



## Volkshochschule der Universitätsstadt Gießen

- vhs in kommunaler Trägerschaft -

### Dezernent

Stadtrat Francesco **Arman**

### Geschäftsstelle

Fröbelstraße 65  
35394 Gießen

### Homepage

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



### Die Volkshochschule bietet zertifizierte Qualität

Seit 2005 wird die Volkshochschule der Universitätsstadt Gießen in regelmäßigen Abständen zertifiziert. Im Juli 2024 wurde uns erneut eine erfolgreiche Qualitätsarbeit attestiert.

**telc** Kompetenzzentrum  
Hochschule

## Allgemeine Informationen

Sehr geehrte Teilnehmer\*innen,

wir bitten Sie, die folgenden Punkte zu beachten:

### Schriftliche Anmeldung zu den Kursen erforderlich!

- per Post: Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, 35394 Gießen
- per E-Mail (nur in Verbindung mit SEPA-Lastschriftmandat) an [vhs@giessen.de](mailto:vhs@giessen.de)
- über unsere Webseite [www.vhs-giessen.de](http://www.vhs-giessen.de)
- über Weitermeldelisten mancher Fachbereiche

Die Anmeldung zu den Deutschkursen bleibt unverändert.

### Für alle Angebote gilt: Bitte immer im Vorfeld anmelden

- Ihre Anmeldung zu Kursen ist verbindlich.
- Bitte beachten Sie: Nicht fristgerecht eingegangene Anmeldungen können nicht berücksichtigt werden.
- Eine Anmeldung durch Erscheinen am ersten Kurstag ist ausgeschlossen.
- Bei „Schnupperkursen“, die als solche ausgewiesen sind, ist die Teilnahme am ersten Kurstag kostenfrei.
- **Bitte denken Sie daran: Ein Fernbleiben vom Kurs oder ein Abmelden vom Kurs bei der Kursleitung entbindet Sie nicht von der Zahlung der Kursgebühren.**
- Weitere Informationen zu den Abmeldebedingungen zu Kursen erhalten Sie gerne auch und bereits bei der Anmeldung.

Ihr Team der vhs Gießen (Stand: Juli 2026)



### Was bietet die vhs.cloud für Teilnehmende?

Die vhs.cloud ist die Lernplattform für Volkshochschulen in Deutschland. Sie wird vom Deutschen Volkshochschul-Verband e.V. betrieben und steht allen Volkshochschulen und deren Teilnehmer\*innen zur Verfügung. Volkshochschulen können in der vhs.cloud virtuelle Kurse einrichten. Dabei kann es sich um Kurse handeln, die überwiegend oder ausschließlich online durchgeführt werden, aber auch um Präsenzkurse, die durch einige Online-Angebote ergänzt werden. In diesen Fällen erhalten Teilnehmende beispielsweise Zugriff auf Kursmaterialien und Inhalte, Möglichkeiten zur Vertiefung von Lerninhalten oder zum Austausch mit Ihren Mitlernenden.

schließlich online durchgeführt werden, aber auch um Präsenzkurse, die durch einige Online-Angebote ergänzt werden. In diesen Fällen erhalten Teilnehmende beispielsweise Zugriff auf Kursmaterialien und Inhalte, Möglichkeiten zur Vertiefung von Lerninhalten oder zum Austausch mit Ihren Mitlernenden.

### Wie funktioniert die vhs.cloud?

Zunächst ist ein Login nötig. Danach gelangen Sie in Ihren persönlichen Arbeitsbereich, zu Ihrem „Schreibtisch“. Hier finden Sie zunächst ein paar hilfreiche Tipps für den Start in die vhs.cloud und natürlich die Möglichkeit, dem Kurs beizutreten, den Sie bei der Volkshochschule gewählt haben. Dazu ist ein Kurs-Code notwendig. Im Bereich „Volkshochschule“ finden Sie Informationen und Hinweise, welche die Volkshochschule in der vhs.cloud veröffentlicht hat. Wenn Sie dann einem Kurs beigetreten sind, werden hier weitere Informationen eingeblendet. Das können unter anderem aktuelle Nachrichten, Informationen und Lerninhalte aus Ihrem Kurs der Volkshochschule sein. Außerdem können Sie hier Ihre persönlichen Inhalte und das Profil, mit dem Sie sich im Kurs präsentieren, einarbeiten.

### Unterstützung bei der Nutzung der vhs.cloud

Wenn Sie bei der Nutzung der vhs.cloud einmal nicht weiterkommen, erhalten Sie weitere Unterstützung:

- Der Bereich „Support“ in der vhs.cloud bietet Ihnen Hilfestellungen und Tipps zu vielen Nutzungsfragen.
- Auf YouTube gibt es zahlreiche Kurzfilme, welche Erklärungen zur vhs.cloud enthalten.
- Haben Sie so noch keine Antwort auf Ihre Fragen erhalten, wenden Sie sich bitte via E-Mail an: [gesundheit-beruf@giessen.de](mailto:gesundheit-beruf@giessen.de)

## Ihre Ansprechpartner\*innen:

### Verwaltung und Finanzen:

David Häupl, E-Mail: vhs@giessen.de  
Lorine Seebruch, E-Mail: vhs@giessen.de  
Doris Feuster, E-Mail: vhs@giessen.de

### Social Media und Öffentlichkeitsarbeit:

Max Philipp Wehn, E-Mail: presse-vhs@giessen.de

### Aufsicht/Infotheke:

Simon Julian Bauer, Tim Krienke, Sebastian Böning (Abendaufsicht), Tel. 0641 306-1462

## Programmbereiche:

### Gesellschaft, Kultur, Spezial

#### **Programmbereichsleitung Kultur, Spezial:**

Waltraud Burger (Amtsleiterin), E-Mail: Gesellschaft-Kultur@giessen.de

#### **Programmbereichsleitung Gesellschaft und Grundbildung:**

Amalka Hermann, E-Mail: Gesellschaft-Kultur@giessen.de

#### **Anmeldung und Auskünfte zu Kursen; Assistenz der Amtsleitung:**

Anna Adami, E-Mail: Gesellschaft-Kultur@giessen.de



### Beruf, EDV, Gesundheit

#### **Programmbereichsleitung:**

N. N. (stellv. Amtsleiter), E-Mail: Gesundheit-Beruf@giessen.de

#### **Anmeldung und Auskünfte zu Kursen:**

Anja Gural und Petra Dederichs, E-Mail: Gesundheit-Beruf@giessen.de



### Fremdsprachen

#### **Programmbereichsleitung:**

Amalka Hermann, E-Mail: Fremdsprachen@giessen.de

#### **Anmeldung und Auskünfte zu Kursen:**

Leah Schug, E-Mail: Fremdsprachen@giessen.de

### Deutsch als Zweitsprache, Integration und Grundbildung

#### **Programmbereichsleitung:**

Sabine Giesick, E-Mail: deutsch@giessen.de

#### **Pädagogische Assistenz:**

Leonore Blütgen-Walther, E-Mail: deutsch@giessen.de

#### **Anmeldung und Auskünfte zu Kursen und Prüfungen:**

Safae Karout und Isabel Sánchez Ruiz, Tel. 0641 306-1461/-1466, E-Mail: deutsch@giessen.de

#### **Integrationsprojekte (Grundbildung):**

Christina Sarkis, Tel. 0641 306-1468, E-Mail: deutsch@giessen.de



## Sprechzeiten in der vhs, Fröbelstraße 65, Giessen

**Persönlich: Nur nach Terminvereinbarung**

**Telefonische Sprechzeiten:**

Montag bis Freitag von 09:00 - 13:00 Uhr und  
Donnerstag von 14:00 - 17:00 Uhr

## Ihre Anmeldung nehmen wir entgegen:

- **per Post: Volkshochschule Giessen, Fröbelstraße 65  
35394 Giessen**
- **per E-Mail (nur in Verbindung mit SEPA-Lastschriftmandat)  
an vhs@giessen.de**
- **über unsere Webseite [www.vhs-giessen.de](http://www.vhs-giessen.de)**

Telefonische Anmeldungen für Stammteilnehmer\*innen sind leider nicht mehr möglich. Näheres hierzu finden Sie auf der Seite 1.

## Ferien und Feiertage

**In den Schulferien und an Feier- und Brückentagen finden in der Regel keine Kurse statt.**

Sollte ein Kurstermin wegen Erkrankung/Verhinderung der Kursleitung ausfallen, so werden Sie telefonisch oder per Mail kontaktiert.

**Ferien:** Herbstferien 05. - 17. Oktober  
Weihnachtsferien 23. Dez. 2026 - 12. Jan. 2027

**Feiertage:** Tag der Deutschen Einheit 03. Oktober

**Bitte beachten Sie, dass die Geschäftsstelle der Volkshochschule an Brückentagen und in den hessischen Schulferien geschlossen ist.**

**Das nächste Semester beginnt am 18. Januar 2027**

## Tag der offenen Tür

Wir werden am **21. August** ab **16:00 Uhr** unseren **Tag der offenen Tür** feiern. Es erwartet Sie ein Teil von unserem vielfältigen Kursangebot mit schönen Kursimpressionen. Für Speis und Trank ist gesorgt. Kommen Sie gerne vorbei!

## Berechnung unserer Kursgebühren

Die Kursgebühren berechnen sich nach der Auslastung des Kurses durch Teilnehmende (Staffelgebühren) sowie den jeweils festgelegten Unterrichtseinheiten. Zur Deckung von Kosten für Räume, Nebenkosten, Reinigung, (digitale) Infrastruktur und ähnliches, ist in allen Kursen eine Infrastrukturpauschale pro Unterrichtseinheit (**auch in der ermäßigten Gebühr**) enthalten.

Außerordentliche und zusätzlich entstehende Ausgaben (z. B. für besondere, externe Fachräume, Unterrichtsmaterial, Kopien, Lebensmittel für Kochkurse, Malfarben u. ä., besondere Veranstaltungen in Kooperation mit Dritten, Reise- und Eintrittskosten bei Exkursionen) werden den Teilnehmenden in Rechnung gestellt. Es handelt sich um konkrete Kosten, die der vhs im Kurszusammenhang entstehen und an die Teilnehmenden weitergegeben werden. Daher können diese Kosten nicht ermäßigt werden. Weitere Infos finden Sie hier: <https://www.vhs-giessen.de/infoservice/rechtliches>

## Ermäßigungen auf die Kursgebühr

Mit dem **Giessen-Pass** wird der Besuch von Kursen und Vorträgen günstiger. Giessen-Pass-Inhaber\*innen erhalten eine **Ermäßigung von 50 %** auf Kurse und Vorträge auf die reine Kursgebühr. Nicht ermäßigt sind alle Nebengebühren. Den Giessen-Pass können alle Einwohner\*innen der Stadt Giessen bekommen, wenn sie Sozialleistungen beziehen. Der Giessen-Pass ist kostenlos, ermöglicht eine Reihe weiterer Vergünstigungen und kann beim Amt für soziale Angelegenheiten beantragt werden.

Weitere Ermäßigungen in Höhe von 20 % erhalten z. B. Schüler\*innen, Studierende, Auszubildende, Inhaber\*innen von der Ehrenamtskarte oder Juleica usw., sie können in der Gebührenordnung der vhs (Seite 83) nachgelesen werden.

## Beratungsangebote

### Beratung zur Kinderbetreuungssuche:

- **Hilfe** bei der Anmeldung auf "Little Bird", sowie beim Umgang mit der Homepage
- **Informationen** über die Möglichkeiten der Kinderbetreuung in Giessen
- **Unterstützung** beim Ausfüllen von Anträgen und Formularen in Bezug auf die Kinderbetreuung

Telefon: 0641/306-2228 (Jugendamt der Stadt Giessen)  
E-Mail: [kita-einstieg@giessen.de](mailto:kita-einstieg@giessen.de)

## vhs Info

Allgemeine Informationen und vhs.cloud	1
Mitarbeiter*innen	2
Sprechzeiten und Beratungsangebote	3
Gemeinsam statt Einsam	5
Liebkecht-Jahr	7



## Sprachen

<b>Deutsch als Zweitsprache</b>	47
Prüfungsformate	47
Integrationskurse	48
Abendkurse für Selbstzahler*innen	51
„Treffpunkt Alltagswissen“	52
Deutsch 4U (AMIF)	52
<b>Fremdsprachen</b>	53
Gebärdensprache	53
Englisch	53
Französisch	59
Italienisch	60
Spanisch	61
Arabisch	65
Bulgarisch	65
Griechisch	65
Hebräisch	66
Hindi	66
Japanisch	66
Persisch	67
Polnisch	68
Portugiesisch	68
Russisch	68
Tschechisch	68
Türkisch	68



## Gesellschaft

Geschichte	8
Stadtgeschichte	8
Vorträge des Oberhessischen Geschichtsvereins	8
Politik	9
Politik online	9
Gesellschaft und Soziologie	11
Klima, Umweltbildung und Nachhaltigkeit	12
Philosophie	13
Pädagogik	13
Partnerschaft und Kommunikation	14
Technik im Alltag	15
Recht, Finanzen, Verbraucherberatung	15
Digitale Vortragsreihe „Sicher im Internet“	17
<b>vhs Gießen unterwegs (inkl. Fachbereich Kultur)</b>	18
Stadtgeschichte	18
Kunst in Gießen	18
Ausstellungsbesuche und Ausstellungsfahrten	19
Naturkundliche Führungen in Gießen	21
Kulturwanderungen in Mittelhessen	21



## Beruf und EDV

Grundlagen der EDV	69
Textverarbeitung mit Word	69
Tabellenkalkulation mit Excel	70
Multimedia	70
EDV-Kurse „6Oplus“	72
Betriebswirtschaftliche u. kaufmännische Praxis	72
Berufliche Kompetenz	72



## Kultur und Gestalten

Kunst-, Kultur- und Musikgeschichte, Architektur	23
Literatur	24
Philosophie	25
Malen, Zeichnen, kreatives Gestalten	26
(Kunst-) Handwerkliches Gestalten	28
Fotografie	28
Textiles Gestalten	29
Musikgeschichte	30
Rhythmus, Musik und Stimme	30



## Grundbildung

LernRaum Alltag	74
-----------------	----



## Gesundheit

Entspannung	33
Körpererfahrung	33
Gesundheitspflege	37
Geistiges und seelisches Wohlbefinden	37
Gymnastik, Fitness und Bewegung	38
Tanz	42
Ernährung/Kochen	43

## Anhang

Kursleiter*innenverzeichnis und Kooperationen	76
Bildungsurlaube	77
Leitbild	78
Anmeldekarten	79
Allgemeine Geschäftsbedingungen	81
Gebührenordnung	83

Verbindung beginnt oft mit einem kleinen Impuls – einem Gespräch, einem Lächeln, einer gemeinsamen Erfahrung.

