials in Context 2, ISBN 978-9-995787-71-4

2. More Words in Maltese 2, ISBN 978-9-9957-46-56-8

3. Speaking Maltese 2, ISBN 978-9-9957-826-3-4

**26F46911-O**

Di 24.2. | 17 – 18:30 Uhr | 15 Termine

Online-Kurs

**185 €**

## NORWEGISCH

### Norwegisch (Bokmål) A1 – ohne Vorkenntnisse – Online

*Annette Nebelung*

ab 5 Teilnehmenden

Lehrwerk: Norsk for deg neu A1-A2, Klett Verlag, Kursbuch ISBN 978-3-12-528925-3 und Übungsbuch ISBN 978-3-12-528926-0, ab Lektion 1

Bitte erst nach dem ersten Kurstag besorgen.

**26F47301-O**

Mo 2.3. | 17:15 – 18:45 Uhr | 15 Termine

Online-Kurs

**185 €**



## Norwegisch (Bokmål) A1 – mit Vorkenntnissen – Online

**Annette Nebelung**

ab 5 Teilnehmenden

Lehrwerk: Norsk for deg neu A1-A2, Klett Verlag, Kursbuch ISBN 978-3-12-528925-3 und Übungsbuch ISBN 978-3-12-528926-0, ab Lektion 6

**26F47311-O**

Mi 4.3. | 19:45 – 21:15 Uhr | 15 Termine

Online-Kurs

**185 €**

## PERSISCH

### **NEU** Persisch A1 – ohne Vorkenntnisse – Online

**Iraj Shokati**

Ab 5 Teilnehmenden

Lehrwerk: Persisch für Anfänger Asya Asbaghi, Helmut Buske Verlag, ISBN 978-3-87548-517-2, ab Lektion 1

**26F47951-O**

Di 24.2. | 18 – 19:30 Uhr | 12 Termine

Online-Kurs

**149 €**

## POLNISCH

### Polnisch A1 – mit Vorkenntnissen – Online

**Edyta Mitka-Matejko**

ab 5 Teilnehmenden

Lehrwerk: Witam! aktuell A1, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-125369-7, ab Lektion 8

**26F48003-O**

Do 26.2. | 17 – 18:30 Uhr | 10 Termine

Online-Kurs

**131 €**

## PORTUGIESISCH

### Portugiesisch A1 – ohne Vorkenntnisse

**Ana Paula De Andrade Hodel**

Lehrwerk: Oi, Brasil! aktuell A1, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-125420-9, ab Lektion 1

**26F48301**

Mi 4.3. | 18 – 19:30 Uhr | 15 Termine

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum III

**109 €**

### Portugiesisch A2

**Ana Paula De Andrade Hodel**

Lehrwerk: Oi, Brasil! aktuell A2, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-225420-4, ab Lektion 1

**26F48311**

Mi/Do, 4.3. – 9.7. | 19:45 – 21:15 Uhr |

15 Termine

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum III

**109 €**

## RUSSISCH

### Russisch A1 – ohne Vorkenntnisse

**Nina Schaffer**

Lehrwerk: Otlitschno aktuell A1, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-204477-9, ab Lektion 1

**26F48405**

Di 3.3. | 18 – 19:30 Uhr | 15 Termine

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum VII

**109 €**

## TÜRKISCH

### **NEU** Türkisch A1 – ohne Vorkenntnisse

**Bengül Erdin**

Lehrwerk: Kolay gelsin! Neu A1-A2, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-528661-0, ab Lektion 1

**26F48571**

Sa 28.2. | 9 – 10:30 Uhr | 10 Termine

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IV

**73 €**

## UKRAINISCH

### **NEU** Ukrainisch A1 – ohne Vorkenntnisse

**Hanna Kalachanova**

Lehrwerk: Ukrainisch für Anfänger, Helmut Buske Verlag, ISBN: 978-3-87548-990-3, ab Lektion 1

**26F48591**

Do 5.3. | 19:45 – 21:15 Uhr | 15 Termine

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IV

**109 €**

## VIETNAMESISCH

### Vietnamesisch A1 – ohne Vorkenntnisse – Online

**Thu Huong Le**

ab 5 Teilnehmenden

Lehrwerk: Einstieg Vietnamesisch, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-005334-6, ab Lektion 1  
Bitte erst nach dem ersten Kurstag besorgen.  
Dieser Kurs findet online über die Konferenzplattform Zoom statt.

**26F49011-O**

Mi 25.2. | 19 – 20:30 Uhr | 12 Termine

Online-Kurs

**149 €**

### Vietnamesisch A1 – mit Vorkenntnissen – Online

**Thu Huong Le**

ab 5 Teilnehmenden

Lehrwerk: Einstieg Vietnamesisch, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-005334-6, ab Lektion 6  
Dieser Kurs findet online über die Konferenzplattform Zoom statt.

**26F49013-O**

Mo 23.2. | 19 – 20:30 Uhr | 12 Termine

Online-Kurs

**149 €**







# BERUF, DIGITALES LEBEN





## XPERT BUSINESS, BUCHHALTUNG UND RECHNUNGSWESEN

Kursbeschreibungen für die Xpert Business  
Online-Kurse finden Sie auf unserer Home-  
page [www.vhs-winnenden.de](http://www.vhs-winnenden.de).

### **Xpert Business** **Finanzbuchführung 1 – Online** *Online-Dozententeam*

**26F50001-O**

Di/Do, 10.3. – 30.6. | 18:30 – 20:30 Uhr |  
24 Termine  
Online-Kurs  
**445 €**

### **Xpert Business** **Finanzbuchführung 2 – Online** *Online-Dozententeam*

**26F50005-O**

Mo/Mi, 9.3. – 22.6. | 18:30 – 20:30 Uhr |  
22 Termine  
Online-Kurs  
**410 €**

### **Xpert Business Lohn und** **Gehalt 1 – Online** *Online-Dozententeam*

**26F50010-O**

Di/Do, 10.3. – 30.6. | 18:30 – 20:30 Uhr |  
24 Termine  
Online-Kurs  
**445 €**

### **Xpert Business Lohn und** **Gehalt 2 – Online** *Online-Dozententeam*

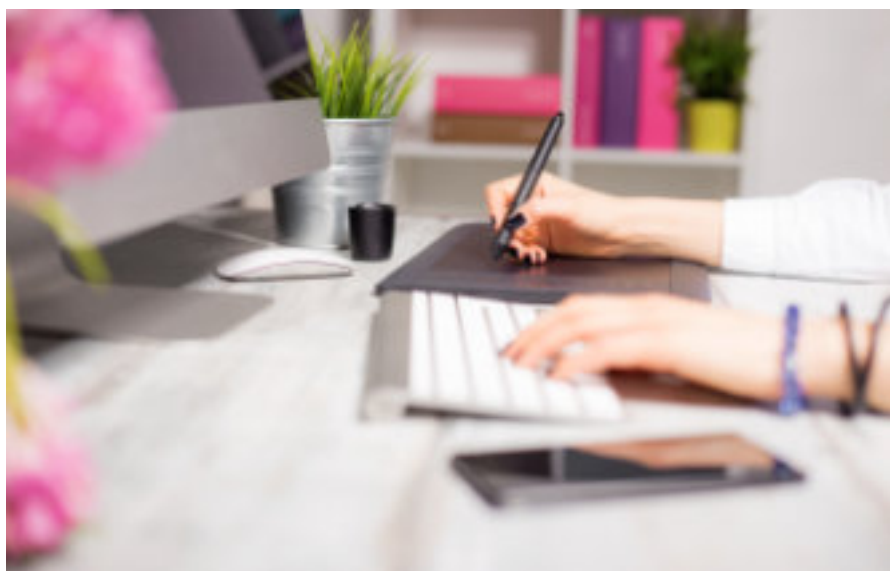
**26F50015-O**

Mo/Mi, 9.3. – 22.6. | 18:30 – 20:30 Uhr |  
22 Termine  
Online-Kurs  
**410 €**

### **Xpert Business Einnahmen- Überschussrechnung – Online** *Online-Dozententeam*

**26F50020-O**

Mo/Mi, 9.3. – 27.4. | 18:30 – 20:30 Uhr |  
11 Termine  
Online-Kurs  
**205 €**



### **Xpert Business Kosten- und** **Leistungsrechnung – Online** *Online-Dozententeam*

**26F50025-O**

Mo/Mi, 9.3. – 15.6. | 18:30 – 20:30 Uhr |  
20 Termine  
Online-Kurs  
**370 €**

### **Xpert Business Bilanzierung – Online** *Online-Dozententeam*

**26F50035-O**

Di/Do, 10.3. – 16.6. | 18:30 – 20:30 Uhr |  
20 Termine  
Online-Kurs  
**370 €**