Einsamkeit ist ein Thema, das viele Menschen betrifft, unabhängig von Alter oder Lebenssituation. Umso wichtiger sind Orte, an denen Begegnung ganz selbstverständlich entstehen kann. Mit der Reihe „Gemeinsam statt Einsam“ schafft unsere vhs bewusst Räume für Austausch und Miteinander. Ob beim Sport, im gemeinsamen Lernen, in Kreativkursen, bei anregenden Diskussionen oder auf Exkursionen.

Kommen Sie vorbei und werden Sie Teil einer lebendigen Gemeinschaft. Wir freuen uns auf Sie.

### Neue Freundschaften und Kontakte im Internet knüpfen (Zoom)

Viele Menschen sind heutzutage sehr stark in ihren Alltag eingebunden. Neue Freund\*innen und Partner\*innen zu finden ist daher nicht ganz einfach. Gleichzeitig bietet das Internet heute eine große Bandbreite an Möglichkeiten neue Kontakte zu schließen. Heutige Internet-Angebote bieten Ihnen die Möglichkeit leicht eine\*n neue\*n Partner\*in zu finden oder jemanden für gemeinsame Freizeitaktivitäten kennenzulernen. Auch wenn Sie noch keine konkrete Idee für eine Kontaktaufnahme über das Internet haben, zeigen wir Ihnen die Vielfalt der Möglichkeiten neue Wege auszuprobieren. Dieser Vortrag zeigt die aktuellen Angebote, um andere Menschen im Internet kennenzulernen und sich mit ihnen auszutauschen.

- **Nr. A11100** Hartmut Nehme  
12. Dezember, Samstag, 10:00 - 12:30 Uhr  
1 Termin  
€ 14,00 (keine Ermäßigung)  
Dieser Kurs findet über Zoom statt.  
An-/Abmeldeschluss: Freitag, 11. Dezember (bis 12:00 Uhr)

### Online - Warum wir lieben, wie wir lieben – zwischen romantischem Ideal und gelebter Beziehung

Wir alle tragen Bilder von Liebe in uns: von tiefer Verbundenheit, leidenschaftlicher Nähe und einem Gegenüber, das uns "versteht". Doch viele Partnerschaften geraten unter Druck - zwischen hohen Erwartungen, tradierten Geschlechterrollen und persönlichen Verletzlichkeiten. Diese Veranstaltung lädt dazu ein, gängige Vorstellungen von Liebe und Beziehung kritisch zu hinterfragen. Wir beleuchten, wie kulturelle Narrative, psychologische Prägungen und historische Rollenbilder unser Verständnis von Partnerschaft beeinflussen. Ziel ist es, romantische Ideale von realistischen Beziehungskonzepten zu unterscheiden und neue Perspektiven für ein respektvolles, lebendiges Miteinander zu entwickeln.

- **Nr. A10600** Kai Kaufmann  
01. Oktober, Donnerstag, 18:30 - 20:45 Uhr  
1 Termin  
€ 13,50 (keine Ermäßigung)  
Dieser Kurs findet über Zoom statt.  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 01. Oktober (bis 12:00 Uhr)

### The English Book Club

Sie sind interessiert an Literatur? Gleichzeitig möchten Sie gerne Ihr Englisch verbessern oder auffrischen, ohne dabei an Zertifikate oder theoretische Lektionen zu denken? Dann ist dies vielleicht die passende Gelegenheit - ob Klassiker, neu erschienene Werke oder auch mal ein Theatertext, gemeinsam werden wir über den Zeitraum eines Halbjahres uns mit englischsprachiger Literatur beschäftigen. Nicht nur mit deren Inhalt, sondern auch gezielt mit der Sprache. Die Unterrichtseinheiten finden überwiegend in Englisch statt, um Konversation und freies Sprechen zu üben. Eigene Wünsche und Ideen sind im Kursus gerne willkommen, auch der Besuch einer englischsprachigen Theateraufführung mit vorheriger Betrachtung des Textes sowie Nachbearbeitung unter Einbeziehung des Produktionsteams ist möglich. Max. 20 Teilnehmer\*innen. Vor Kursbeginn wird der erste Buchtitel, mit dem wir uns befassen werden, über die Website der vhs mitgeteilt. Kurstermine: 19.08., 02.09., 16.09., 30.09., 21.10., 04.11., 18.11., 02.12.2026

- **Nr. A20100** Martin Koob  
19. August, mittwochs, 19:00 - 20:30 Uhr  
16 Unterrichtsstunden, 8 Termine  
€ 49,70 (ermäßigt € 40,60) pro Teilnehmer\*in  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Besprechungsraum



### Häkeln für Anfänger\*innen

In diesem Häkelkurs dreht sich alles um Kreativität, Entspannung und eigene kleine Projekte, die ganz viel Freude bringen. Der Kurs richtet sich an Anfänger\*innen und alle, die ihre Grundlagen auffrischen oder neue Techniken kennenlernen möchten. Gemeinsam lernen wir die wichtigsten Grundlagen, probieren verschiedene Muster aus und setzen kleine kreative Projekte um. Dabei können niedliche Amigurumi-Plüschtiere sowie praktische Utensilien und dekorative Artikel entstehen. In entspannter Atmosphäre entwickelt sich so aus ein paar Fäden etwas ganz Eigenes - und vielleicht sogar ein neues Lieblingshobby. Siehe auch: Instagram: mymelodycrochet. Min. 5, max. 9 Teilnehmer\*innen.

- **Nr. A20910** Melody Scholz  
08. September, dienstags, 18:00 - 19:30 Uhr  
8 Unterrichtsstunden, 4 Termine  
€ 28,40 (ermäßigt € 23,20) bei 9 Teilnehmer\*innen  
€ 42,40 (ermäßigt € 34,40) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 54,40 (ermäßigt € 44,00) bei 5 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Besprechungsraum  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 03. September

### Moderne Gymnastik "60plus"

Es werden folgende Kursinhalte angeboten: Beweglichkeit aufbauen, schulen und fördern (bei Arthrose), Wirbelsäulen- und Beckenbodengymnastik, Stretching, isometrische Übungen (bei Osteoporose), Ausdauertraining für Herz und Kreislauf, Entspannung zu erholsamer Musik.

- 28 Unterrichtsstunden, 14 Termine  
€ 103,90 (ermäßigt € 85,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 152,90 (ermäßigt € 124,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle; Gymnastikraum (Eingang über Treppe), Südanlage 3 A
- **Nr. A30260** Susanne Dingeldey  
18. August, dienstags, 09:00 - 10:30 Uhr  
An-/Abmeldeschluss: Dienstag, 11. August
- **Nr. A30261** Susanne Dingeldey  
18. August, dienstags, 10:30 - 12:00 Uhr  
An-/Abmeldeschluss: Dienstag, 11. August

### Fortlaufender Kurs Line-, Square- und Kreistänze aus aller Welt für Anfänger

Nicht nur die Füße tanzen - nein, auch der Kopf! Tanzen ist die schönste und charmanteste Art, sich zu bewegen. Musik beschwingt, die Bewegung lockert die Muskulatur, kräftigt Herz und Kreislauf, macht die Gelenke beweglich. Tanzen ist Ganzkörper- und Gedächtnistraining, Balsam für Körper, Geist und Seele und macht sehr viel Spaß. Der Schwerpunkt dieses Kurses liegt auf schwungvollen Block-, Line- und Squaredances zu peppiger Musik. In der Gruppe wird ohne feste Partner getanzt. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig, alle können mitmachen. Sie können mit oder ohne Partner\*in kommen. Ziel des Kurses ist es, durch geselliges Tanzen die Freude an rhythmischen Körperbewegungen zu wecken, den Geist zu aktivieren und Gemeinschaft im fröhlichen Miteinander zu fördern. Zudem trägt der Kurs zur Erhaltung der Lebensfreude und der Gesundheit bei. Bitte bringen Sie zum Kurs Turnschuhe mit heller Sohle oder Tanzschuhe mit.

- **Nr. A20533** Peter Bartelt  
19. August, mittwochs, 18:00 - 19:30 Uhr  
28 Unterrichtsstunden, 14 Termine  
€ 105,90 (ermäßigt € 87,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 154,90 (ermäßigt € 126,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik (barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Mittwoch, 12. August

### Club de Lectura

Dieser Leseclub verbindet die Freude am Lesen mit dem aktiven Lernen der Fremdsprache. Im Mittelpunkt steht nicht nur die gemeinsame Lektüre, sondern auch der Austausch von Ideen, Meinungen und Eindrücken in einer entspannten und offenen Atmosphäre. Gelesen werden sowohl klassische Werke als auch moderne Texte, wodurch unterschiedliche Sprachstile, Epochen und Perspektiven kennengelernt werden. Alle zwei Wochen lesen wir gemeinsam ein Buch, ergänzt durch kürzere Texte, die im Unterricht gelesen, analysiert und diskutiert werden. Anhand vorbereiteter Fragen vertiefen wir das Textverständnis und trainieren gleichzeitig den mündlichen Ausdruck. Der Kurs richtet sich an alle, die ihre Sprachkenntnisse durch Lesen, Diskussion und Reflexion weiterentwickeln und Literatur als lebendigen Zugang zur Sprache erleben möchten.

- **Nr. A42240** Dzheylyan Kyuchukova  
17. September, donnerstags, 18:30 - 20:00 Uhr  
20 Unterrichtsstunden, 10 Termine  
(außer am 03.12.2026)  
€ 73,50 (ermäßigt € 60,50) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 108,50 (ermäßigt € 88,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 138,50 (ermäßigt € 112,50) bei 5 Teilnehmer\*innen  
€ 171,00 (ermäßigt € 138,50) bei 4 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Schwanenteich"  
(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 10. Sept.



### EDV-Club für Teilnehmer\*innen ab 60 Jahre - Neueinsteiger\*innen und Stammteilnehmer\*innen

Vorkenntnisse: Kurs "EDV-Aufbaukurs für Teilnehmer\*innen ab 60 Jahre" oder gleichwertige Kenntnisse.

- **Nr. A50181** Jürgen Peuker  
21. Oktober, mittwochs, 09:30 - 12:45 Uhr  
20 Unterrichtsstunden, 5 Termine  
€ 94,50 (ermäßigt € 78,50) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 144,50 (ermäßigt € 118,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Schwanenteich"  
(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Mittwoch, 14. Oktober



## Wilhelm Liebknecht Freiheitskämpfer. Sozialist. Gießener.

„Menschlichkeit ist die beste Politik.“

Wilhelm Liebknecht

**LIEB  
KNECHT**  
ZWEIHUNDERT

Weitere Informationen zum Wilhelm-Liebkecht-Jahr  
finden Sie unter: <https://liebkecht200.de>.

### Angebote der vhs Gießen im Rahmen des Wilhelm-Liebkecht-Jahres

#### Teil 1: Wilhelm Liebknecht und der Aufbruch in eine neue Zeit

Gemeinsam mit August Bebel gründete Wilhelm Liebknecht 1869 die Sozialdemokratische Arbeiterpartei (SDAP), aus der später die SPD werden sollte. In dieser Veranstaltung begeben wir uns auf eine Zeitreise in die erste Hälfte des 19. Jahrhunderts, in eine Zeit, in der es noch keinen einheitlichen deutschen Staat gab. Lassen Sie uns gemeinsam eintauchen in eine Welt, die vom Fortschritt, aber auch von großen sozialen Spannungen geprägt war.

#### Teil 2: Die Partei Liebknechts - von der Arbeiter- zur Volkspartei

Nachdem wir im ersten Teil das gesellschaftliche und politische Umfeld in der ersten Hälfte des 19. Jahrhunderts betrachtet haben, befasst sich der zweite Teil mit dem politischen Wirken Wilhelm Liebknechts. In diesem Termin wollen wir erkunden, wie aus der reinen Arbeiterpartei in der Mitte des 20. Jahrhunderts schließlich eine der großen Volksparteien in Deutschland wurde. Lassen Sie uns Stationen des politischen Erbes Wilhelm Liebknechts in einer spannenden Zeitreise erforschen.

- **Nr. A10105** Dr. Peter Walter  
10. und 17. September, donnerstags, 17:30 - 19:00 Uhr  
4 Unterrichtsstunden, 2 Termine, gebührenfrei  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Wieseck"  
(barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 06. September

#### „Demokratie (er)leben“

Die Veranstaltungsreihe "Demokratie (er)leben" möchte Möglichkeiten aufzeigen, Demokratie nicht nur bei den Wahlen erleben und gestalten zu können. Neben der Mitarbeit in Parteien, Vereinen und Organisationen gibt es noch weitere Elemente in unserer Demokratie. Daher soll nicht nur gezeigt werden, wie Parlamente funktionieren, sondern auch weitere Wege der Willensbildung näher betrachtet werden. Hierzu gehören z. B. Volksbegehren und Volksentscheide. Die Kursteilnehmenden erhalten die Gelegenheit, eigene Erfahrungen einzubringen, sich auszutauschen und den Kurs aktiv mitzugestalten. In gemeinsamer Arbeit wollen wir die Ergebnisse auf ihre konkreten Anwendungsmöglichkeiten überprüfen und bewerten.

- **Nr. A10200** Dr. Peter Walter  
23. Oktober, freitags, 16:00 - 17:30 Uhr  
10 Unterrichtsstunden, 5 Termine  
€ 35,50 (ermäßigt € 29,00) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 53,00 (ermäßigt € 43,00) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 68,00 (ermäßigt € 55,00) bei 5 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, Raum 2, An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 15. Okt.

#### Exkursion: Demokratiegeschichtlicher Stadtgang, Fokus Wilhelm Liebknecht aus Anlass seines 200. Geburtstags

Vor 200 Jahren wurde Wilhelm Liebknecht in Gießen geboren - ein leidenschaftlicher Streiter für Demokratie, Freiheit, Bildung, politische und soziale Teilhabe. Die Stadt Gießen feiert ihren berühmten Sohn mit verschiedenen Veranstaltungen. Begleiten Sie Dagmar Klein auf einem demokratiegeschichtlichen Stadtgang mit Fokus auf Wilhelm Liebknecht.