### **Xpert Business Controlling – Online** *Online-Dozententeam*

**26F50040-O**

Mo/Mi, 9.3. – 15.6. | 18:30 – 20:30 Uhr |  
20 Termine  
Online-Kurs  
**370 €**

### **Xpert Business Betriebliche** **Steuerpraxis – Online** *Online-Dozententeam*

**26F50045-O**

Mo/Mi, 9.3. – 22.6. | 18:30 – 20:30 Uhr |  
22 Termine  
Online-Kurs  
**410 €**

### **Xpert Business** **Personalwirtschaft – Online** *Online-Dozententeam*

**26F50050-O**

Mo/Mi, 9.3. – 15.6. | 18:30 – 20:30 Uhr |  
20 Termine  
Online-Kurs  
**370 €**

### **Finanzbuchführung mit** **DATEV – Online** *Online-Dozententeam*

**26F50055-O**

Di/Do, 10.3. – 23.6. | 18:30 – 20:30 Uhr |  
16 Termine  
Online-Kurs  
**370 €**

### **Lohn und Gehalt mit DATEV – Online** *Online-Dozententeam*

**26F50060-O**

Di/Do, 10.3. – 19.5. | 18:30 – 20:30 Uhr |  
16 Termine  
Online-Kurs  
**370 €**

## MEDIENKOMPETENZ & SELBSTMANAGEMENT

### **NEU** Prokrastination überwinden! – was hilft gegen „Aufschieberitis“?

*Daniela Weh*

Prokrastination ist das Verschieben unbelieb-  
ter Arbeiten. Dies kann zum Problem werden,  
wenn sich unangenehme Gefühle einstellen  
oder wenn die Arbeit darunter leidet.

Im Kurs erfahren Sie u.a.:

- Was sind die Ursachen dahinter?
- Warum wird aus einer C-Priorität eine A-Pri-  
orität und wie kann ich dies überwinden?
- Wie vermeidet man digitale Ablenkung?

**26F50100**

Do 5.3. | 19 – 21 Uhr  
Online-Kurs  
**25 €**



## **NEU** "Die ganze Welt ist eine Bühne" – Auftreten und Präsentieren

**Volkram Zschiesche**

Lernen Sie, mit Lampenfieber umzugehen und in Präsentationen oder Gesprächen souverän zu wirken. Schauspieler und Coach Volkram Zschiesche zeigt Techniken zu Atmung, Stimme, Körpersprache und Haltung. So treten Sie authentisch, überzeugend und mit Freude auf – im Beruf wie im Alltag.

**26F50101**

Sa 25.4. | 9 – 16:30 Uhr | 30 Min. Pause  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 7  
**120 €**, nicht ermäßigbar

## **NEU** Podcasts machen leicht erklärt

**Martin Schmidt**

Online-Grundkurs für alle, die eigene Podcasts erstellen möchten: Sie lernen, wie Sie eine Podcastfolge planen, aufnehmen, schneiden und veröffentlichen – inklusive einfacher Mikrofon- und Softwaretipps. Mit Audacity und weiteren Tools üben Sie saubere Sprachaufnahmen, Schnitt und Export. Sie erhalten Empfehlungen für Einsteiger-Equipment und erstellen eine kurze Pilotfolge als Grundlage für eigene Projekte.

**26F50110-O**

Di 17.3. | 18:30 – 21:30 Uhr  
Online-Kurs  
**53 €**

## **Echt oder fake? Informationskompetenz für Eltern und Kinder – online**

**Matthias Weller**

Erfahren Sie, wie Sie mit Ihren Kindern lernen, Informationen im Internet kritisch zu prüfen. Sie erhalten Tipps zu Suchmaschinen, Alternativen zu Google und zum Erkennen von Fake News, Deepfakes und Kettenbriefen. So stärken Sie die Medienkompetenz Ihrer Familie und schützen sich vor Manipulation im Netz. Grundkenntnisse im Umgang mit Internet, Computer oder Smartphone sind nötig.

**25H51030-O**

Mi 4.2. | 19 – 20:30 Uhr  
Online-Kurs  
**14 €**

**26F50112-O**

Di 28.7. | 10 – 11:30 Uhr  
Online-Kurs

**Kostenlos – im Rahmen des Projekts „Verbraucherbildung für Familien und Erwachsene in Baden-Württemberg“**, gefördert vom Ministerium für Ernährung, Ländlichen Raum und Verbraucherschutz Baden-Württemberg.

## **SMARTPHONES UND APPS**

### **Mein Android-Smartphone kennenlernen**

**Matthias Weller**

Für Einsteiger mit wenig Smartphone-Erfahrung. In drei Terminen lernen Sie Ihr Android-Handy Schritt für Schritt kennen: WLAN einrichten, Tippen und Schreiben, Telefonieren und Kontakte speichern, E-Mails schreiben, im Internet suchen, Wichtige Einstellungen vornehmen. Bitte bringen Sie Ihr aufgeladenes Smartphone und alle Zugangsdaten mit.

**26F50150**

Di 26.5. | 9:30 – 12:30 Uhr | 3 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 3  
**86 €**

### **iPad und iPhone von Apple – Grundlagen**

**Andreas Konitzer**

Entdecken Sie, wie iPhone und iPad Ihren Alltag einfacher und vielseitiger machen. Schrittweise lernen Sie, die Geräte sicher zu bedienen, Apps zu nutzen und wichtige Funktionen wie Internet, iCloud, E-Mail oder Kalender optimal einzusetzen. Sie benötigen Ihr eigenes iPhone oder iPad sowie Ihre Apple-ID und Zugangsdaten.

**26F50151**

Sa 21.3. | 10 – 17 Uhr | 60 Min. Pause  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 3  
**69 €**

## **NEU** Ein interaktiver Stadtpaziergang durch Winnenden mit dem Smartphone

**Matthias Weller**

Entdecken Sie nützliche Apps für unterwegs: Bank, Bahn, Kino, Shopping oder Fotos teilen. Anhand alltäglicher Beispiele lernen Sie, bekannte und neue Apps sinnvoll zu nutzen – mit Ihrem eigenen Smartphone (Android, iPhone oder Huawei).

Voraussetzung: Grundkenntnisse, App-Installation möglich. Bitte bringen Sie Ihr aufgeladenes Smartphone mit. Sie nutzen Ihren eigenen Datentarif.

**26F50200**

Mi 22.7. | 14 – 17 Uhr  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 3  
**34 €**

## **NEU** Komoot – Die App für alle Outdooraktivitäten

**Helmut Reinhard**

Ob mit dem Rad oder zu Fuß – Komoot hilft, Touren einfach zu planen, zu navigieren und aufzuzeichnen. Im Kurs lernen Sie die wichtigsten Funktionen kennen, erstellen eigene Routen, nutzen Karten offline und teilen Touren mit anderen. Sicherer Umgang mit dem Smartphone nötig.

**26F50201**

Di 21.4. | 19 – 21:30 Uhr  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 3  
**31 €**

## **NEU** Wetterkunde mal anders – mit Apps und Smartphone

**Helmut Reinhard**

Wetter verstehen mit Apps – Erfahren Sie, wie Wetter-Apps funktionieren und warum Prognosen oft unterschiedlich ausfallen. Sie lernen die Grundlagen von Wettermodellen, Druckgebieten und Wolkenformen kennen und vergleichen Daten mit realen Wetterlagen. So deuten Sie künftig Wetterentwicklungen besser. Bitte Smartphone mitbringen; WLAN ist vorhanden.