- **Nr. A10100** Dagmar Klein  
27. September, Sonntag, 15:00 - 17:00 Uhr, 1 Termin  
€ 5,00 (keine Ermäßigung)  
Treffpunkt: Alter Friedhof, vor der Kapelle. Endpunkt: Stadtkirchen  
An-/Abmeldeschluss: Freitag, 25. September (bis 12:00 Uhr)

#### Ausstellungsbesuch:

#### „Von Barrikaden und Parlamenten - Wilhelm Liebknechts Ideen für die Demokratie“

Wilhelm Liebknecht wurde am 29. März 1826 in Gießen geboren. Anlässlich seines 200. Geburtstags würdigt eine Sonderausstellung im Museum für Gießen Liebknecht als Persönlichkeit, verankert ihn lokal und verbindet sein Leben mit der Stadtgeschichte Gießens. Darüber hinaus bieten Liebknechts politische Ideen und gesellschaftliche Vorstellungen Anlass, über Handlungsmöglichkeiten in demokratischen Systemen nachzudenken - insbesondere in einer Gegenwart, die von globalen Spannungen und gesellschaftlichen Herausforderungen geprägt ist. Die Führung mit Katharina Weick-Joch gewährt spannende Ergänzungen zur Ausstellung und lädt zum gemeinsamen Austausch ein.

- **Nr. A10900** Katharina Weick-Joch  
01. Oktober, Donnerstag, 17:00 - 18:30 Uhr, 1 Termin  
€ 4,00 (keine Ermäßigung)  
Museum für Gießen, Altes Schloss, Brandplatz 2  
An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 27. September





## Gesellschaft

### Willkommen im Programmbereich Gesellschaft!

Hier finden Sie Kurse und Veranstaltungen zu den Themen (historisch-) politische Bildung, Geschichte, Philosophie, Psychologie, Pädagogik und Alltag, Verbraucher\*innen-Informationen, Naturwissenschaften, Ökologie, Nachhaltigkeit, Botanik und Natur.

- Erweitern Sie Ihre Allgemeinbildung.
- Reflektieren Sie aktuelle gesellschaftspolitische Themen zur Erweiterung Ihrer eigenen Urteils- und Handlungskompetenzen.

## Geschichte

### Neu Teil 1: Wilhelm Liebknecht und der Aufbruch in eine neue Zeit

Gemeinsam mit August Bebel gründete Wilhelm Liebknecht 1869 die Sozialdemokratische Arbeiterpartei (SDAP), aus der später die SPD werden sollte. In dieser Veranstaltung begeben wir uns auf eine Zeitreise in die erste Hälfte des 19. Jahrhunderts, in eine Zeit, in der es noch keinen einheitlichen deutschen Staat gab. Lassen Sie uns gemeinsam eintauchen in eine Welt, die vom Fortschritt, aber auch von großen sozialen Spannungen geprägt war.

### Teil 2: Die Partei Liebknechts - von der Arbeiter- zur Volkspartei

Nachdem wir im ersten Teil das gesellschaftliche und politische Umfeld in der ersten Hälfte des 19. Jahrhunderts betrachtet haben, befasst sich der zweite Teil mit dem politischen Wirken Wilhelm Liebknechts. In diesem Termin wollen wir erkunden, wie aus der reinen Arbeiterpartei in der Mitte des 20. Jahrhunderts schließlich eine der großen Volksparteien in Deutschland wurde. Lassen Sie uns Stationen des politischen Erbes Wilhelm Liebknechts in einer spannenden Zeitreise erforschen.

- **Nr. A10105** Dr. Peter Walter  
10. und 17. September, donnerstags, 17:30 - 19:00 Uhr  
4 Unterrichtsstunden, 2 Termine, gebührenfrei  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Wieseck"  
(barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 06. September

## Stadtgeschichte

### Neu Vortrag mit Lichtbildern: Von „Unlust und Gestank“ – zur Geschichte der Sauberkeit in der Stadt Gießen

Die Sauberkeit in unserer Stadt ist regelmäßig ein Aufreger für die Gießener\*innen. Das ist nicht neu. Auch schon früher hat es auf diesem Gebiet unschöne Dinge gegeben, die den Gießenerinnen und Gießenern auffielen. Die Missstände wurden benannt, es wurde über Unrat und Gestank in der Stadt geklagt, es wurde protestiert. Das Thema blieb aber weiter auf der Tagesordnung, weil es anscheinend nicht gelang, dem

Problem Herr zu werden. Daher unternimmt der Vortrag den Versuch, der Diskussion um die Reinhaltung der Gießener Straßen nicht nur in der Gegenwart, sondern auch in der Vergangenheit nachzugehen, denn ein Aufreger ist dieses Thema, wie es scheint, schon seit langem gewesen.

- **Nr. A10920** Dr. Ludwig Brake  
19. November, Donnerstag, 18:30 - 20:00 Uhr, 1 Termin  
€ 5,00 (keine Ermäßigung)  
Anmeldung erbeten.  
Museum für Gießen, Altes Schloss, Brandplatz 2

## Vorträge des Oberhessischen Geschichtsvereins

Oberhessischer Geschichtsverein Gießen e.V.  
[www.ohg-giessen.de](http://www.ohg-giessen.de)

### Vortragsprogramm Winter 2026

In der Regel mittwochs 19:00 Uhr, Netanya-Saal, Altes Schloss am Brandplatz in Gießen.

#### 14. Oktober 2026: Prof. Dr. Walter Mühlhausen (Neckarsteinach)

„Hessen vorn“ – Die Ära von Georg August Zinn 1950 -1969  
Das Museum für Gießen begleitet den Vortrag mit einer Georg August Zinn gewidmeten Ausstellung der Friedrich-Ebert-Stiftung.

#### 11. November 2026: Prof. Dr. Winfried Speitkamp (Gießen)

Thema noch offen.

#### 12. Dezember 2026: Jens Riess (Mannheim)

Der Bildhauer Blasius Spreng (München) und seine Kunst-am-Bau – unter Berücksichtigung der alten Universitätsbibliothek (Bismarckstraße) und der Petruskirche in Gießen.



### Schon gewusst?

Inhaber\*innen des Gießen-Passes erhalten eine Ermäßigung von 50 % auf die Kursgebühr.

## Politik

Demokratie lebt von Menschen, die engagiert, urteilsfähig und politisch gebildet sind. Die Volkshochschulen bieten den passenden Raum, um politische Bildung zu erleben und die eigene Urteilskraft zu stärken. So tragen wir gemeinsam dazu bei, Verständnis, Respekt und gesellschaftlichen Zusammenhalt zu fördern.

### Neu Vortrag: Agitation gegen Weimar – Die Konservative Revolution und ihre Wegbereiter

Die Welt wird immer komplexer und unübersichtlicher, weshalb sich viele Menschen einfache Lösungen, neue Autoritäten und eine Besinnung auf nationale Identitäten wünschen. Dadurch werden Rechtspopulismus, Demokratiekritik und Modernisierungsflucht gestärkt, die noch in den 1920er Jahren eng mit einer konservativen Einstellung verknüpft wurden. Dafür steht in besonderer Weise die sog. "Konservative Revolution", deren Vertreter sich explizit gegen die Weimarer Republik richteten. Im Vortrag wird diese Bewegung charakterisiert, um sie als einen Hintergrund für eine Analyse der Geschichte und Gegenwart konservativen Denkens und eine Kritik rechtspopulistischer Tendenzen zu nutzen.

- **Nr. A10120** Dr. Andreas Woyke  
23. September, Mittwoch, 18:00 - 19:30 Uhr, 1 Termin  
€ 5,00 (keine Ermäßigung)  
Anmeldung erbeten.  
Museum für Gießen, Netanyasaal, Brandplatz 2, 35390 Gießen



### Neu „Demokratie (er)leben“

Die Veranstaltungsreihe "Demokratie (er)leben" möchte Möglichkeiten aufzeigen, Demokratie nicht nur bei den Wahlen erleben und gestalten zu können. Neben der Mitarbeit in Parteien, Vereinen und Organisationen gibt es noch weitere Elemente in unserer Demokratie. Daher soll nicht nur gezeigt werden, wie Parlamente funktionieren, sondern auch weitere Wege der Willensbildung näher betrachtet werden. Hierzu gehören z. B. Volksbegehren und Volksentscheide. Die Kursteilnehmenden erhalten die Gelegenheit, eigene Erfahrungen einzubringen, sich auszutauschen und den Kurs aktiv mitzugestalten. In gemeinsamer Arbeit wollen wir die

Ergebnisse auf ihre konkreten Anwendungsmöglichkeiten überprüfen und bewerten.

- **Nr. A10200** Dr. Peter Walter  
23. Oktober, freitags, 16:00 - 17:30 Uhr  
10 Unterrichtsstunden, 5 Termine  
€ 35,50 (ermäßigt € 29,00) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 53,00 (ermäßigt € 43,00) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 68,00 (ermäßigt € 55,00) bei 5 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, Raum 2  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 15. Oktober

### Dozentenporträt

#### Dr. Peter Walter

Mein Name ist Dr. Peter Walter. Bevor ich im Sommer 2025 in den Ruhestand verabschiedet wurde, war ich viele Jahre Gymnasiallehrer u.a. an der Liebigschule in Gießen und der Goetheschule in Wetzlar. Dort habe ich die Fächer Deutsch, Politik und Wirtschaft und auch Geschichte unterrichtet. Davor war ich lange Jahre Dozent an der Justus-Liebig-Universität in Gießen und der Philipps-Universität in Marburg mit den Schwerpunkten Europa und deutsche Außenpolitik.

### Politik online

In dieser digitalen Veranstaltungsreihe erklären renommierte Referentinnen und Referenten verständlich, fundiert und auf den Punkt genau unterschiedliche politische Themen. Sie liefern Hintergründe, analysieren Zusammenhänge und helfen, Desinformation zu entlarven. Anmeldung erforderlich.

### Kleiner Streifzug in die wachstumskritische Wirtschaftswissenschaft.

- **Nr. A10260** Prof. Dr. Niko Paech  
12. Oktober, Montag, 19:00 - 20:30 Uhr  
1 Termin  
gebührenfrei  
Online

### Politisches Vertrauen und gesellschaftlicher Zusammenhalt in Krisenzeiten.

- **Nr. A10261** Dr. Steffen Wamsler  
26. Oktober, Montag, 19:00 - 20:30 Uhr  
1 Termin  
gebührenfrei  
Online

**Denken Sie bitte daran:  
Fernbleiben vom Kurs ist keine Abmeldung!**

### Religion trifft Demokratie: Bildung zwischen Vielfalt und Verantwortung.

- **A10262** Dr. Sabine Exner-Krikorian  
28. Oktober, Mittwoch, 19:00 - 20:30 Uhr  
1 Termin  
gebührenfrei  
Online

### Wie funktioniert die Europäische Union?

- **A10263** Birgit Boeser  
30. November, Montag, 19:00 - 20:30 Uhr  
1 Termin  
gebührenfrei  
Online

### Fake-Bilder. Hitlers Leibfotograf Heinrich Hoffmann und die nationalsozialistische Fotopropaganda.

- **A10264** Dr. Sebastian Peters  
16. November, Montag, 19:00 - 20:30 Uhr  
1 Termin  
gebührenfrei  
Online

### Eskalation im Nahostkonflikt – Eine Region kommt nicht zur Ruhe.

- **A10265** Dr. Jochen Zellner  
25. November, Mittwoch, 19:00 - 20:30 Uhr  
1 Termin  
Gebührenfrei  
Online

### Aktuelle und vergessene Brennpunkte der Weltpolitik.

- **A10266** Dr. Jochen Zellner  
02. Dezember, Mittwoch, 19:00 - 20:30 Uhr  
1 Termin  
gebührenfrei  
Online

### Krisen, Konflikte, Migration: Was die Mobilität in Afrika wirklich antreibt.

- **A10267** Prof. Dr. Tobias Heidland  
19. Oktober, Montag, 19:00 - 20:30 Uhr  
1 Termin  
gebührenfrei  
Online

### Aktuelle Perspektiven auf den Bevölkerungsschutz - die Beispiele KRITIS und Klimawandel.

- **A10268** René Kwiatkowski, David Zabala Gepp  
09. Dezember, Montag, 19:00 - 20:30 Uhr  
1 Termin  
gebührenfrei  
Online

### Insights Russia – Einblicke in ein fremd gewordenes Land.

- **A10269** Sabine Erdmann-Kutnevic  
23. November, Montag, 19:00 - 20:30 Uhr  
1 Termin  
gebührenfrei  
Online

### Die Bedrohung des demokratischen Verfassungsstaates.

- **A10270** Prof. Dr. Ursula Münch  
07. Oktober, Mittwoch, 19:00 - 20:30 Uhr  
1 Termin  
gebührenfrei  
Online

### Fakt oder Fake - Wie man Desinformation erkennen kann.

- **A10271** Fabian Dilger  
11. November, Mittwoch, 19:00 - 20:30 Uhr  
1 Termin  
gebührenfrei  
Online

### Iran: Menschenrechte im Ausnahmezustand: Unterdrückung, Widerstand und Krieg.

- **A10272** Dieter Karg  
09. November, Montag, 19:00 - 20:30 Uhr  
1 Termin  
gebührenfrei  
Online

### Vier Jahre nach Einführung von ChatGPT – was können wir über künstliche Intelligenz wissen, was sollen wir tun?

- **A10273** Dr. Steffen Albrecht  
07. Dezember, Montag, 19:00 - 20:30 Uhr  
1 Termin  
gebührenfrei  
Online



## Ohn(e)Macht? Friedenssicherung und Konfliktmanagement der Vereinten Nationen inmitten globaler Krisen.

- **A10274** Myriell Julie Mathez  
13. Januar 2027, Mittwoch, 19:00 - 20:30 Uhr  
1 Termin  
gebührenfrei  
Online

## Brasiliens, BRICS+ und die Weltordnung.

- **A10275** Dr. Claudia Zilla  
21. Oktober, Mittwoch, 19:00 - 20:30 Uhr  
1 Termin  
gebührenfrei  
Online

## Antisemitismus - (k)ein Problem der Vergangenheit.

- **A10276** Dr. Thomas Rink, Helen Sophia Müller  
18. November, Mittwoch, 19:00 - 20:30 Uhr  
1 Termin  
gebührenfrei  
Online

## Zersplittert und polarisiert. Wie sich das deutsche Parteiensystem seit den 2000er Jahren verändert hat.

- **A10277** Prof. Dr. Frank Decker  
11. Januar 2027, Montag, 19:00 - 20:30 Uhr  
1 Termin  
gebührenfrei  
Online

## Zwischen Revolution und Krieg: Der lange Weg der Ukraine zur Demokratie.

- **A10278** Prof. Dr. Heiko Pleines  
20. Januar 2027, Mittwoch, 19:00 - 20:30 Uhr  
1 Termin  
gebührenfrei  
Online

## Schule in Deutschland – von Innovationen und der Arbeit am Abbau der Bildungsungleichheit.

- **A10279** Dr. Daniela Jäger-Biela  
27. Januar 2027, Mittwoch, 19:00 - 20:30 Uhr  
1 Termin  
gebührenfrei  
Online

## Gesellschaft und Soziologie

### Neu Online - Ist das Patriarchat wirklich „natürlich“?

#### Ein Blick über den Tellerrand westlicher Gesellschaften

Männliche Dominanz, Hierarchien und die Kontrolle über Ressourcen erscheinen vielen als historisch unvermeidlich oder gar als Ausdruck "natürlicher" Ordnung. Doch ein kulturvergleichender und historischer Blick zeigt, dass gesellschaftliche Machtverhältnisse weit vielfältiger gestaltet sind, als es auf den ersten Blick scheint. Diese Veranstaltung hinterfragt patriarchale Strukturen nicht ideologisch, sondern analytisch und differenziert. Zugleich richtet sich der Blick auf alternative Gesellschaftsmodelle. Ethnologische und sozialwissenschaftliche Perspektiven zeigen, dass Kooperation, Fürsorge und gemeinschaftliche Entscheidungsstrukturen in manchen Kulturen stärker gewichtet werden.

- **Nr. A10701** Kai Kaufmann  
16. November, Montag, 18:30 - 20:45 Uhr  
1 Termin  
€ 13,50 (keine Ermäßigung)  
Dieser Kurs findet über Zoom statt.  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 16. November (bis 12:00 Uhr)

### Neu Online - Zwischen Zugehörigkeit und Ausgrenzung – Fremdheit in Geschichte und Gegenwart

Was ist das "Eigene", und wann wird etwas oder jemand "fremd"? Vorstellungen von Zugehörigkeit und Anderssein prägen seit jeher das menschliche Zusammenleben. Sie können Interesse und Offenheit fördern, aber auch Angst, Ablehnung und Abgrenzung. Da Feindbilder, Vorurteile und Diskriminierung nicht zufällig entstehen, soll es hier um die Hintergründe ihrer Erzeugung gehen. In Gesprächen, Übungen und kleinen Gruppenarbeiten reflektieren wir unsere eigenen Erfahrungen und Haltungen und entwickeln Wege, mit Vielfalt konstruktiv umzugehen. Theoretische Impulse aus Geschichte, Soziologie und Psychologie werden mit praktischen Erfahrungen, Übungen und Austausch verbunden.

- **Nr. A10702** Kai Kaufmann  
30. November, Montag, 18:30 - 20:45 Uhr  
1 Termin  
€ 13,50 (keine Ermäßigung)  
Dieser Kurs findet über Zoom statt.  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 30. November (bis 12:00 Uhr)

### Neu Letzte Hilfe

Ein Kurs mit einem irritierenden Namen, den aber jede\*r besuchen kann und sollte: Wie kann ich einem Mitmenschen an dessen Lebensende zur Seite stehen? Wie kann ich selbst Abschied nehmen? Und wie geht das eigentlich mit der Patientenverfügung und der Vorsorgevollmacht? Um solche Fragen geht es in den vier 45-minütigen Kurs-Modulen:

1. Sterben als ein Teil des Lebens
2. Vorsorgen und Entscheiden
3. Leiden lindern
4. Abschied nehmen

Dem Thema Krankheit und Sterben werden wir zwangsläufig in unserem Leben begegnen. Der „Letzte Hilfe“-Kurs vermittelt Basiswissen, Orientierung und praktische alltagsnahe Hilfen für den Umgang mit schweren Krankheiten, Abschied und dem Lebensende. Im Mittelpunkt

Bitte benutzen Sie bei Kursanmeldungen die vorgedruckten Anmeldekarten aus dem Anhang.  
(Ab Seite 79)

stehen Mitmenschlichkeit und die Frage, wie Angehörige, Freund\*innen und Nachbar\*innen unterstützend da sein können.

■ **Nr. A10010 Kurt Stahl**

19. September, Samstag, 10:00 - 14:00 Uhr

5 Unterrichtsstunden, 1 Termin

€ 26,50 (ermäßigt € 21,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

€ 34,00 (ermäßigt € 27,50) bei 5 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Besprechungsraum

An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 13. September



### Dozentenporträt

#### Kurt Stahl

Seit seinem Zivildienst 1978 ist Kurt Stahl mit Herz und Engagement in der Alten- und Behindertenhilfe tätig. Nach seiner Ausbildung als staatlich anerkannter Altenpfleger sammelte er vielfältige Erfahrungen – vom examinierten Altenpfleger bis hin zur Einrichtungsleitung. Seine beruflichen Stationen führten ihn durch mehrere Bundesländer. Dabei hat er sich kontinuierlich weitergebildet, unter anderem in Palliative Care, Qualitätsmanagement, Ethikberatung und als Kursleiter für Letzte Hilfe. In den letzten Berufsjahren vor der Berentung lagen seine Schwerpunkte auf der gesundheitlichen Vorsorgeplanung für die letzte Lebensphase, der Reduzierung freiheitsentziehender Maßnahmen FEM, der Palliative Care sowie der Arbeit mit ambulanten betreuten Wohngruppen und der Quartiersarbeit. In seinen Veranstaltungen verbindet er fundiertes Fachwissen mit langjähriger Praxiserfahrung – nahbar, engagiert und mit Blick für das Wesentliche.

### Klima, Umweltbildung und Nachhaltigkeit

Die vhs Gießen ist seit Frühjahr 2025 Teil des Bundesprojekts „vhs goes green“ und setzt sich aktiv dafür ein, nachhaltiger zu werden. Der Schutz unserer Umwelt ist eine der wichtigsten Aufgaben unserer Zeit. Umweltbildung hilft uns, die Zusammenhänge zwischen unserem Handeln und der Natur besser zu verstehen. Nachhaltigkeit bedeutet, Ressourcen so zu nutzen, dass sie auch für zukünftige Generationen erhalten bleiben. Klimafragen betreffen uns alle, denn der Klimawandel beeinflusst unser Leben, unsere Gesundheit und unsere Zukunft.

### Neu Saatgut aus dem Garten – ernten, reinigen, lagern

Eigenes Gemüsesaatgut ernten, reinigen und wieder aussäen - wie funktioniert das eigentlich? Sie erfahren, was samenfeste Sorten von Hybrid-Saatgut unterscheidet und warum nicht jede Pflanze zur eigenen Vermehrung geeignet ist. Wir schauen uns an, wann Saatgut erntereif ist, stellen verschiedene Nass- und Trockenreinigungsmethoden vor und

geben praktische Tipps und Tricks zur richtigen Trocknung und Lagerung. Außerdem erfahren Sie, wie sich Verkreuzungen verschiedener Arten und Sorten vermeiden lassen und welche Besonderheiten bei unterschiedlichen Gemüsearten zu beachten sind. Der Kurs richtet sich an alle Garteninteressierten, die ihr Wissen rund um die Saatgutgewinnung praxisnah vertiefen möchten.

■ **Nr. A10430 Pauline-Charlotte Heinke**

18. September, Freitag, 17:00 - 19:15 Uhr

3 Unterrichtsstunden, 1 Termin

€ 10,70 (ermäßigt € 8,70) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 15,90 (ermäßigt € 12,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

€ 20,40 (ermäßigt € 16,50) bei 5 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Wieseck"

(barrierefreier Zugang)

An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 13. September



### Neu Tagesseminar:

#### Die bunte Vielfalt unserer heimischen Pilze

Wir tauchen einen gesamten Tag praxisorientiert in die Welt der Pilze ein: Wie vielfältig sind die Aufgaben der Pilze in der Ökologie? Wie funktioniert die systematische Pilzbestimmung? Wie setzen wir Pilzbestimmungsbücher richtig ein? Können uns Pilzbestimmungs-Apps wirklich helfen, und welche aktuellen Entwicklungen gibt es? Was hat es mit den wundersamen Pilzsporenabdrücken auf sich, die einerseits genutzt werden können, um kreative Muster zu gestalten und andererseits sehr hilfreich bei der Pilzbestimmung sind? Jede Frage erörtern wir anhand praktischer Beispiele und Übungen. Spannend für Pilzfreunde, die ein wenig mehr als "Röhrlinge" kennen lernen möchten. Für reine Neulinge mindestens genauso faszinierend und hilfreich!

■ **Nr. A10420 Steffen Frühbis**

24. Oktober, Samstag, 10:00 - 16:00 Uhr

1 Termin

€ 45,00 (keine Ermäßigung) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 66,00 (keine Ermäßigung) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Vetzberg"

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 15. Oktober

## Neu Vortrag. Wem gehören Grönland und die arktischen Inseln?

Seit Donald Trump Ansprüche auf Grönland erhebt, hat dieses Thema einen festen Platz in den Medien. Ein Rückblick in die Vergangenheit zeigt, dass Besitzansprüche schon immer Entdeckungsreisen begleitet haben, arktische Gebiete verkauft und Bestandteile von wirtschaftlichen Abkommen wurden. Die USA kauften von Russland im Jahr 1867 Alaska. Die Inselgruppe Svalbard (Spitzbergen) wurde lange von vielen Ländern wirtschaftlich genutzt, aber erst 1920 wurde im Spitzbergenvertrag die Souveränität an Norwegen übertragen. Die Sverdrup Inseln wurden von Norwegen beansprucht, und erst 1930 an Kanada abgetreten. Die Folgen des Klimawandels werden weitere Gebietsansprüche auf arktische Inseln bringen, so von Russland und China. Der Referent hat über zwanzig Jahre in der Arktis geforscht und darüber publiziert.

### ■ Nr. A10440 Prof. Dr. em. Lorenz King

27. Oktober, Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr

1 Termin

€ 10,00 (keine Ermäßigung)

Museum für Gießen, Netanyasaal, Brandplatz 2, 35390 Gießen



## Philosophie

### Neu Ethik des Glücks und der Freundschaft

Das Glück ist das höchste Gut des Menschen - aber worin besteht ein glückliches Leben? Und wie wird man ein guter Mensch? In der zehn Bücher umfassenden Nikomachischen Ethik grenzt Aristoteles Tugenden von Leidenschaften und von tadelnswerten Charaktereigenschaften ab, untersucht die Bedeutung von Werten wie der Freundschaft und gibt gewissermaßen einen Leitfaden für ein gutes, tugendhaftes und glückliches Leben. Die Nikomachische Ethik gilt völlig zu Recht als ein Hauptwerk der westlichen Ethik und wird bis heute mit am häufigsten diskutiert. Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Wir benötigen für den Kurs: Aristoteles: Nikomachische Ethik. Hg. u. übers. v. Krapinger, G. Reclam ISBN: 978-3-15-019448-5, 10,00 €.

### ■ Nr. A10800 Dr. phil. Manfred Klein

24. August, montags, 19:30 - 21:00 Uhr  
(nicht am 05.10. und 12.10.)

20 Unterrichtsstunden, 10 Termine

€ 71,00 (ermäßigt € 58,00) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 106,00 (ermäßigt € 86,00) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

€ 136,00 (ermäßigt € 110,00) bei 5 Teilnehmer\*innen

vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, Raum 2

### Neu Friedrich Nietzsche: Philosophie des Ja-Sagens

Die "Fröhliche Wissenschaft" nimmt eine besondere Stellung im Werk des Philosophen ein, denn sie ist Höhepunkt und Überleitung in sein Spätwerk. Sie enthält eine Vereinigung von "tragischem Wissen und überlegener Heiterkeit", enthält viele Grundgedanken seines Denkens und lehrt die Kunst des Lebens als fröhliche Wissenschaft. Gleichzeitig zeigt das Buch die Gelassenheit des Erkennens bis hin zur Erfahrung des Ganzen im Möglichen, eine Sache freier Geister. Nietzsche behandelt Philosophie, Wissenschaft, Kunst und Religion in einem Ton von Heiterkeit und Übermut. - Dabei zeigt er einen unerschöpflichen Gedankenreichtum. Wir werden das Buch gemeinsam lesen und diskutieren. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Textgrundlage: Friedrich Nietzsche, Die fröhliche Wissenschaft, Reclam 8,00 €, oder andere Ausgabe. Wir empfehlen das Buch antiquarisch zu erwerben.

### ■ Nr. A10801 Dr. phil. Manfred Klein

08. September, dienstags, 15:30 - 17:00 Uhr  
(nicht am 06.10. und 13.10.)

20 Unterrichtsstunden, 10 Termine

€ 71,00 (ermäßigt € 58,00) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 106,00 (ermäßigt € 86,00) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

€ 136,00 (ermäßigt € 110,00) bei 5 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Vetzberg"

## Pädagogik

### Pflegefamilie – Was ist das? Wie wird man Pflegefamilie?

Die Informationsveranstaltung richtet sich an interessierte Menschen aus Stadt und Landkreis Gießen, die sich mit dem Gedanken tragen, ein fremdes Kind in die eigene Familie aufzunehmen und sich auf die Besonderheiten eines Pflegeverhältnisses einzulassen. Anmeldung erforderlich!