**26F50202**

Mi 22.4. | 19 – 21:30 Uhr  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 3  
**31 €**





## KI UND WEBSITE

### Chatbot-KI im Alltag: Übersicht über Chancen und Einsatzmöglichkeiten – online

**Matthias Weller**

In diesem Kurs lernen Sie verschiedene Chatbots wie ChatGPT, Copilot und weitere KI-Tools kennen. Der Kursleiter zeigt, wie Sie Texte und Bilder erstellen, Prompts richtig formulieren und KI sinnvoll im Alltag, im Beruf oder kreativ einsetzen können. Vorkenntnisse: Grundkenntnisse am Computer oder Smartphone.

Ein Angebot im Rahmen des Projekts „Verbraucherbildung für Familien und Erwachsene in Baden-Württemberg“, gefördert vom Ministerium für Ernährung, Ländlichen Raum und Verbraucherschutz Baden-Württemberg.

**26F50220-O**

Di 19.5. | 10 – 11:30 Uhr

Online-Kurs

**kostenlos**

### Chatbots in der praktischen Anwendung – online

**Matthias Weller**

Praxisworkshop zu ChatGPT und anderen Chatbots: Sie lernen, wirksame Prompts zu formulieren, Antworten zu beurteilen und Chatbots sinnvoll für Alltag und Beruf zu nutzen. Wir vergleichen Bots, üben typische Fragestellungen und trainieren den kritischen Umgang mit KI-Ergebnissen. Grundkenntnisse am PC oder Smartphone sind nötig.

**26F50225-O**

Do 21.5. | 10 – 11:30 Uhr

Online-Kurs

**19 €**

### **NEU** Webseiten mit KI erstellen – online

**Tatyana Sarasa**

Ihre professionelle Website – ohne Programmierkenntnisse!

In diesem praxisorientierten Kurs entdecken Sie die faszinierenden Möglichkeiten der künstlichen Intelligenz beim Webseitenbau. Sie lernen verschiedene KI-gestützte Website-Builder kennen und erstellen Schritt für Schritt Ihre eigene, vollständige Website – inklusive aller rechtlichen Anforderungen.

**26F50230-O**

Do, 16.4., 23.4. und 30.4. | 18 – 20:15 Uhr |

3 Termine

Online-Kurs

**60 €**



### Webseiten erstellen mit Jimdo

**Toni Ginsel**

Einsteigerkurs für alle ohne Vorkenntnisse: Sie erstellen mit dem kostenlosen Baukastensystem Jimdo eine eigene Homepage – einfach, schnell und ohne Zusatzkosten. Inhalte: Website planen, einrichten, gestalten und mit Texten, Bildern, Galerien oder Formularen füllen. Nötig: Windows-Grundkenntnisse.

In Kooperation mit der vhs Unteres Remstal; Organisation vhs Winnenden.

**26F50235**

Fr/Sa, 3.7. – 4.7. | 18 – 21 Uhr | 30 Min.

Pause | 2 Termine

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 3

**112 €**

## BETRIEBSSYSTEME

### Linux statt Windows? So nutzen Sie Ihren Rechner weiterhin sicher mit Linux

**Matthias Weller**

Nutzen Sie Ihren älteren Rechner mit Linux weiter und verlängern Sie so die Lebensdauer Ihres Computers. Damit vermeiden Sie aktiv Elektronikmüll. Nach dem Ende von Windows 10 und dem erweiterten Sicherheitsupdate (ESU) im Oktober 2026 lernen Sie hier, wie Sie Linux installieren, Ihre Hardware günstig aufrüsten und kostenlose Programme sicher nutzen können. Linux ist eine echte Alternative zu Windows. Grundkenntnisse in Windows und Interesse an Linux nötig.

**26F51000**

Di 26.5. | 14 – 15:30 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 3

**19 €**

### **NEU** Dateien im Griff – Ordnung und Übersicht in der Windows-Welt

**Markus Amend**

Lernen Sie, Ihre Dateien sicher zu speichern, zu sortieren und schnell wiederzufinden. Schrittweise üben Sie das Anlegen von Ordnern, das Nutzen der Suchfunktion und das Aufräumen im Datei-Explorer. Ideal für alle, die ihren Computeralltag übersichtlicher gestalten möchten.

**26F51010**

Do 19.3. | 18 – 21 Uhr und

Do 26.3. | 18 – 21 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 3

**75 €**

## OFFICE-ANWENDER-PROGRAMME

### **NEU** E-Rechnung erfolgreich umsetzen – online

**Tatyana Sarasa**

Seit 2025 müssen alle Unternehmen E-Rechnungen empfangen können, ab 2027/2028 auch versenden. Dieser Kurs zeigt für Selbstständige und kleine Unternehmen praxisnah, wie Sie die E-Rechnungspflicht erfolgreich umsetzen. Der Kurs berücksichtigt, ob Sie bereits eine funktionierende Buchhaltung haben oder neu starten und zeigt passende Lösungswege auf. Sie benötigen einen Computer, auf dem Sie Testsoftware installieren können.

**26F51100-O**

Mi 4.3. | 18 – 20 Uhr und

Mi 11.3. | 18 – 20 Uhr

Online-Kurs

**40 €**





## **NEU** Digitale Büroarbeit leicht gemacht: Google-Anwendungen im Alltag – online

**Tatyana Sarasa**

Suchen Sie nach einer einfachen und kostenfreien Alternative zu Microsoft Office? In diesem Online-Kurs entdecken Sie nützliche Google-Anwendungen, die Ihren digitalen Alltag erleichtern. In ruhigem Tempo werden die wichtigsten Funktionen erkundet und geübt. Voraussetzungen: Grundlegende Computer-Kenntnisse, PC, Notebook oder Tablet und eine Google-E-Mail-Adresse. Idealerweise können Sie den Kurs an zwei Bildschirmen verfolgen.

**26F52000-O**

Di 9.6. | 18 – 19:30 Uhr und

Di 16.6. | 18 – 19:30 Uhr

Online-Kurs

**40 €**

## **PowerPoint leicht gemacht – Der Grundlagenkurs für starke Präsentationen**

**Markus Amend**

Lernen Sie, schrittweise ansprechende und wirkungsvolle Präsentationen zu erstellen. Sie erfahren, wie Sie Text, Bilder, Farben und Animationen gezielt einsetzen und typische Fehler vermeiden. Ideal für Beruf, Schule, Ehrenamt oder private Anlässe. Für alle, die PowerPoint neu erlernen oder sicherer anwenden möchten.

**25H53152**

Di 13.1. | 18 – 21 Uhr und

Di 20.1. | 18 – 21 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 3

**75 €**

**26F53152**

Do 9.7. | 18 – 21 Uhr und

Do 16.7. | 18 – 21 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 3

**75 €**

## **Microsoft Excel – Grundlagenkurs für den sicheren Einstieg**

**Markus Amend**

Lernen Sie die wichtigsten Funktionen von Microsoft Excel kennen. Der Kurs zeigt Grundlagen wie Formatieren, einfache Formeln, Sortieren und Filtern sowie erste Diagramme. Mit vielen Übungen für den direkten Praxisbezug.

Für Beginnende mit und ohne Vorkenntnisse.

**26F53260**

Do 30.4. | 18 – 21 Uhr und

Do 7.5. | 18 – 21 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 3

**75 €**

## **Fit in Excel – Auffrischen, Vertiefen, Durchstarten**

**Markus Amend**

Excel-Aufbaukurs: Auffrischung für alle, die bereits mit Excel gearbeitet haben. Sie wiederholen wichtige Funktionen, lernen effizienter zu arbeiten und üben praxisnahe Beispiele wie Budgetplanung oder Projektverfolgung. Außerdem erfahren Sie, wie Sie Diagramme gestalten und mit mehreren Tabellenblättern arbeiten. Grundkenntnisse nötig.