### ■ Nr. A10500 Petra Sommer, Liane Becker

15. September, Dienstag, 20:00 - 22:00 Uhr

1 Termin

gebührenfrei

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Wieseck"  
(barrierefreier Zugang)

### Neu Vortrag: Die Lebensgeschichte unserer Kinder entdecken – Wieso und warum?

#### Für Adoptiv- und Pflegeeltern

In diesem Vortrag möchte ich Ihnen einen Überblick darüber geben, was Biografiearbeit bedeutet und wozu das Erleben und Nachspüren seiner eigenen Lebensgeschichte hilfreich sein kann. Wir haben - als Pflege- und Adoptiveltern - die zusätzliche Herausforderung, dass unser Kind bereits

eine Geschichte hat, an der wir keinerlei Anteil hatten und die dennoch untrennbar zu diesem Kind gehört und in ihm wirksam ist. Wie soll es denn eigentlich funktionieren, das Miteinander an der Lebensgeschichte zu arbeiten? Sie anfassbar, greifbar, kontrollierbar zu machen? Was benötigen Sie als Eltern, was braucht das Kind und wer kann Sie dabei unterstützen? Sie und Ihr Kind sollen selbstwirksam und sicher mit den Lebensthemen umgehen können. Ich freue mich, Sie für das Thema motivieren zu dürfen.

■ **Nr. A10510** Bianca Cinka

21. September, Montag, 18:00 - 19:30 Uhr

2 Unterrichtsstunden, 1 Termin

€ 7,10 (ermäßigt € 5,80) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 10,60 (ermäßigt € 8,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

€ 13,60 (ermäßigt € 11,00) bei 5 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Schwanenteich" (barrierefreier Zugang)

An-/Abmeldeschluss: Montag, 14. September



## Biografiearbeit mit Pflege- und Adoptivkindern - über die Lebensgeschichte unserer Kinder sprechen. Aber wie?

Ein Workshop voller Praxis für Herzeltern.

Sie leben bereits Ihr persönliches Abenteuer Familie? Ihr Kind hat neben Ihnen noch weitere Eltern? Sie sind manchmal unsicher, wie Sie diesen Umstand mit Ihrem Kind am besten besprechen können? Oder es gibt schwierige Themen und Sie möchten mehr Sicherheit, wie Sie diese konkret angehen können? Sie sind offen, sich konstruktiv mit der Herkunft Ihres Kindes auseinanderzusetzen? Im Kurs arbeiten wir nicht nur an nützlicher Theorie, sondern auch daran, gemeinsam eine Haltung zu einem adäquaten Umgang mit verschiedenen Lebenswirklichkeiten zu entwickeln. Sie lernen verschiedene Möglichkeiten kennen, selbstwirksam mit dem Kind in einen konstruktiven Prozess der Biografiearbeit zu gelangen.

■ **Nr. A10520** Bianca Cinka

19. Oktober, montags, 18:00 - 20:30 Uhr

15 Unterrichtsstunden, 5 Termine

€ 53,30 (ermäßigt € 43,50) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 79,50 (ermäßigt € 64,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

€ 102,00 (ermäßigt € 82,50) bei 5 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Schwanenteich" (barrierefreier Zugang)

An-/Abmeldeschluss: Montag, 12. Oktober

## Partnerschaft und Kommunikation

### Neue Freundschaften und Kontakte im Internet knüpfen (Zoom)

Viele Menschen sind heutzutage sehr stark in ihren Alltag eingebunden. Neue Freund\*innen und Partner\*innen zu finden ist daher nicht ganz einfach. Gleichzeitig bietet das Internet heute eine große Bandbreite an Möglichkeiten neue Kontakte zu schließen. Heutige Internet-Angebote bieten Ihnen die Möglichkeit leicht eine\*n neue\*n Partner\*in zu finden oder jemanden für gemeinsame Freizeitaktivitäten kennenzulernen. Auch wenn Sie noch keine konkrete Idee für eine Kontaktaufnahme über das Internet haben, zeigen wir Ihnen die Vielfalt der Möglichkeiten neue Wege auszuprobieren. Dieser Vortrag zeigt die aktuellen Angebote, um andere Menschen im Internet kennenzulernen und sich mit ihnen auszutauschen.

■ **Nr. A11100** Hartmut Nehme

12. Dezember, Samstag, 10:00 - 12:30 Uhr, 1 Termin

€ 14,00 (keine Ermäßigung)

Dieser Kurs findet über Zoom statt.

An-/Abmeldeschluss: Freitag, 11. Dezember (bis 12:00 Uhr)



### Neu Online - Warum wir lieben, wie wir lieben – zwischen romantischem Ideal und gelebter Beziehung

Wir alle tragen Bilder von Liebe in uns: von tiefer Verbundenheit, leidenschaftlicher Nähe und einem Gegenüber, das uns "versteht". Doch viele Partnerschaften geraten unter Druck - zwischen hohen Erwartungen, tradierten Geschlechterrollen und persönlichen Verletzlichkeiten. Diese Veranstaltung lädt dazu ein, gängige Vorstellungen von Liebe und Beziehung kritisch zu hinterfragen. Wir beleuchten, wie kulturelle

Narrative, psychologische Prägungen und historische Rollenbilder unser Verständnis von Partnerschaft beeinflussen. Ziel ist es, romantische Ideale von realistischen Beziehungskonzepten zu unterscheiden und neue Perspektiven für ein respektvolles, lebendiges Miteinander zu entwickeln.

■ **Nr. A10600** Kai Kaufmann

01. Oktober, Donnerstag, 18:30 - 20:45 Uhr, 1 Termin

€ 13,50 (keine Ermäßigung)

Dieser Kurs findet über Zoom statt.

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 01. Oktober (bis 12:00 Uhr)



### Dozentenporträt

*Kai Kaufmann*

Seit vielen Jahren setze ich mich neugierig und mit großer Leidenschaft damit auseinander, wie Menschen miteinander leben, sich gegenseitig prägen und wie gesellschaftliche Veränderungen unser Denken und Handeln beeinflussen. Diese langfristige persönliche Beschäftigung bildet das Fundament meiner Tätigkeit als Dozent – ergänzt durch meine Abschlüsse in BWL und Kulturanthropologie. Auch in meiner Tätigkeit als Lehrer hat mich immer motiviert, unterschiedliche Blickwinkel einzubringen und Lerninhalte so zu vermitteln, dass sie verständlich, anregend und nah an den eigenen Erfahrungen bleiben. Besonders wichtig ist mir, Themen nicht nur zu erklären, sondern gemeinsam mit den Teilnehmenden neue Perspektiven zu entdecken. Durch mein kontinuierliches Interesse an aktuellen Entwicklungen und meinem wachen Blick auf gesellschaftliche Veränderungen fließt in meine Kurse eine reflektierte, zugleich aber praxisnahe Haltung ein. Mein Anliegen ist es, Menschen für neue Themen zu begeistern und ihnen Impulse zu geben, die über den Kurs hinauswirken können.

### Technik im Alltag

#### Barrierefrei Wohnen, dargestellt am Beispiel BAD + WC!

##### Fragen – Antworten – Aktionen – Ergebnisse – Finanzierungen

Während und nach dem Vortrag steht Ihnen der Kursleiter zur Beantwortung von Fragen zur Verfügung. In den Kursgebühren sind € 6,00 für ein Handout mit allen Daten und "Linksammlungen" enthalten. Es werden Baumaßnahmen aufgezeigt, welche nur von Hauseigentümer\*innen beauftragt und durchgeführt werden dürfen. Min./max. 5 / 10 Teilnehmende.

■ **Nr. A10000** Wolfgang Wunderle

17. September, Donnerstag, 15:00 - 18:30 Uhr

4 Unterrichtsstunden, 1 Termin

€ 14,20 (ermäßigt € 11,60) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 21,20 (ermäßigt € 17,20) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

€ 27,20 (ermäßigt € 22,00) bei 5 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Gleiberg"

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 10. September

### Recht, Finanzen, Verbraucherberatung

#### Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

In diesem Kurs werden Sie mit den wichtigsten Aspekten der Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht vertraut gemacht, um sie selbst erstellen zu können, angepasst an Ihre ganz persönlichen Vorstellungen und Wünsche. Kosten in Höhe von € 0,50 für informative Kopien sind direkt mit der Kursleiterin zu verrechnen.

■ **Nr. A10300** Julia-Christina Sator

10. September, Donnerstag, 17:00 - 19:30 Uhr

3 Unterrichtsstunden, 1 Termin

€ 10,70 (ermäßigt € 8,70) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 15,90 (ermäßigt € 12,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Gleiberg"

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 03. September

#### Sicher shoppen im Internet

Das Einkaufen im Internet wird zunehmend beliebter. Das wissen auch Kriminelle, die versuchen, mit unterschiedlichen Methoden an Geld oder sensible Daten zu gelangen. Im Vortrag erhalten Sie jede Menge Tipps, wie Sie das Risiko eines Betrugs reduzieren können. Auch das Thema "Kleinanzeigen-Portale" wird im Vortrag behandelt. Der Vortrag ist aus der Veranstaltungsreihe "Sicherheit im Internet" des Polizeipräsidiums Mittelhessen.

■ **Nr. A10310** Ulrich Kaiser, Kriminalhauptkommissar

01. Oktober, Donnerstag, 18:15 - 19:45 Uhr, 1 Termin, gebührenfrei

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Wieseck"

(barrierefreier Zugang)

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 24. September



**Schon gewusst?** Inhaber\*innen des Gießen-Pass erhalten eine Ermäßigung von 50 % auf die reine Kursgebühr.

## Mietrecht für Mieter\*innen und Vermieter\*innen

Dieser Kurs will Ihnen Grundkenntnisse zu den Rechten und Pflichten von Mieter\*innen und Vermieter\*innen vermitteln: Abschluss des Vertrags, unwirksame Vertragsklauseln, Kündigung, Nebenkosten, Mietminderung, Rückgabe der Mietsache, Renovierungspflicht, Kautions.

### ■ Nr. A10320 Klaus Peter Jesse

14. November, Samstag, 09:30 - 15:45 Uhr  
7 Unterrichtsstunden, 1 Termin

€ 24,90 (ermäßigt € 20,30) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 37,10 (ermäßigt € 30,10) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

€ 44,10 (ermäßigt € 37,10) bei 5 Teilnehmer\*innen

vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, Raum U1

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 05. November



## Neu Interaktiver Vortrag: Meine persönlichen Daten – Wie kann ich feststellen, wer welche Daten von mir hat und was damit gemacht wird?

Wir wissen oft nicht, bei welchen Unternehmen/Behörden welche Daten über uns vorhanden sind und zu welchen Zwecken diese genutzt werden. Oft sind auch Daten bei diesen Stellen vorhanden, die diese gar nicht zur Erfüllung ihrer Aufgaben benötigen. Manchmal geben diese Stellen auch Daten über uns an andere Stellen weiter. Jede Person hat allerdings das gesetzliche Recht, Information und Auskunft von diesen Stellen zu erhalten und unter bestimmten Umständen u. a. die Berichtigung oder Löschung ihrer Daten zu fordern. In der Veranstaltung erfahren Sie, wie Sie Ihre Datenschutzrechte zum Umgang mit Ihren persönlichen Daten einfach selbst in die Praxis umsetzen können. Materialkosten in Höhe von ca. 1,00 € können anfallen und werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

### ■ Nr. A10330 Ilse Römer, Datenschutzauditorin (TUV)

12. November, Donnerstag, 18:15 - 20:15 Uhr  
3 Unterrichtsstunden, 1 Termin

€ 10,70 (ermäßigt € 8,70) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 15,90 (ermäßigt € 12,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

€ 20,40 (ermäßigt € 16,50) bei 5 Teilnehmer\*innen

vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe), Südanlage 3 A,  
Raum 4 An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 08. November

## Neu Neue Trends in der Geldanlage (Zoom)

Viele Menschen vertrauen bei ihrer finanziellen Absicherung und dem Vermögensaufbau noch auf klassische Bankprodukte und beschränken sich auf Lebens- und Rentenversicherungen sowie Tages- und Festgeld. In diesem Kurs erfahren Sie, welche Optionen Ihnen neue Technologien, Dienste sowie neue Anlageformen bieten, um die Erträge Ihrer Geldanlage zu optimieren. Unter anderem werden folgende Punkte im Kurs besprochen: Allgemeiner Überblick der Anlageklassen, Passiv investieren mit ETFs, Anleihen, Investitionen in Edelmetalle und Rohstoffe, FinTec Unternehmen, Möglichkeiten der neuen Robo Advisor, optimierte Anlage mit Hilfe von Zinsportalen, Vor- und Nachteile von Crowdinvesting, Aktive Investments über Social-Trading Plattformen, Kryptowährungen und Möglichkeit der ökologisch nachhaltigen Geldanlage. Zielgruppe: Einsteiger\*innen und Fortgeschrittene.

### ■ Nr. A10340 Hartmut Nehme

26. Oktober, Montag, 18:30 - 21:00 Uhr

1 Termin

€ 14,00 (keine Ermäßigung)

Dieser Kurs findet über Zoom statt.

An-/Abmeldeschluss: Montag, 26. Oktober (bis 12:00 Uhr)

## Der Finanzkompass. Online-Workshop

In diesem 2stündigen Online-Workshop findet eine Vermittlung zu den Themen Geldpolitik und Geldsystem, Vermögensaufbau statt. Anlageberatung oder Anlageempfehlungen sind keine Inhalte des Workshops. Wir bearbeiten folgende Punkte:

1. Geldsystem und Geldpolitik verstehen
    - Entstehung und Evolution des Geldes
    - Zentralbanken und Geldpolitik
    - Inflation, Deflation und Geldwertstabilität
  2. Grundlagen des wissenschaftlich fundierten Vermögensaufbaus
    - Budgetierung und Liquiditätsmanagement
    - Schulden- und Risikomanagement
    - Investitionsstrategien und Portfoliotheorie
  3. Versicherungen und Risikoabsicherung im Vermögenskontext
    - Versicherungsarten und ökonomische Funktion
    - Optimale Versicherungsdeckung
    - Risikobewertung und Absicherungsstrategien
- Max. 20 Personen. Versand des Einladungslinks ca. 1 Woche vorab.

1 Termin

€ 20,00 (keine Ermäßigung)

### ■ Nr. A10350 Kevin Böhm

18. September, Freitag, 18:00 - 20:00 Uhr

An-/Abmeldeschluss: Freitag, 18. September (bis 12:00 Uhr)

### ■ Nr. A10351 Kevin Böhm

20. November, Freitag, 18:00 - 20:00 Uhr

An-/Abmeldeschluss: Freitag, 20. November (bis 12:00 Uhr)

## Neu Der Versicherungskompass: Strategische Absicherung statt Beitrags-Dschungel

Bringen Sie System in Ihren Schutz: Effizient, bedarfsgerecht und existenzfokussiert. Die Ausgangslage: Überversichert und doch verwundbar? Die meisten Haushalte in Deutschland besitzen zahlreiche Versicherungsverträge, wissen aber im Ernstfall nicht genau, was wirklich abgedeckt ist. Der Versicherungskompass räumt mit diesem Chaos auf.

Was wir im Versicherungskompass gemeinsam erarbeiten: Wir kategorisieren Schutz nach rationalen Kriterien und trennen das Wesentliche vom Überflüssigen.

- Die Priorisierung der Risiken
- Der Effizienz-Check
- Lückenlose Absicherung der Arbeitskraft
- Haftungsmanagement

Max. 20 Personen. Versand des Einladungslinks ca. 1 Woche vorab.

1 Termin

€ 49,00 (keine Ermäßigung)

■ **Nr. A10352** Kevin Böhm

25. September, Freitag, 18:00 - 20:00 Uhr

An-/Abmeldeschluss: Freitag, 25. September (bis 12:00 Uhr)

■ **Nr. A10353** Kevin Böhm

13. November, Freitag, 18:00 - 20:00 Uhr

An-/Abmeldeschluss: Freitag, 13. November (bis 12:00 Uhr)

GEMEINSAM SICHER  
IM INTERNET



## Digitale Vortragsreihe "Sicherheit im Internet"

In Kooperation mehrerer Volkshochschulen aus Mittel- und Nordhessen und den Polizeipräsidien Nordhessen, Mittelhessen und Frankfurt wird im Herbst eine kostenfreie Online-Vortragsreihe zum Thema „Sicherheit im Internet“ angeboten. Ziel ist es, Menschen in Hessen für die Gefahren und Herausforderungen der digitalen Welt zu sensibilisieren und ihnen praxisorientierte Tipps zum Schutz ihrer digitalen Identität, sicherem Online-Kauf und der Vermeidung von Cyberkriminalität zu vermitteln.



Polizeipräsidium  
Frankfurt am Main



Polizeipräsidium  
Mittelhessen



Polizeipräsidium  
Nordhessen

### Neu Online: Smartphone-Sicherheit

Die Nutzung eines Smartphones ist nicht mehr aus unserem Alltag wegzudenken. Smartphones sind multifunktionale Minicomputer, die zuhause und unterwegs für alle möglichen Situationen eingesetzt werden. Aber ist das Smartphone genauso gesichert wie der Computer zuhause? In dem Vortrag erfahren Sie, wie Cyberkriminelle ihre Betrugsmaschen an die Nutzung von Smartphones angepasst haben. Anhand aktueller Beispiele werden Schutzmöglichkeiten in den Geräteeinstellungen und im Nutzerverhalten erläutert. Und so können Sie teilnehmen: Zum Anmeldeschluss muss Ihre Anmeldung vorliegen. Den Zugangslink erhalten Sie über die vhs Gießen ca. 7 Werktage vor dem Start.

■ **Nr. A10280** Alexandra Roth

08. Oktober, Donnerstag, 18:00 - 20:00 Uhr, 1 Termin

gebührenfrei, Anmeldung erforderlich!

Dieser Kurs findet online statt

An-/Abmeldeschluss: Montag, 05. Oktober

### Neu Online: Sichere digitale Identität

Was ist eigentlich digitale Identität? Wie kommen Cyberkriminelle an Daten und wie kann man seine digitale Identität schützen? Diese Fragen beantwortet Kriminalhauptkommissar Ulrich Kaiser anhand von Fallbeispielen und gibt konkrete Empfehlungen zum Schutz Ihrer Daten. Sie erfahren, wie Sie sich wirksam schützen und entwickeln ein Bewusstsein für typische Risiken. So erhöhen Sie Ihre Sicherheit im Umgang mit digitalen Medien. Und so können Sie teilnehmen: Zum Anmeldeschluss muss Ihre Anmeldung vorliegen. Den Zugangslink erhalten Sie über die vhs Gießen ca. 7 Werktage vor dem Start.

■ **Nr. A10281** Ulrich Kaiser

22. Oktober, Donnerstag, 18:00 - 20:00 Uhr, 1 Termin

gebührenfrei, Anmeldung erforderlich!

Dieser Kurs findet online statt

An-/Abmeldeschluss: Montag, 19. Oktober



### Neu Online: Sicher bestellen und bezahlen im Netz!

Das Einkaufen im Internet wird zunehmend beliebter. Das wissen auch Kriminelle und versuchen, mit unterschiedlichen Methoden an Geld oder sensible Daten zu gelangen. Kriminalhauptkommissar Ulrich Kaiser klärt über gängige Betrugsmaschen auf und gibt Tipps, wie Sie das Risiko eines Betrugs reduzieren können. Es wird auch explizit auf das Thema "Kleinanzeigen-Portale" eingegangen. Und so können Sie teilnehmen: Zum Anmeldeschluss muss Ihre Anmeldung vorliegen. Den Zugangslink erhalten Sie über die vhs Gießen ca. 7 Werktage vor dem Start.

■ **Nr. A10282** Ulrich Kaiser

05. November, Donnerstag, 18:00 - 20:00 Uhr, 1 Termin

gebührenfrei, Anmeldung erforderlich!

Dieser Kurs findet online statt

An-/Abmeldeschluss: Montag, 02. November

### Neu Online: Datendiebstahl - Darknet - Digitaler Nachlass

Besonders Finanzdaten, Benutzer-Accounts und E-Mailadressen sind im digitalen Alltag ein wertvolles Ziel für Cyberkriminelle. Kriminalhauptkommissarin Aniane Emde zeigt, wie Datendiebstahl funktioniert, welche Rolle das Darknet spielt und wie Angriffe auf Ihre digitale Identität ablaufen. Sie erfahren, wie Sie Ihre Daten wirksam schützen und Risiken

frühzeitig erkennen können. So behalten Sie die Kontrolle über Ihre digitale Identität - auch im Hinblick auf Ihren digitalen Nachlass. Und so können Sie teilnehmen: Zum Anmeldeschluss muss Ihre Anmeldung vorliegen. Den Zugangslink erhalten Sie über die vhs Gießen ca. 7 Werktage vor dem Start.

■ **Nr. A10283** Aniane Emde

19. November, Donnerstag, 18:00 - 20:00 Uhr, 1 Termin  
gebührenfrei, Anmeldung erforderlich!  
Dieser Kurs findet online statt  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 16. November

**Neu Online: Cybercrime im KI-Zeitalter**

Cyberangriffe werden durch Künstliche Intelligenz immer realistischer und schwerer zu erkennen. Kriminalhauptkommissarin Aniane Emde erklärt, wie Täter KI nutzen, um Inhalte zu manipulieren und gezielte Betrugsversuche durchzuführen. Sie erhalten einen Überblick über typische Angriffsmuster und erfahren, wie Sie Risiken frühzeitig erkennen und minimieren. Neben der Neu- und Weiterentwicklung von Cybercrimedelikten werden auch Beispiele gezeigt, wie KI-basierte Tools bereits jetzt zur Betrugserkennung beitragen können. Und so können Sie teilnehmen: Zum Anmeldeschluss muss Ihre Anmeldung vorliegen. Den Zugangslink erhalten Sie über die vhs Gießen ca. 7 Werktage vor dem Start.

■ **Nr. A10284** Aniane Emde

03. Dezember, Donnerstag, 18:00 - 20:00 Uhr, 1 Termin  
gebührenfrei, Anmeldung erforderlich!  
Dieser Kurs findet online statt  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 30. November

**vhs Gießen unterwegs in nah und fern  
(Fachbereiche Gesellschaft und Kultur)**

**... in Gießen und überregional**

- Ausstellungen
- Stadtgeschichte
- Exkursionen
- Kulturwanderungen in Mittelhessen
- Kunstführungen
- Naturkundliche Führungen

**Stadtgeschichte**

**Neu Exkursion:**

**Demokratiegeschichtlicher Stadtgang, Fokus Wilhelm Liebknecht aus Anlass seines 200. Geburtstags**

Vor 200 Jahren wurde Wilhelm Liebknecht in Gießen geboren - ein leidenschaftlicher Streiter für Demokratie, Freiheit, Bildung, politische und soziale Teilhabe. Die Stadt Gießen feiert ihren berühmten Sohn mit verschiedenen Veranstaltungen. Begleiten Sie Dagmar Klein auf einem demokratiegeschichtlichen Stadtgang mit Fokus auf Wilhelm Liebknecht.

■ **Nr. A10100** Dagmar Klein

27. September, Sonntag, 15:00 - 17:00 Uhr, 1 Termin  
€ 5,00 (keine Ermäßigung)

Treffpunkt: Alter Friedhof, vor der Kapelle. Endpunkt: Stadtkirchen  
An-/Abmeldeschluss: Freitag, 25. September (bis 12:00 Uhr)

**Neu Ausstellungsbesuch:**

**„Von Barrikaden und Parlamenten –  
Wilhelm Liebknechts Ideen für die Demokratie“**

Wilhelm Liebknecht wurde am 29. März 1826 in Gießen geboren. Anlässlich seines 200. Geburtstags würdigt eine Sonderausstellung im Museum für Gießen Liebknecht als Persönlichkeit, verankert ihn lokal und verbindet sein Leben mit der Stadtgeschichte Gießens. Darüber hinaus bieten Liebknechts politische Ideen und gesellschaftliche Vorstellungen Anlass, über Handlungsmöglichkeiten in demokratischen Systemen nachzudenken - insbesondere in einer Gegenwart, die von globalen Spannungen und gesellschaftlichen Herausforderungen geprägt ist. Die Führung mit Katharina Weick-Joch gewährt spannende Ergänzungen zur Ausstellung und lädt zum gemeinsamen Austausch ein.

■ **Nr. A10900** Katharina Weick-Joch

01. Oktober, Donnerstag, 17:00 - 18:30 Uhr,  
1 Termin

€ 4,00 (keine Ermäßigung)

Museum für Gießen, Altes Schloss, Brandplatz 2

An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 27. September

**Kunst in Gießen**

**Organisatorische Hinweise:**

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung, entsprechend den Bedingungen der vhs Gießen. Sie sollten mobil sein und eine Grundkondition für einen Spaziergang von 2 Stunden besitzen. Die Anfahrt zum Treffpunkt erfolgt individuell. **An-/Abmeldeschluss:** Wir bitten um Anmeldung bei der vhs bis zum vermerkten Anmeldeschluss. Max. 20 Teilnehmer\*innen.



### Neu Exkursion: Unbekannte Kunst im Stadtraum: Kunst im Rathaus

Vom Bildhauersymposium zur Eröffnung des neuen Rathauses 2009 und Kunst des Gedenkens. Wir besuchen den Außenbereich und Kunst im Innenraum.

- **Nr. A20600** Dagmar Klein  
16. Oktober, Freitag, 16:00 - 18:00 Uhr, 1 Termin  
€ 9,00 (keine Ermäßigung) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 13,50 (keine Ermäßigung) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Treffpunkt: Am liegenden Stein vor dem Rathaus-Eingang  
An-/Abmeldeschluss: Mittwoch, 14. Oktober

### Neu Exkursion: Unbekannte Kunst im Stadtraum: Kunst in der Petruskirche

Kirchenbau und Kunst in der Nachkriegszeit, auch Blasius Spreng ist dabei, der auch an der alten Universitätsbibliothek mitwirkte. Wir bewegen uns auf dem Kirchenareal und besichtigen die Kirche.

- **Nr. A20601** Dagmar Klein  
23. Oktober, Freitag, 16:00 - 18:00 Uhr, 1 Termin  
€ 9,00 (keine Ermäßigung) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 13,50 (keine Ermäßigung) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Treffpunkt: Vor der Petruskirche Wartweg 9  
An-/Abmeldeschluss: Mittwoch, 21. Oktober

## Ausstellungsbesuche in Gießen und Ausstellungsfahrten

### Neu Ausstellungsbesuch. Die Kunstsammlung im Schloss Gießen/Museum für Gießen

Die spannende Sammlung der Arbeiten im Museum für Gießen wird anhand ausgesuchter Beispiele vorgestellt. Die Sammlung umfasst vorwiegend Arbeiten aus den 1950/60er Jahren, sodass der Schwerpunkt da liegen wird.

- **Nr. A20610** Mechthild Kersken  
22. August, Samstag, 11:00 - 12:30 Uhr  
2 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 7,10 (ermäßigt € 5,80) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 10,60 (ermäßigt € 8,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 13,60 (ermäßigt € 11,00) bei 5 Teilnehmer\*innen  
Museum für Gießen, Altes Schloss, Brandplatz 2  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 17. August

### Neu Exkursion: Zu den Sternen! Ausstellung im Arp-Museum Bahnhof Rolandseck

"Seit jeher dient der Weltraum als mächtige Projektionsfläche für Sehnsüchte und Utopien - angesichts globaler Krisen hält er immer noch die Vision einer alternativen Existenz bereit. Apokalyptisches Erwachen und exzentrischer Grenzverlust werden mit rund 100 Werken von der Moderne bis zur Gegenwart beleuchtet - u. a. mit Max Ernst, El Lissitzky, Katharina Sieverding, Sophie Taeuber-Arp und Emma Talbot. Der Blick in den Weltraum offenbart kosmische Träume und wird zu einer Reflexion über unsere Gegenwart und Zukunft." Text entnommen aus:

<https://arpmuseum.org/ausstellungen/wechselausstellungen/vorschau/zu-den-sternen.html>

#### Wichtige Informationen:

Die Kosten für den Eintritt (12,00 Euro) und die Fahrt (Anteil am "Quer durchs Land Ticket"/ 99,- für 5 Personen), zus. ca. € 32,00 sind in der Kursgebühr nicht enthalten. Diese Kosten werden bei der Kursleiterin entrichtet. Abfahrt ab Gießen vor. 9:16 Uhr, Ankunft Rolandseck 12:18 Uhr. Rückfahrt Rolandseck 17:40 Uhr. Ankunft in Gießen vor. 20:42 Uhr. Min. 6, max. 18 Personen. Änderungen vorbehalten.