**26F53262**

Do 11.6. | 18 – 21 Uhr und

Do 18.6. | 18 – 21 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 3

**75 €**

## **Excel meistern – Der Kurs für Fortgeschrittene und die, die es werden wollen**

**Markus Amend**

Sie arbeiten regelmäßig mit Excel und möchten komplexere Funktionen, effiziente Techniken und professionelle Werkzeuge nutzen? Dann ist dieser Fortgeschrittenenkurs ideal für Sie. Sie vertiefen Ihre Kenntnisse und entwickeln Excel vom klassischen Tabellenprogramm zu einem leistungsstarken Werkzeug für Datenanalyse, Planung und Automatisierung.

**25H53264**

Sa 17.1. | 9 – 16 Uhr | 45 Min. Pause

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 3

**75 €**

**26F53264**

Sa 11.7. | 9 – 16 Uhr | 45 Min. Pause

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 3

**78 €**

## **Apple-Computer-Grundlagen**

**Andreas Konitzer**

Für Mac-Einsteiger\*innen: Sie lernen die Grundfunktionen von macOS und die wichtigsten vorinstallierten Programme kennen und erhalten Tipps zur Softwareauswahl. Bitte MacBook/iMac und Apple-ID mitbringen.

**26F54040**

Sa 9.5. | 10 – 17 Uhr | 60 Min. Pause

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 1

**81 €**

## **3D UND CAD**

### **Faszination 3D-Druck**

**Andreas Schlenker**

Einstieg in den 3D-Druck: Sie lernen wichtige Drucktechnologien kennen, erstellen mit einer CAD-Software Ihr erstes 3D-Modell und drucken einen Schlüsselanhänger aus. Bitte Laptop mit Autodesk Fusion-360-Testversion mitbringen (Leihgerät auf Anfrage). In Kooperation mit der vhs Unteres Remstal; Organisation vhs Winnenden.

**26F56200**

Sa 7.3. | 9:15 – 17 Uhr | 60 Min. Pause

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 3

**93 €**

### **3D-Objekte entwerfen mit Autodesk Fusion**

**Andreas Schlenker**

Die Software Fusion von Autodesk ist der ideale Einstieg in 3D-CAD. Ziel dieses Kurses ist es, dass Sie mit Fusion Ihre eigenen Projekte selbst am Computer in 3D modellieren können. Hierbei werden auch die Anforderungen in der Konstruktion für den 3D-Druck behandelt. Bitte eigenen Laptop mit der Autodesk Fusion-360-Testversion mitbringen (Leihgerät auf Anfrage). In Kooperation mit der vhs Unteres Remstal; Organisation vhs Winnenden.

**26F56220**

Sa 25.4. | 9:15 – 17 Uhr | 60 Min. Pause

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 3

**93 €**

### **3D-Modellieren mit Fusion – Aufbauseminar**

**Andreas Schlenker**

Aufbaukurs zu „3D-Objekte entwerfen mit Autodesk Fusion“. Sie vertiefen Ihr Wissen in Fusion und arbeiten mit Volumen-, Flächen- und Freiformmodellen, Baugruppen, Abhängigkeiten, Bewegungsbegrenzungen, Kontaktsätzen und Kollisionsprüfung. Außerdem erstellen Sie Animationen und nutzen wichtige Funktionen. Bitte Laptop mit Autodesk Fusion-360-Testversion mitbringen (Leihgerät auf Anfrage). In Kooperation mit der vhs Unteres Remstal; Organisation vhs Winnenden.

**26F56240**

Sa 9.5. | 9:15 – 17 Uhr | 60 Min. Pause

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 3

**93 €**



# GRAPHIK UND MARKETING

## Suchmaschinenoptimierung (SEO) – So werden Sie erfolgreich im Internet gefunden

**Tatjana Kappler**

Lernen Sie, wie Ihre Website besser gefunden wird! Der Kurs vermittelt die Grundlagen von SEO und SEA, zeigt, wie Suchmaschinen funktionieren, wie Sie Inhalte optimieren und wirkungsvolle Werbekampagnen erstellen.

In Kooperation mit der vhs Unteres Remstal; Organisation dort.

**26F57080**

Fr 22.5. | 9 – 16 Uhr  
vhs Unteres Remstal, Geschäftsstelle  
Waiblingen | Bürgermühlenweg 4  
**96 €**

## Social Media & Online Marketing für Selbständige und Kleinunternehmer\*innen

**Jessica Beraldo**

Ein praxisnaher Kurs für den professionellen Aufbau Ihrer Social-Media-Präsenz. Sie entwickeln eine klare Strategie, planen Inhalte mit Redaktionsplänen und SEO und lernen Tools wie Canva, ChatGPT, ManyChat und Social-Media-Planer kennen. Hybridkurs: vor Ort oder per Live-Übertragung. In Kooperation mit der vhs Unteres Remstal; Organisation dort.

**26F57085-H**

Fr/Sa, 24.4. – 25.4. | 17 – 20:15 Uhr | 2 Termine  
vhs Unteres Remstal, Geschäftsstelle  
Waiblingen | Bürgermühlenweg 4  
**88 €**

## Adobe Illustrator CC – Grundlagen

**Tatjana Kappler**

Ein praxisnaher Einstieg in Adobe Illustrator: Sie zeichnen und bearbeiten Vektorobjekte, nutzen Farben, Verläufe, Text und bereiten Grafiken professionell für die Ausgabe vor. Inklusive Tipps für effizientes Arbeiten. In Kooperation mit der vhs Unteres Remstal; Organisation dort.

**25H58030**

Sa/So, 17.1. – 18.1. | 9 – 16 Uhr | 2 Termine  
vhs Unteres Remstal, Geschäftsstelle  
Waiblingen | Bürgermühlenweg 4  
**245,50 €**

**26F58030**

Sa/So, 4.7. – 5.7. | 9 – 16 Uhr | 2 Termine  
vhs Unteres Remstal, Geschäftsstelle  
Waiblingen | Bürgermühlenweg 4  
**245,50 €**

## Adobe Photoshop Elements

**Bernd Wecker**

Sie lernen die wichtigsten Funktionen von Photoshop Elements kennen: Bildkorrektur, Retusche, Auswahltechniken, Masken, Ebenen, Montagen, Farboptimierung und Texte. Abschließend erfahren Sie, wie Sie Ihre Bilder für verschiedene Medien richtig ausgeben (Farbmodi, Auflösung, Dateiformate). Bitte USB-Stick mitbringen.

Voraussetzung: Windows-Grundkenntnisse. In Kooperation mit der vhs Unteres Remstal; Organisation dort.

**25H58050**

Sa 24.1. | 10 – 17 Uhr  
vhs Unteres Remstal – Zweigstelle  
Fellbach | Eisenbahnstraße 23  
**104 €**

## Geschäftsausstattung selbst erstellen mit Adobe

**Tatjana Kappler**

Für Gründer\*innen und kleine Unternehmen: Sie gestalten Logo, Visitenkarten, Briefbogen und Flyer mit Photoshop und Illustrator selbst. Inklusive Grundlagen des Corporate Designs. In Kooperation mit der vhs Unteres Remstal; Organisation dort.

**25H58040**

Sa/So, 31.1. – 1.2. | 9 – 16 Uhr | 2 Termine  
vhs Unteres Remstal, Geschäftsstelle  
Waiblingen | Bürgermühlenweg 4  
**224 €**

**26F58040**

Sa/So, 18.7. – 19.7. | 9 – 16 Uhr | 2 Termine  
vhs Unteres Remstal, Geschäftsstelle  
Waiblingen | Bürgermühlenweg 4  
**224 €**

## Bildbearbeitung, Grafik und Text mit Adobe Photoshop, Illustrator und InDesign

**Nada Heller**

Einsteigerkurs für Printgestaltung: Sie lernen die Grundfunktionen von Photoshop, Illustrator und InDesign. Voraussetzung: sicherer Umgang mit PC und Windows. In Kooperation mit der vhs Unteres Remstal; Organisation dort.