**Bitte beachten Sie:** Wegen verbindlicher Buchungen unsererseits ist nach dem Anmeldeschluss und bei kurzfristiger Nichtteilnahme eine Rückerstattung der Teilnahmegebühr leider nicht möglich.

- **Nr. A20611** Mechthild Kersken, Exkursionsleitung und Führung  
26. September, Samstag, 09:00 - 21:00 Uhr, 1 Termin  
€ 17,00 (keine Ermäßigung) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 24,00 (keine Ermäßigung) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 28,00 (keine Ermäßigung) bei 5 Teilnehmer\*innen  
Arp Museum Bahnhof Rolandseck, Hans-Arp-Allee 1, 53424 Remagen  
An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 20. September



### Neu Exkursion: Berlin, Berlin, wir fahren 2 Tage nach Berlin!

Wir besuchen voraussichtlich\* folgende Museen und Ausstellungen:

- Neue Nationalgalerie: Maurizio Cattelan (Eintritt 15,00 Euro).  
<https://www.museumportal-berlin.de/de/ausstellungen/maurizio-cattelan/>
- Alte Nationalgalerie: Impressionismus und Kunst um 1900 (zus. ca. 24,00 Euro)
- Pergamon Panorama (Eintritt 14,00 Euro)  
<https://www.berlin.de/ausstellungen/erlebnisausstellungen/5022567-3177926-pergamon-panorama.html>
- Berlinische Galerie: Lovis Corinth (Eintritt 14,00 Euro)  
<https://berlinischegalerie.de/ausstellungen/vorschau/lovis-corinth-dann-kam-berlin/>

\*Die Ausstellungen können noch variiert werden.

**Kosten:**

- Die Eintritte werden individuell in den Museen bezahlt.
- Ihren Anteil am Bahn-Gruppenticket: ca. 50 bis 100 Euro pro Person (Stand Mai 2026) sind nach der Bestätigung Ihrer Anmeldung auf das Konto der Kursleiterin zu überweisen. Der Eingang des Überweisungsbetrages und die rechtzeitige Anmeldung sind für die Teilnehmerzahl bindend.
- Vor Ort entstehen noch Kosten für den ÖPNV (Touristenticket ab 28,50 €/Tag bis ca. 48,00 €) und die Verpflegung.
- Das Hotelzimmer begleichen Sie direkt beim Hotel: Hotel-Übernachtung ohne Frühstück im DZ: ca. 100,00 Euro für 2 Personen\*, EZ ohne Frühstück: ab 69,00 Euro\*
- Kursort: Hotelname folgt
- Kosten bei Kursteilnahme ohne Unterkunft: Kursgebühr + Eintritte + Reise- und ÖPNV-Tickets.

**Alle Preisangaben: Stand Mai 2026**

**Wichtige Informationen:**

Wegen verbindlicher Buchungen unsererseits ist nach dem Anmeldeschluss und bei kurzfristiger Nichtteilnahme eine Rückerstattung der Teilnahmegebühr leider nicht möglich. Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung bei einer Ihnen bekannten Versicherung. Eine Versicherung kann nicht über uns gebucht werden. Änderungen vorbehalten.

- **Nr. A20612** Mechthild Kerken, Exkursionsleitung und Führung  
10. und 11. Oktober, 08:00 - 21:00 Uhr  
2 Termine  
€ 49,00 (keine Ermäßigung) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 72,50 (keine Ermäßigung) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 87,00 (keine Ermäßigung) bei 5 Teilnehmer\*innen  
Berlin  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 24. August



## Neu Exkursion: Ausstellung: „Maria Magdalena“. Sin. Pray. Love.

Eine Ausstellung des Städel Museums und der Liebighaus Skulpturensammlung Frankfurt am Main. Informationen zur Ausstellung: <https://www.staedelmuseum.de/de/maria-magdalena>. Die Kosten für den Eintritt (16,00 Euro) und die Fahrt (Anteil am Hessenticket/43,50 Euro für 5 Personen), sind in der Kursgebühr nicht enthalten. Diese Kosten werden bei der Kursleiterin entrichtet. Abfahrt ab Gießen vor. 9:22 Uhr, Ankunft Frankfurt/Main 10:07 Uhr. Optional im Anschluss: Einkehr oder Weihnachtsmarkt. Rückfahrt gegen 17:00 Uhr. Änderungen vorbehalten.

Min. 6, max. 18 Personen. Bitte beachten Sie: Wegen verbindlicher Buchungen unsererseits ist nach dem Anmeldeschluss und bei kurzfristiger Nichtteilnahme eine Rückerstattung der Teilnahmegebühr leider nicht möglich.

- **Nr. A20613** Mechthild Kerken, Exkursionsleitung und Führung  
05. Dezember, Samstag, 09:00 - 17:00 Uhr  
1 Termin  
€ 16,00 (keine Ermäßigung) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 23,00 (keine Ermäßigung) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 27,00 (keine Ermäßigung) bei 5 Teilnehmer\*innen  
Städel Museum, Schaumainkai 63, 60596 Frankfurt am Main  
An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 29. November

**Organisatorische Hinweise:**

Bei allen Exkursionen von Frau Kerken erhalten Sie nach Anmeldeschluss einen detaillierten Ablauf- und Reiseplan mit aktuellen Fahrzeiten. Kontakt zur Kursleiterin: 0151 1941 2382.

## Exkursion zum Bachhaus Eisenach – nicht nur für Musikliebhaber\*innen

1907 eröffnete die Neue Bachgesellschaft das Bachhaus in Eisenach - das erste Museum seiner Art. Es erlebte in seiner Geschichte zahlreiche gesellschaftliche Veränderungen und wurde auch in DDR-Zeiten besonders goutiert. Heute ist es eines der größten Musikmuseen in Deutschland mit über 300 originalen Exponaten auf 600 qm. Es besteht aus einem historischen Gebäudeteil mit Instrumenten aus der Bach-Zeit, die bei jeder Führung angespielt werden. Im angrenzenden Neubau finden sich Multimedia-Installationen sowie zahlreiche Exponate, die mit Audioguides erläutert werden. Auch können Besucher\*innen in Kugeln schweben, was das Gefühl vermittelt, mit Bachs Musik zwischen Himmel und Erde allein zu sein. Alles in allem ist der Besuch des Bachhauses also nicht nur informativ, sondern auch außerordentlich erlebnisreich. Der Eintritt von 14,50 € ist nicht in den Kursgebühren enthalten und wird vor Ort entrichtet. Fahrt mit Kleinbus. Min. 4/max. 6 Teilnehmer\*innen.

**Ablaufplan:**

Treffpunkt zur Einführung um 9:30 Uhr in der vhs, Fröbelstraße 65, Raum "Botanik" (barrierefrei). Abfahrt um ca. 10:15 Uhr. Ankunft Eisenach: ca. 12:15 Uhr. Aufenthalt im Bachmuseum 2 bis 4 Stunden. Optional: Einkehrmöglichkeit zum Essen in Eisenach. Rückkehr in Gießen zwischen 19:00 und 20:00 Uhr.

- **Nr. A21200** Burkhard Muth  
27. September, Sonntag, 09:30 - 19:30 Uhr, 1 Termin  
€ 45,00 (keine Ermäßigung)  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik  
(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Montag, 21. September

## Naturkundliche Führungen in Gießen

### Exkursion: Kräuterwanderung im Herbst

In diesem Kurs lernen Sie die heimische Pflanzenwelt im Herbst kennen. Neben den erst spät blühenden Arten sind es auch die Wildfrüchte, die einen besonderen Aspekt des Herbstes zeigen. Auf unserer Wanderung erfahren Sie einiges über Gift-, Heil- und essbare Pflanzen sowie über deren Lebensräume und Verbreitung. (Bitte wetterfeste Kleidung und eventuell vorhandene Bestimmungsliteratur, z. B. "Was blüht denn da?", mitbringen). Anmeldung erforderlich.

- **Nr. A10400** Aja Reisewitz  
05. September, Samstag, 11:00 - 13:15 Uhr, 1 Termin  
€ 10,70 (ermäßigt € 8,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 15,90 (ermäßigt € 12,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Treffpunkt: Oberer Parkplatz Schiffenberg  
An-/Abmeldeschluss: Freitag, 04. September (bis 12:00 Uhr)



### Die bunte Vielfalt unserer heimischen Pilzwelt

Bei unserem Pilzkurs lernen Sie von Grund auf, wie man systematisch bei der Bestimmung heimischer Pilze vorgeht. Dieser Kurs ist speziell auf Einsteiger\*innen abgestimmt, die sich einen ersten Überblick über das vielfältige und faszinierende Reich der Pilze verschaffen möchten. Vermittelt werden ökologische Grundlagen, einfache Erkennungsmerkmale und erste Bestimmungsregeln. Ein Messerchen und ein kleines Körbchen dürfen mitgebracht werden. Bei unserem Aufenthalt im Wald begegnen wir der Natur jedoch achtsam und mit Wertschätzung: Das reine Sammeln von Speisepilzen steht bei diesem Termin nicht im Vordergrund. Teilnahme auf eigene Gefahr. Min. 10, max. 20 Teilnehmer\*innen.

- **Nr. A10410** Steffen Frühbis  
26. September, Samstag, 14:00 - 16:30 Uhr, 1 Termin  
€ 12,90 (ermäßigt € 10,90) ab 16 Teilnehmer\*innen  
€ 16,90 € (ermäßigt € 15,90) bei 10 bis 15 Teilnehmer\*innen  
Restaurant Kloster Schiffenberg, Schiffenberg 1, 35394 Gießen  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 21. September

Auf Seite 12 finden Sie Informationen zu unserem  
„Tagesseminar:  
Die bunte Vielfalt unserer heimischen Pilze“.

## Kulturwanderungen in Mittelhessen



### Allgemeine Hinweise zu den Kulturwanderungen:

Die Wanderungen finden immer sonntags und bei jedem Wetter statt. (Meist ist das Wetter besser als der Wetterbericht). Wir bitten um **Anmeldung** bei der vhs bis spätestens Freitag um 11:00 Uhr vor dem jeweiligen Termin oder beim Wanderleiter, Herrn Muth, bis einen Tag vorher. Knöchelhohe Wanderschuhe und dem Wetter angepasste Kleidung sowie ein bis zwei Liter Getränke sind erforderlich. Wanderstöcke werden benötigt, wenn dieses vermerkt ist. Die Teilnahme an den Wanderungen erfolgt auf eigene Verantwortung, entsprechend den Bedingungen der vhs Gießen. Wenn nichts Anderes ausgeschrieben ist, erfolgt die Verpflegung aus dem Rucksack. Bei einer Einkehr gilt das Selbstzahler-Prinzip. Wir empfehlen die Mitnahme von Proviant.

**Kontakt zum Wanderleiter** Burkhard Muth: Tel.: 0641 494846, Mobil: 0151 65137379.

**An-/Abmeldeschluss:** Wir bitten um Anmeldung bei der vhs bis spätestens Freitag um 11:00 Uhr vor dem Termin oder beim Wanderleiter Herrn Muth bis einen Tag vorher.

**Neu Wanderung: Köhlerweg, 12 km**

Das Lahn-Dill-Bergland ist ein Wanderparadies par excellence und doch für viele Einheimische nicht sehr präsent. Eine äußerst abwechslungsreiche Tour ist der Köhlerweg. Mal geht es durch den Wald, mal über blühende Wiesen, mal hoch und mal runter, das Ganze auch auf zahlreichen verwunschenen Pfaden. Treffpunkt/Start: 11:00 Uhr in Ehringshausen OT Dreisbach, Wanderportal Köhlerweg. in Dreisbach am Kreisel rechts in die Bornbachstraße abbiegen, dann immer geradeaus bis zum Wanderparkplatz. Ende der Wanderung: ca. 16:00 Uhr.

■ **Nr. A10910** Burkhard Muth

23. August, Sonntag, 11:00 - 16:00 Uhr

1 Termin

€ 9,00 (ermäßigt € 8,00)

Treffp.: Wanderportal Köhlerweg, Ehringshausen OT Dreisbach

An-/Abmeldeschluss: Freitag, 21. August (bis 12:00 Uhr)

**Neu Wanderung: Mühlentour durch das Seenbachtal, 10 km**

Wir durchwandern zunächst das pittoreske Dorf Freienseen und laufen dann über den Müllerweg zur Löbsackmühle. Danach passieren wir die Schreinersmühle und gelangen schließlich zu einem allerliebsten Plätzchen, der Wüstung Baumkirchen, wo wir eine Rast einlegen. Auf dem Weg zurück überqueren wir den Seenbach und wandern auf der anderen Talseite entlang nach Freienseen. Treffpunkt/Start: 11:00 Uhr Freienseen, Tunnelstraße, Parkplatz direkt am Ortseingang vor den Friedhof. Ende der Wanderung: ca. 15:30 Uhr.

■ **Nr. A10911** Burkhard Muth

20. September, Sonntag, 11:00 - 15:30 Uhr

1 Termin

€ 9,00 (ermäßigt € 8,00)

Treffp.: Tunnelstraße, Freienseen

An-/Abmeldeschluss: Freitag, 18. September (bis 12:00 Uhr)

**Wanderung: Rabenauer Höhenweg über Geilshausen, 12 km**

Rabenau liegt an der Lumda, einem kleinen Nebenfluss der Lahn im geographischen Dreieck Gießen, Marburg und Grünberg. Umgeben wird die prosperierende Gemeinde von Bergen zwischen 320 und knapp 400 Höhenmeter. Der Rabenauer Höhenweg ist insgesamt 32 km lang und gut in Etappen zu erwandern. Wir laufen heute die Strecke über Geilshausen, bei der sich Waldpassagen und offenes Terrain abwechseln. Treffpunkt/Start: 11:00 Uhr, Rabenau-Odenhausen, Waggon-Bistro Gleis 1, Navi-Adresse: 35466. Rabenau, Hauptstr. 17. Wichtig: Nicht mit Odenhausen/Lahn verwechseln!! Endeinkehr optional. Ende der Wanderung: ca. 15:00 Uhr.