**25H58060**

Di, 13.1., 20.1. und 27.1. | 9 – 16 Uhr | 3 Termine  
vhs Unteres Remstal, Geschäftsstelle  
Waiblingen | Bürgermühlenweg 4  
**345 €**

**26F58060**

Mo 14.9. bis Mi 16.9. | 9 – 16 Uhr  
vhs Unteres Remstal, Geschäftsstelle  
Waiblingen | Bürgermühlenweg 4  
**345 €**

## Adobe Photoshop CC – Grundlagen

**Tatjana Kappler**

Ein praxisnaher Einstieg in Adobe Photoshop: Sie bearbeiten Bilder professionell, erstellen Fotomontagen und lernen wichtige Funktionen kennen – inklusive Grundlagen der Druckvorstufe. Nötig: geübte PC-Kenntnisse. In Kooperation mit der vhs Unteres Remstal; Organisation dort.

**26F58080**

Sa/So, 2.5. – 3.5. | 9 – 16 Uhr | 2 Termine  
vhs Unteres Remstal, Geschäftsstelle  
Waiblingen | Bürgermühlenweg 4  
**245,50 €**

## Adobe InDesign CC – Grundlagen

**Tatjana Kappler**

Grundlagenkurs zu Adobe InDesign: Sie lernen, wie Sie Texte, Grafiken und Layouts professionell anlegen, Formate nutzen und Dokumente korrekt für den Druck (PDF/X-3) vorbereiten. Nötig: gute Office-Kenntnisse. In Kooperation mit der vhs Unteres Remstal; Organisation dort.

**26F58085**

Sa/So, 13.6. – 14.6. | 9 – 16 Uhr | 2 Termine  
vhs Unteres Remstal, Geschäftsstelle  
Waiblingen | Bürgermühlenweg 4  
**245,50 €**







**JUNGE VHS  
UND  
PÄDAGOGIK**



## PÄDAGOGIK / ELTERNBILDUNG

### Babymassage für Eltern und ihre Babys ab der 6.

#### Lebenswoche

**Juliane Kittel**

Die Massage mit ausgewählten babygerechten Ölen entspannt Eltern und Kind und gilt zudem als wirksames Mittel gegen Bauchschmerzen und Einschlafstörungen. Baby-massage ist für Kinder ab der 6. Lebenswoche bis zu einem Alter von circa 6 Monaten geeignet. Bitte mitbringen: ein großes Handtuch, Einwegunterlage, Feuchttücher, Windeln und ggf. Nahrung für Ihr Baby. Körperöle werden gestellt.

**26F60090**

Fr 6.3. | 9 – 10 Uhr | 4 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**39 €**

**26F60095**

Fr 3.7. | 9 – 10 Uhr | 4 Termine  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 2  
**39 €**

### **NEU** Kindertrauer – Kinder im Umgang mit Abschied, Wandel und Verlust begleiten

**Patricia Bellmann**

In diesem Vortrag geben wir Einblick, wie man Kinder gut begleiten kann; mit praktischen Impulsen, hilfreichen Ritualen und einer Sprache, die Kinder stärkt. Die Referentin ist Kinderkrankenschwester und ausgebildete Trauerbegleiterin.

**26F60120**

Mi 11.3. | 19 – 20:30 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
**18 €**

## GEBÜHRENFREIE STÄRKE-KURSE



Finanziert durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integrationen  
des Landes Baden-Württemberg sowie durch die VHS Winnenden.

Das Landesprogramm STÄRKE ermöglicht Familien in Baden-Württemberg eine kostenlose Teilnahme an Angeboten zur Familienbildung. Ziel ist die Stärkung der Erziehungskompetenz von Eltern und der Verbesserung der Entwicklungsmöglichkeiten ihrer Kinder. Die Teilnahme an den Offenen Treffs ist ohne Anmeldung möglich. Bitte melden Sie sich zum Angebot „Zauberhafte Kinderzeit“ an. Wenden Sie sich bei Fragen an: Heike Hindemith, 07195 1070 – 14, heike.hindemith@vhs-winnenden.de

### Offener Treff für Familien mit Kindern

**Susanne Rudolf / Petra Hornberger**

Der offene Treff richtet sich an alle Eltern mit ihren Kindern. Er soll den Eltern die Vernetzung in Winnenden erleichtern und helfen, ihre Elternkompetenz zu erweitern. Kommen Sie einfach vorbei und erleben Sie eine gute Zeit mit Ihrem Kind! **Eine Anmeldung ist nicht nötig.** Die Dozentin spricht außer Deutsch auch Englisch.

#### **für Eltern mit Kindern im 1. Lebensjahr (bitte ohne ältere Geschwister)**

Di 9 – 11 Uhr, außer in den Schulferien  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 7  
**kostenlos**

#### **für Eltern mit Kindern von 1 – 3 Jahren**

Mi 9 – 10:30 Uhr, außer in den Schulferien  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 7  
**kostenlos**

## Zauberhafte Kinderzeit

**Susanne Rudolf**

Für Eltern mit Kleinkindern von 1 bis 3 Jahren. Zauberhafte Kinderzeit ist ein Konzept zur ganzheitlichen Förderung von Kleinkindern. Spielerisch und altersgerecht werden alle Sinne und Kompetenzen angesprochen und gefördert. Dabei wird auch das Sozial- und Emotional-Verhalten der Kinder gefördert. Ihre sprachliche, motorische, kognitive und kreative Entwicklung wird unterstützt. Bitte Stoppersocken, ein Getränk und Vesper mitbringen. Dieser Kurs dient zur Förderung elterlicher Erziehungskompetenz und wird durch das Landesprogramm „STÄRKE“ gefördert.

**26F60145**

Mi 18.3. | 15 – 16:15 Uhr | 10 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 7  
**kostenlos**

**26F60147**

Do 19.3. | 9 – 10:15 Uhr | 10 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 7  
**kostenlos**

**26F60149**

Do 19.3. | 15 – 16:15 Uhr | 10 Termine  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 7  
**kostenlos**





Tageseltern Winnenden  
& Umgebung e.V.

### Tagesmutter/ Tagesvater für Ihr Kind gesucht?

Kindertagespflege bietet:

- eine feste Bezugsperson
- kleine Gruppen in familienähnlichen Strukturen
- flexible Betreuungszeiten
- individuelle Förderung

Wir beraten Sie gerne rund um die Betreuung in der Kindertagespflege!

[www.tageseltern-winnenden.de](http://www.tageseltern-winnenden.de)



## SELBSTBEWUSST- SEIN / SELBST- BEHAUPTUNG

### Krav Maga Junior für Kinder von 6 – 9 Jahren

**Chris Bonk, Felix Remppe**

In diesem Workshop tauchen wir in die Welt der Kinder ein und thematisieren Auseinandersetzungen in der Schule oder auf dem Spielplatz und Themen wie Mobbing. Wir bieten Lösungsansätze an, ohne dass die Kinder dabei in die Täter- oder Opferrolle fallen. Die Kinder lernen, für sich selbst einzustehen und klar und deutlich Grenzen aufzeigen zu können. Bitte mitbringen: Getränk und feste Hallenschuhe. Sportkleidung möglichst bereits tragen.

#### 25H61522 Faschingsferienkurs

Fr 20.2. | 10 – 11:30 Uhr  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
10 €

### Krav Maga für Kinder und Jugendliche von 10 – 14 Jahren

**Chris Bonk, Felix Remppe**

In unserem Kurs lernen Kinder spielerisch folgende Techniken und Verhaltensmuster: Verteidigung gegen Griffe und Umklammerungen, richtiges Fallen und Aufstehen, einfache Schlag- und Tritttechniken, Verteidigung gegen Schlagangriffe, verbale Intervention, Verhaltensregeln im Alltag und den Umgang mit Angst. Der Workshop soll Mut und Selbstsicherheit stärken. Bitte mitbringen: Getränk und feste Hallenschuhe. Sportkleidung möglichst bereits tragen.

#### 25H61526 Faschingsferienkurs

Fr 20.2. | 11:45 – 13:15 Uhr  
vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1  
10 €

### Babysitterkurs für Jugendliche ab 14 Jahren

**Christine Just**

Der Kurs wendet sich an Jugendliche, die sich Wissen und Erfahrung für den verantwortlichen Umgang mit Babys und Kleinkindern aneignen wollen. Nach Kursende erhalten die Teilnehmenden einen Babysitterausweis des Kinderschutzbundes, daher bitte unbedingt das genaue Geburtsdatum bei der Anmeldung angeben. Bitte Getränk und Pausenverpflegung mitbringen.

#### 26F61503

Fr 26.6. | 15 – 18 Uhr und  
Sa 27.6. | 10 – 16:30 Uhr, 60 Min. Pause  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
71 €



### LöwenMut Workshop für Schulkinder von 6 – 10 Jahren

**Elke Walter**

Hier entdecken die Kinder anhand einer Geschichte, verschiedener Übungen und mit viel Spaß, was ihnen hilft, sich mutiger zu fühlen und sich mehr zuzutrauen. Sie können dies dann direkt im Alltag anwenden. Die Kinder entdecken ihren Löwenmut! Bitte ein Getränk und bequeme Schuhe (bitte keine Straßenschuhe) mitbringen.

#### 26F61513

Mi 29.4. | 15:30 – 17 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
31 €

### NEU LöwenMut Eltern-Kind- Workshop für Kinder- garten-kinder von 4 – 6 Jahren

**Elke Walter**

In diesem besonderen Workshop entdecken Kinder und Eltern gemeinsam, was Mut bedeutet und wie innere Stärke wächst. Die Übungen können leicht in den Alltag integriert werden und so kann zuhause der LöwenMut weiter trainiert werden. Bitte bequeme Kleidung tragen. Kind bei der Anmeldung bitte als Teilnehmenden angeben.

#### 26F61515

Mo 22.6. | 15:30 – 17 Uhr  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 7  
55 € pro Eltern-Kind-Team

### NEU LöwenMut Gefühle- Workshop für Kinder von 8 – 12 Jahren

**Elke Walter**

In diesem Workshop entdecken Kinder ihre Gefühlswelt vom Kribbeln der Freude bis zur Schwere der Wut. Wenn Kinder lernen, ihre Gefühle zu verstehen, können sie auch im Alltag besser damit umgehen: sie reagieren gelassener, finden Worte statt Wutausbrüche, und spüren, was sie und andere gerade brauchen.



#### 26F61517

Di 7.7. | 15:30 – 17 Uhr  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 7  
31 €

## KREATIV UND AKTIV

### Nähkurs für 9- bis 15-Jährige

**Hilde Lutz**

Wir lernen Tipps und Kniffe im Umgang mit der Nähmaschine und nähen ein Mäppchen mit Reißverschluss, das jeder nach seinem eigenen Geschmack gestalten kann. Am ersten Kursabend besprechen wir eure Näh-Ideen und das benötigte Material. Eltern können hier bei Bedarf gerne mit dabei sein. Ab dem zweiten Kurstermin bitte eine funktionsfähige Nähmaschine mit Gebrauchsanleitung mitbringen.

#### 26F61529 Osterferienkurs

Einführung: Mo 23.3. | 17:30 – 18:15 Uhr  
Nähtermine: Mo 30.3. + Di 31.3. | 9:30 – 12:30 Uhr  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 4  
67 €

### Zaubern lernen für Kinder von 8 bis 14 Jahren

**Johann Szeit**

Für die Teilnahme am Zauberkurs sind keine Vorkenntnisse notwendig. Die benötigten Materialien und eine erklärende Beschreibung im Wert von 10 € werden im Kurs ausgeteilt und sind in der Kursgebühr enthalten. Bitte ein komplettes Skatenspiel und Verpflegung für die Pause mitbringen.

#### 26F61530 Sommerferienkurs

Do 6.8. | 11 – 14 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
35 € inkl. Kursmaterial



## Schach für Kinder von 7 bis 14 Jahren

**Hans-Jürgen Nägele**

Dieser Kurs ist für alle Kinder geeignet, die das Schachspiel erlernen oder sich darin verbessern möchten. Das Spiel wird von Grund auf erläutert. Das Spielmaterial wird zur Verfügung gestellt. Bitte ein Getränk mitbringen.

### 26F62060 Sommerferienkurs

Mo 3.8. | 9 – 12 Uhr und

Di 4.8. | 9 – 12 Uhr

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal

35 € inkl. Kursmaterial

## Foto-Exkursion in den Wald bei Winnenden-Bürg für 9- bis 15-Jährige

**Doris Bredow**

In diesem Kurs lernt Ihr, wie Ihr mit Eurem Smartphone professionell aussehende Naturaufnahmen machen könnt. Die Teilnahme ist mit einem Android-Smartphone oder iPhone möglich.

### 26F62072 Sommerferienkurs

Di 1.9. | 14 – 17 Uhr und

Do 3.9. | 14 – 17 Uhr

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 6

52 €

## Handlettering für Jugendliche ab 11 Jahren

**Annette Hårdter**

Wollt Ihr Handlettering einmal ausprobieren, glaubt aber, dass Ihr nicht schön schreiben könnt? Dann ist dieser Workshop das Richtige für Euch. Bringt kariertes Papier und Stifte mit (Filzstift, Fineliner, Kugelschreiber, Füller – was ihr mögt). Auch wenn Ihr schon Erfahrung mit Handlettering habt, seid Ihr herzlich willkommen.

### 26F62075 Sommerferienkurs

Fr 31.7. | 10 – 12 Uhr

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal

19 €

## STYLING UND AUSSEHEN

### NEU Farb- und Stylingberatung ab 14 Jahren

**Heidi Heinzmann-Neumann**

Welche Farben passen eigentlich zu Dir? Welcher Style unterstreicht Deine Figur und stärkt Dein Selbstbewusstsein? In diesem Kurs findest Du es heraus! Du wirst erleben, wie sehr die passenden Farben und ein Look Deine Ausstrahlung verändern können. Außerdem bekommst Du viele Tipps, die Dir im Alltag helfen, beim Shoppen und täglich bei der Kleiderwahl. Bringe gerne eine paar Outfits mit, die Du gerne magst oder bei denen Du unsicher bist.

### 26F62900

Sa 21.3. | 10 – 13 Uhr

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum III

28 €

## BEWEGUNG

### Klein und Groß in Bewegung für Kinder von 1 – 3 Jahren mit Erwachsenenbegleitung

**Isabella Garganese**

In diesem Kurs stehen Spaß an der Bewegung, gemeinsames Erleben und das Sammeln vielfältiger Bewegungserfahrungen im Mittelpunkt. Gemeinsam mit Mama, Papa, oder einer anderen vertrauten Begleitperson entdecken die Kinder spielerisch ihren Körper und die Welt der Bewegung. Bitte mitbringen: Getränk und feste Hallenschuhe. Groß und Klein sollten bequeme Kleidung oder Sportkleidung möglichst bereits tragen. Bitte Kind bei der Anmeldung als Teilnehmenden angeben.

### 26F63005

Di 3.3. | 14:45 – 15:30 Uhr | 14 Termine

vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1

92 € pro Kind-Erwachsenen-Team

### Papa und Kind in Bewegung

**Sylvie Schmidt**

Gemeinsam erleben wir altersgerechte Bewegungsspiele, erkunden unterschiedliche Kleingeräte, lernen verschiedene Bewegungsformen kennen. Bitte mitbringen: ABS-Socken für die Kinder, Hallenschuhe oder ABS-Socken für die Väter. Sportkleidung möglichst bereits tragen. Bitte Kind bei der Anmeldung als Teilnehmenden angeben.

### 26F63010 ab Lauf-Alter – 2,5 Jahre

Sa 28.2. | 21.3. | 25.4. | 9:30 – 10:30 Uhr

vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1

25 € pro Kind-Erwachsenen-Team

### 26F63015 2,5 – 4 Jahre

Sa 28.2. | 21.3. | 25.4. | 10:30 – 11:30 Uhr

vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1

25 € pro Kind-Erwachsenen-Team

### Zumba® Kids Junior für Kindergartenkinder ab 4 Jahren

**Natalie Heilig**

### 26F63020

Fr 27.2. | 14:30 – 15:15 Uhr | 15 Termine

vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1

71 €

### Zumba® Kids für Kinder von Klasse 1 – 3

**Natalie Heilig**

### 26F63021

Fr 27.2. | 17:30 – 18:30 Uhr | 15 Termine

vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1

95 €

### Zumba® Kids für Kinder von Klasse 4 – 6

**Natalie Heilig**

### 26F63022

Fr 27.2. | 15:20 – 16:20 Uhr | 15 Termine

vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1

95 €

### Zumba® Kids für Teens ab Klasse 7

**Natalie Heilig**

### 26F63023

Fr 27.2. | 16:25 – 17:25 Uhr | 15 Termine

vhs Aktiv Winnenden | Kornbeckstr. 4 | Raum 1

95 €







## **NEU** Greenbox für Harry Potter-Fans von 9 – 15 Jahren

**Daniela Baum**

Du lernst, wie ein Film entsteht: von Schauspiel und Kameraarbeit über Schnitt bis zum Soundtrack. Gedreht wird vor Harry-Potter-Hintergründen mit Verkleidungen und Requisiten aus dem riesigen Fundus. Gerne kannst du auch dein eigenes Kostüm mitbringen. Materialkosten (inkl. USB-Stick) werden im Kurs bei der Dozentin bezahlt. Bitte Vesper und Getränk für die betreute Mittagspause mitbringen. Am Kurstag keine grüne Kleidung tragen.

### **26F65060 Sommerferienkurs**

Fr 11.9. | 10 – 17 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
**35 €** zzgl. 25 € Materialkosten

## **TECHNIK UND NATURWISSENSCHAFTEN**

### **Bau eines Solarboots für Kinder ab 7 Jahren**

**Viola Maier**

Wir bauen ein leistungsfähiges Solarboot und testen anschließend bei gutem Wetter die Funktionsfähigkeit im Marktbrunnen. Bitte mitbringen: Stifte und Schere. Sofern vorhanden: Seitenschneider, Vorstecher und Abisolierzange. Die Materialkosten für das Solarboot sind in der Kursgebühr enthalten.

### **26F65170 Sommerferienkurs**

Di 11.8. | 13:30 – 16 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
**32 €** inkl. Kursmaterial

### **26F65175 Sommerferienkurs**

Do 13.8. | 13:30 – 16 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
**32 €** inkl. Kursmaterial

### **Holzwerkstatt für Mamas und Kids von 8 bis 12 Jahren**

**Hans Peter Eberhardt**

In diesem Werkstatt-Kurs bauen wir gemeinsam ein schön gestaltetes Holzkästchen, das als Handyladestation oder als Aufbewahrungsbox für kleine Gegenstände genutzt werden kann. Die Gebühr gilt pro teilnehmender Person.

### **26F65180**

Mi 4.3. | 16 – 18 Uhr | 4 Termine  
Ludwig-Uhland-Gemeinschaftsschule  
Schwaikheim | Uhlandstr. 8 | Raum 0.05  
**51 €** inkl. 18 € Materialkosten

## **KOCHEN UND BACKEN**

### **NEU** Feuerküche für Klein und Groß

**Annette Hårdter**

Dieser Kurs richtet sich an Kinder im Grundschulalter mit einer erwachsenen Begleitperson. Wir bereiten ein leckeres Menü zum Teil über offenem Feuer zu. Der Kurs findet in der Schulküche und im Schulgarten statt und wir benutzen kleine Herdfeuer in Feuereimern. Bitte mitbringen: Getränk, Behälter für Reste, Spüllappen und Geschirrtuch und – falls vorhanden – einen Klappstuhl. Gebühr gilt pro teilnehmender Person.

### **26F63103**

Fr 19.6. | 16 – 19 Uhr  
Albertville-Realschule Winnenden |  
Albertviller Str. 32 | Küche 1  
**34 €** inkl. 12 € Lebensmittelkosten

### **Vegetarische Leckereien für Kinder von 8 bis 12 Jahren**

**Annette Hårdter**

Wir kochen ein vegetarisches Menü. Alle Rezepte sind einfach, und ihr könnt sie leicht zu Hause nachkochen. Bitte mitbringen: ein Getränk, Geschirrtuch und Spüllappen, Behälter für Reste.

### **26F63105 Sommerferienkurs**

Fr 11.9. | 10 – 13 Uhr  
Ludwig-Uhland-Gemeinschaftsschule  
Schwaikheim, Neubau | Uhlandstr. 8 | Küche  
**39 €** inkl. 12 € Lebensmittelkosten

## **DIGITALES WISSEN**

### **10-Finger-Schreiben für Kinder ab 10 Jahren**

**Viola Maier**

Mit der im Kurs vermittelten Methode ist es möglich, das Blindschreiben mit zehn Fingern in sehr kurzer Zeit zu erlernen. Bitte zum Kurs mitbringen: Schreib- und Farbstifte und externe Tastatur (falls vorhanden). Die Kosten für das Kursbuch sind in der Gebühr enthalten.

### **26F65017 Sommerferienkurs**

Mo 10.8. bis Fr 14.8. | 9:30 – 12 Uhr  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 4  
**106 €** inkl. Kursbuch

### **NEU** Trickfilmwerkstatt mit Special Effects für Kinder von 8 – 12 Jahren

**Daniela Baum**

In diesem Kurs erweckst du deine Lieblingsfiguren zum Leben und drehst deinen eigenen Stop-Motion-Film! Materialkosten (inkl. USB-Stick, Kursunterlagen und Trickfilm-Zubehör) werden im Kurs bei der Dozentin bezahlt. Bitte Vesper und Getränk für die betreute Mittagspause mitbringen.

### **26F65050**

Fr 15.5. | 10 – 17 Uhr  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 4  
**35 €** zzgl. 19 € Materialkosten



## **NEU** Kristall-Forscher für Kinder von 6 – 11 Jahren

**Ralf Laternser**

Kennt ihr das Geheimnis der Kristalle? Um einen Kristall oder ein Mineral erkennen und finden zu können, muss man die Kristalleigenschaften untersuchen und kennenlernen. Eine Aufgabe für richtige Kristallforscher! Materialkosten sind in der Kursgebühr bereits enthalten. Bitte einen Pausensnack und ein Getränk mitbringen.

**26F65185**

Mi 24.6. | 14 – 16 Uhr

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal

**21 €** inkl. Kursmaterial

## **NEU** Vulkan-Forscher für Kinder von 6 – 11 Jahren

**Ralf Laternser**

Wie heiß sind eigentlich Vulkane? Gibt es gefährliche Vulkane in Deutschland? Viele wagemutige Experimente und Anschauungsmaterial und ein großer, unberechenbarer explosiver Vulkan helfen uns dabei, Vulkane besser zu verstehen! Materialkosten sind in der Kursgebühr bereits enthalten. Bitte einen Pausensnack und ein Getränk mitbringen.

**26F65186**

Mi 24.6. | 16:15 – 18:15 Uhr

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal

**21 €** inkl. Kursmaterial

## Dinosaurier-Forscher für Kinder von 6 – 11 Jahren

**Ralf Laternser**

Bei diesem Forscher-Abenteuer seid Ihr den „schrecklichen Echsen“ auf der Spur. Das Wissen, das wir heute über die Dinosaurier haben, verdanken wir meistens Forschern, den Paläontologen, die mutig und schlau versteinerte Saurierskelette finden, ausgraben und zusammensetzen. In diesem Kurs werdet Ihr zu Dinosaurier-Forschern. Materialkosten sind in der Kursgebühr bereits enthalten. Bitte einen Pausensnack und ein Getränk mitbringen.

**26F65190 Sommerferienkurs**

Do 10.9. | 10 – 12 Uhr

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal

**21 €** inkl. Kursmaterial

## Kriminal-Forscher für Kinder von 6 – 11 Jahren

**Ralf Laternser**

Bei diesem Forscher-Abenteuer erfahrt Ihr mehr über die Arbeit eines Detektivs und wie er Verbrecher fängt. Werdet zu Kriminal-Forschern! Materialkosten sind in der Kursgebühr bereits enthalten. Bitte einen Pausensnack und ein Getränk mitbringen.

**26F65195 Sommerferienkurs**

Do 10.9. | 13 – 15 Uhr

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal

**21 €** inkl. Kursmaterial

**26F65197 Sommerferienkurs**

Do 10.9. | 15:30 – 17:30 Uhr

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal

**21 €** inkl. Kursmaterial



## LERNMETHODEN

### Superhirn – Vokabeln lernen im Sekundentakt für Schülerinnen und Schüler

**Helmut Lange**

Die Schlüsselwortmethode hilft Dir dabei, Vokabeln nicht nur schneller zu erfassen, sondern auch länger im Kopf zu behalten. Das zig-fache Wiederholen wird auf ein Minimum reduziert. Die Zugangsdaten zum Online-Kurs werden am Tag der Veranstaltung verschickt.

**26F65250**

Di 17.3. | 16 – 18 Uhr

Online-Kurs

**25 €**

## ENGLISCH

### Kommunikationsprüfung Englischabitur

**Ingrid Friederich**

Dieser Kurs bereitet SchülerInnen der gymnasialen Oberstufe auf die Kommunikationsprüfung im Fach Englisch vor (Abitur 2026).

**25H66120**

Fr, 16.1., 23.1. und 30.1. | 17:45 – 20 Uhr |

3 Termine

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 6

**69 €**

### Prüfungsvorbereitung Englisch Realschule

**Carolina Gaul**

Wir werden zu allen fünf Teilen der Prüfung Übungen machen und uns an den Aufgaben der letzten Jahre orientieren. Bitte Schreibzeug mitbringen.

**26F66120**

Sa/So, 18.4. – 26.4. | 10 – 13 Uhr |

4 Termine

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum III

**91 €**

**26F66122**

Sa/So, 18.4. – 26.4. | 14 – 17 Uhr |

4 Termine

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum III

**91 €**

## MATHEMATIK – REALSCHULE

### Mathematik Klasse 10 an der Realschule

**Armin Krauß**

**26F66201 wöchentlich**

Do 26.2. | 17 – 18:30 Uhr | 9 Termine

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IX

**122 €**

### Mathematik – Vorbereitung Realschulabschluss

**Armin Krauß / Axel Schneider**

**25H66200 Faschingsferienkurs**

Mo 16.2. bis Fr 20.2. | 14 – 18 Uhr | 15 Min.

Pause

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal

**170 €**

**25H66202 Faschingsferienkurs**

Mo 16.2. bis Fr 20.2. | 9 – 13 Uhr | 15 Min.

Pause

vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal

**170 €**

**26F66203 Osterferienkurs**

Di 7.4. bis Fr 10.4. | 9 – 13 Uhr | 15 Min.

Pause

vhs Wiesenstraße Winnenden |

Wiesenstr. 10 | Raum 4

**136 €**



#### 26F66204 Osterferienkurs

Di 7.4. bis Fr 10.4. | 14 – 18 Uhr | 15 Min.  
Pause  
vhs Wiesenstraße Winnenden |  
Wiesenstr. 10 | Raum 4  
136 €

## MATHEMATIK – ALLGEMEINBILDEN- DES GYMNASIUM

### Fit in Mathematik, Klasse 10 *Michael Hauff*

#### 26F66300 wöchentlich

Mi 25.2. | 18 – 19:30 Uhr | 14 Termine  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IX  
190 €

### Fit im Mathematik-Basisfach, Kursstufe 1 *Michael Hauff*

#### 26F66302 wöchentlich

Di 24.2. | 18 – 19:30 Uhr | 14 Termine  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IX  
190 €

### Fit im Mathematik-Basisfach, Kursstufe 2 *Michael Hauff*

#### 26F66304 wöchentlich

Di 24.2. | 19:45 – 21:15 Uhr | 14 Termine  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IX  
190 €

### Mathematik Kursstufe 2 (Leistungsfach) *Armin Krauß / Michael Hauff*

#### 26F66305 wöchentlich

Do 26.2. | 18:45 – 20:15 Uhr | 8 Termine  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IX  
109 €

### Vorbereitung Mathematikabitur Kursstufe 2 (Leistungsfach) *Michael Hauff*

#### 25H66307 Faschingsferienkurs

Mo 16.2. bis Fr 20.2. | 9 – 13 Uhr  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IX  
170 €

### Vorbereitung Mathematikabitur Kursstufe 2 (Leistungsfach, 8 Punkte und weniger) *Michael Hauff*

#### 26F66308 Osterferienkurs

Sa 28.3. bis Do 2.4. (nicht So) | 9 – 13 Uhr |  
15 Min. Pause  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IX  
170 €



### Vorbereitung Mathematikabitur Kursstufe 2 (Leistungsfach, 9 Punkte und mehr) *Armin Krauß*

#### 26F66309 Osterferienkurs

Sa 28.3. bis Do 2.4. (nicht So) | 9 – 13 Uhr |  
15 Min. Pause  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Vortragssaal  
170 €

### Mathematik Kursstufe 2 – Vorbereitung auf die mündliche Abiturprüfung (Basisfach) *Michael Hauff*

#### 26F66311 Pfingstferienkurs

Mo 1.6. bis Fr 5.6. | 9 – 13 Uhr | 15 Min.  
Pause  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IX  
170 €

## MATHEMATIK – BERUFLICHES GYMNASIUM

### Fit im Mathematik- Leistungsfach, berufliches Gymnasium Klasse 13 *Michael Hauff*

#### 26F66310 wöchentlich

Mi 25.2. | 19:45 – 21:15 Uhr | 14 Termine  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IV  
190 €

### Vorbereitung auf das Mathematikabitur an beruflichen Gymnasien, Klasse 13 *Michael Hauff*

#### 26F66312 Osterferienkurs

Di 7.4. bis Sa 11.4. | 9 – 13 Uhr | 15 Min.  
Pause  
vhs Winnenden | Marktstr. 47 | Raum IX  
170 €

## DIE VHS WINNENDEN DANKT FÜR DIE UNTER- STÜTZUNG – AUCH SIE KÖNNEN SPENDEN!

Um ein kontinuierliches und innovatives Bildungsangebot machen zu können, ist die Volkshochschule auf Unterstützung angewiesen. Wir bedanken uns bei unseren Mitgliedskommunen Winnenden, Leutenbach und Schwaikheim für die Möglichkeiten der Raumnutzung und die verlässliche finanzielle Förderung. Außerdem bei der Gemeinde Berglen, der Kreissparkasse Waiblingen und der Karl-Krämer-Stiftung für die jährlichen Förderbeiträge sowie bei allen Anzeigenkunden in unserem Programmheft. Auch den Spendern, die nicht namentlich genannt werden wollen, herzlichen Dank.

### Spendenkonten

Kreissparkasse Waiblingen: IBAN DE61 6025 0010 0007 0152 63, BIC SOLADES1WBN  
Volksbank Stuttgart: IBAN DE49 6009 0100 0501 1690 08, BIC VOBAD333



# Gemeinsam Zukunft machen.

## Weil uns der Rems-Murr-Kreis am Herzen liegt.

Wir stehen den Menschen im Rems-Murr-Kreis zur Seite – und das seit mehr als 140 Jahren. Mit einer Bilanzsumme von rund 11 Milliarden Euro sind wir das größte Kreditinstitut der Region und zählen zu den fünf größten Sparkassen in Baden-Württemberg. Unsere rund 1.300 Mitarbeitenden beraten unsere Kundinnen und Kunden persönlich an 65 Standorten sowie über digitale Angebote. Entsprechend unserem öffentlichen Auftrag engagieren wir uns aktiv für das Gemeinwohl in unserer Region. [www.kskwn.de](http://www.kskwn.de)

#zukunftmachen



Kreissparkasse  
Waiblingen