■ **Nr. A10912** Burkhard Muth

15. November, Sonntag, 11:00 - 15:00 Uhr

1 Termin

€ 9,00 (ermäßigt € 8,00)

Treffp.: Waggon-Bistro Gleis 1, Rabenau-Odenhausen

An-/Abmeldeschluss: Freitag, 13. November (bis 12:00 Uhr)

**Neu Wanderung: Rund um Annerod, 12 km**

Der Fernwalder Ortsteil Annerod strahlt trotz der Nähe zu Gießen etwas ausgesprochen ländliches aus. Die ihn umgebenden Wege sind malerisch, mal schmal, mal breit und verbreiten die Aura einer Idylle. Wir besichtigen den ehemaligen Lehrgarten der Justus Liebig-Universität und wandern dann auf den Schiffenberg. Auf dem Rückweg kommen wir an einer Koppel mit echten Wildpferden (Przewalski-Pferde) vorbei. Treffpunkt/Start: 11:00 Uhr Fernwald-Annerod, Norma-Parkplatz, Busecker Weg 1 (Nähe Industriegebiet). Ende der Wanderung: ca. 15:30 Uhr.

■ **Nr. A10913** Burkhard Muth

13. Dezember, Sonntag, 11:00 - 15:30 Uhr

1 Termin

€ 9,00 (ermäßigt € 8,00)

Treffp.: Norma-Parkplatz, Fernwald-Annerod

An-/Abmeldeschluss: Freitag, 11. Dezember (bis 12:00 Uhr)

**Schon gewusst?**

Inhaber\*innen des Gießen-Passes erhalten eine Ermäßigung von 50 % auf die Kursgebühr.

**Denken Sie bitte daran:**

**Fernbleiben vom Kurs ist keine Abmeldung!**



## Kultur und Gestalten

### Kunst-, Kulturgeschichte, Architektur

Kulturelle Bildung ist ein zentraler Bestandteil der Allgemeinbildung und des lebenslangen Lernens. In Mal- und kunsthandwerklichen Kursen, beim gemeinsamen Musizieren, Schreiben und Theaterspielen können Sie Ihre Talente aufspüren und weiterentwickeln. Entdecken Sie im Austausch mit anderen Interessierten im Rahmen von Vorträgen, Theater-, Museums- und Ausstellungsbesuchen und in den Literaturkursen den kulturellen Reichtum der Welt und Ihrer Region. Herzlich willkommen im Programmbereich „Kultur“ Ihrer vhs Gießen!

#### **Neu** Feministische Kunst, Vergleich und Gespräch

Anhand von Beispielen feministischer Kunst wird untersucht, wie sich die Schwerpunkte der feministischen Kunst verändert haben. Dabei werden Künstlerinnen der Klassischen Moderne (Hannah Höch, Paula Modersohn-Becker, Georgia O'Keeffe, Niki de Saint Phalle, Frida Kahlo u.a.) mit zeitgenössischen Künstlerinnen (Valie Export, Rebecca Horn, Jenny Holzer, Kiki Smith) verglichen und auf ihre Absichten hin untersucht. Ergänzend wird die Teilnahme an der Exkursion am 5.12.26 zum Thema "Maria Magdalena" (Frankfurt) empfohlen.

##### ■ Nr. A20630 Mechthild Kersken

24. August, Montag, 15:30 - 17:00 Uhr

2 Unterrichtsstunden, 1 Termin

€ 7,10 (ermäßigt € 5,80) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 10,60 (ermäßigt € 8,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

€ 13,60 (ermäßigt € 11,00) bei 5 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Lahnaua"  
(barrierefreier Zugang)

An-/Abmeldeschluss: Montag, 17. August

#### **Neu** Konzepte der Postmoderne im Gegensatz:

##### u.a. Richter, Kiefer

##### ■ Nr. A20631 Mechthild Kersken

19. Oktober, Montag, 15:30 - 17:00 Uhr

2 Unterrichtsstunden, 1 Termin

€ 7,10 (ermäßigt € 5,80) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 10,60 (ermäßigt € 8,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

€ 13,60 (ermäßigt € 11,00) bei 5 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Lahnaua"  
(barrierefreier Zugang)

An-/Abmeldeschluss: Montag, 12. Oktober

#### **Selbstlern-Kurs (online):**

##### **Baukulturelle Bildung – Sensibilisierung für die gebaute Umwelt**

Schluss mit der Alltagsblindheit! Der Kurs richtet sich an alle, die sich für Baukultur interessieren und/oder Kindern und Jugendlichen spielerische Zugänge zur Baukultur eröffnen möchten. Die Teilnehmenden erhalten Einblicke in Architekturpsychologie und erfahren, warum sich gerade die

vertraute Alltagsumgebung besonders für die Baukulturvermittlung eignet. Sie lernen, wie sie mit Hilfe des SpielRaumStadt-Konzepts an jedem beliebigen Ort mit Kindern Jugendlichen oder anderen Erwachsenen ins Gespräch über die gebaute Umwelt kommen können und trainieren in verschiedenen Übungen ihre Wahrnehmung. Kursumfang: Video- und Audiomaterial: ca. 95 Minuten; empfohlene zusätzliche Lernzeit: ca. 85 Minuten = Gesamtdauer: ca. 180 Minuten. Eine Kooperation von BBO Baukulturelle Bildung.online GmbH und vhs Gießen. Teilnahmegebühr an BBO Baukulturelle Bildung.online GmbH: 35,00 €. Start: jederzeit.

Weitere Informationen: [www.baukulturelle-bildung.online](http://www.baukulturelle-bildung.online) und [www.die-stadtdenkerei.de](http://www.die-stadtdenkerei.de).

##### ■ Nr. A20000 Turit Fröbe

Ab 17. August - 20. Dezember, 08:00 - 22:00 Uhr

1 Termin

gebührenfrei, Start: Jederzeit

Teilnahmegebühr € 35,00

Dieser Kurs findet online statt.



#### **Neu** Stadt + Spiel.

##### **Sensibilisierung für die gebaute Umwelt II**

Spiele und spielerische Strategien besitzen großes Potenzial für die Baukulturelle Bildung: Sie sind niedrigschwellig, gemeinschaftsfördernd und eröffnen sinnliche Zugänge zur gebauten Umwelt. Der Selbstlernkurs zeigt, wie sich durch spielerische Zugänge ein neuer Blick auf die Stadt entwickeln lässt. Teilnehmende lernen unterschiedliche Strategien kennen - darunter auch künstlerisch-urbane Ansätze - und erhalten Übungen, um die gebaute Umwelt neu zu erkunden und die Stadt als Spielraum zurückzuerobern. Teilnahmegebühr: 35,00 €. Kursumfang: Video- und Audiomaterial: ca. 115 Minuten; empfohlene zusätzliche Lernzeit: ca. 65 Minuten = Gesamtdauer: ca. 180 Minuten. Start: jederzeit.

Kooperationspartnerin: BBO Baukulturelle Bildung.online GmbH.

Weitere Informationen: [www.baukulturelle-bildung.online](http://www.baukulturelle-bildung.online) und [www.die-stadtdenkerei.de](http://www.die-stadtdenkerei.de).

##### ■ Nr. A20001 Turit Fröbe

Ab 17. August - 20. Dezember, 08:00 - 22:00 Uhr

1 Termin

gebührenfrei, Start: Jederzeit

Teilnahmegebühr € 35,00

Dieser Kurs findet online statt.



**Neu Einführung in die Flanerie.****Sensibilisierung für die gebaute Umwelt III**

Charles Baudelaire, Charles Dickens, Walter Benjamin und viele andere Literaten waren Flaneure. Sie durchstreiften Paris, London und Berlin und beschrieben, was ihnen vor die Nase kam. Dabei bewegten sie sich nach eigenen "Spielregeln" durch die gebaute Umwelt. Im Selbstlernkurs werden die Teilnehmenden in die 250-jährige Geschichte der Flanerie eingeführt und lernen von den großen Flaneuren der Vergangenheit, die Stadt zu "erzählen". Sie erproben Spaziergänge, die garantiert nicht zum Ziel führen - dafür aber den Blick schärfen und die Wahrnehmung der gebauten Umwelt nachhaltig verändern. Teilnahmegebühr: 35,00 €. Kursumfang: Video- und Audiomaterial: ca. 120 Minuten. Start: jederzeit. Kooperationspartnerin: BBO Baukulturelle Bildung.online GmbH Weitere Informationen: [www.baukulturelle-bildung.online](http://www.baukulturelle-bildung.online) und [www.die-stadt-denkeri.de](http://www.die-stadt-denkeri.de).

■ **Nr. A20002** Turit Fröbe

Ab 17. August, Montag, 08:00 - 22:00 Uhr

1 Termin

gebührenfrei, Start: Jederzeit

Teilnahmegebühr € 35,00

Dieser Kurs findet online statt.



Weitere Informationen: [www.die-stadt-denkeri.de](http://www.die-stadt-denkeri.de); Social Media: Turit Fröbe auf LinkedIn, Facebook, Instagram. **Anmeldung und Zugangsdaten c/o vhs Gießen.**

**Neu Onlinekurs (Zoom): "Innenarchitektur als Kunstform - Wir erstellen ein individuelles Einrichtungskonzept"**

In diesem Kurs lernen Sie, Ihre Räume wie ein Profi zu gestalten. Sie entdecken Faszinierendes aus der Kunst- und Designgeschichte, der Architektur und lernen bedeutende Architekt\*innen kennen. Nach und nach erarbeiten Sie Ihr eigenes Einrichtungs-Konzept. Praktische Fähigkeiten wie das Ausmessen von Räumen, das Zeichnen von Grundrissen sowie die Auswahl von Farben, Formen, Materialien und Beleuchtung werden vermittelt. Sie lernen digitale und analoge Tools kennen, um Ihr Konzept zum Leben zu erwecken. Weitere Infos: <https://www.franziskaschlecht.de>. Bitte halten Sie Fotos des Raumes, den sie umgestalten möchten, bereit. Außerdem: Meterstab, Zeichenutensilien, einen inspirierenden Gegenstand, ein Möbel-Foto, ggf. Ihren Pinterest-Account und vorhandene Grundrisse. Wichtig ist ein internetfähiges Endgerät (PC, Tablet) mit Internetbrowser (kein Smartphone).

■ **Nr. A20010** Franziska Schlecht

01. Oktober, donnerstags, 19:00 - 20:30 Uhr

8 Unterrichtsstunden, 4 Termine

€ 55,00 (keine Ermäßigung)

Dieser Kurs findet über Zoom statt.

An-/Abmeldeschluss: Mittwoch, 30. September

Bitte benutzen Sie bei Kursanmeldungen die  
vordruckten Anmeldekarten aus dem Anhang.  
(Ab Seite 79)

**Literatur****The English Book Club**

Sie sind interessiert an Literatur? Gleichzeitig möchten Sie gerne Ihr Englisch verbessern oder auffrischen, ohne dabei an Zertifikate oder theoretische Lektionen zu denken? Dann ist dies vielleicht die passende Gelegenheit - ob Klassiker, neu erschienene Werke oder auch mal ein Theaterstück, gemeinsam werden wir über den Zeitraum eines Halbjahres uns mit englischsprachiger Literatur beschäftigen. Nicht nur mit deren Inhalt, sondern auch gezielt mit der Sprache. Die Unterrichtseinheiten finden überwiegend in Englisch statt, um Konversation und freies Sprechen zu üben. Eigene Wünsche und Ideen sind im Kurs gerne willkommen, auch der Besuch einer englischsprachigen Theateraufführung mit vorheriger Betrachtung des Textes sowie Nachbearbeitung unter Einbeziehung des Produktionsteams ist möglich. Max. 20 Teilnehmer\*innen. Vor Kursbeginn wird der erste Buchtitel, mit dem wir uns befassen werden, über die Website der vhs mitgeteilt. Kurstermine: 19.08., 02.09., 16.09., 30.09., 21.10., 04.11., 18.11., 02.12.2026

■ **Nr. A20100** Martin Koob

19. August, mittwochs, 19:00 - 20:30 Uhr

16 Unterrichtsstunden, 8 Termine

€ 49,70 (ermäßigt € 40,60) pro Teilnehmer\*in

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Besprechungsraum

**Lesekreis zu Kaffee oder Tee: Streifzüge durch die Literatur - Romane modern interpretiert**

In der ersten Sitzung beschäftigen wir uns mit dem Roman "Radetzky Marsch" von Joseph Roth. Die Lektüre der darauffolgenden Sitzungen - im Abstand von vier Wochen - ergibt sich aus Ihren Vorschlägen. Gelesen werden die Romane vor Kursbeginn. Die Kursgebühr beinhaltet für Nicht-Mitglieder der Stadtbibliothek die kostenlose Ausstellung eines Leseausweises. Max. 22 Teilnehmer\*innen. Kurstermine: 21.09./ 19. 10./16. 11./14.12.2026.

- **Nr. A20110** Frauke Iizerott  
21. September, montags, 18:30 - 21:00 Uhr  
12 Unterrichtsstunden, 4 Termine  
€ 42,60 (ermäßigt € 34,80) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 63,60 (ermäßigt € 51,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Stadtbibliothek Gießen, Berliner Platz 1, 35390 Gießen  
An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 13. September

### Neu Wege zur Literatur:

#### Lesen rund um das Thema „Räume“

Schauplätze bestimmen das literarische Geschehen und das Schicksal der Charaktere. Denn soziale Räume wie Hotels als Durchgangsorte, Schiff, Zirkus, Jahrmart, Krankenhaus oder gar Gefängnis unterliegen ihren eigenen Gesetzen. Und selbst in der Hölle menschelt es! Krank? Ein Zirkusdirektor besteht darauf, dass sein bester Kraftathlet den Ringkampf dennoch bestreitet - das Publikum fordert sonst sein Geld zurück. Eine Liebesbeziehung zwischen Patient und Krankenschwester ist auf der Station streng verboten. Im Verborgenen sprießt Unerwartetes. Auf dem Jahrmart herrschen andere Regeln als in der Kaserne. Wird der Soldat rechtzeitig zum Zapfenstreich zurück sein? Wir werden literarische Akteure dabei begleiten, wie sie sich in solchen Räumen bewegen. In den Kurgeländen ist eine Kopierpauschale von € 2,00 enthalten. Max. 15 Teilnehmer\*innen.

- **Nr. A20120** Katrin Lange  
16. September, mittwochs, 18:30 - 20:00 Uhr  
(nicht am 7.10. und 14.10.)  
20 Unterrichtsstunden, 10 Termine  
€ 73,00 (ermäßigt € 60,00) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 108,00 (ermäßigt € 88,00) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Wieseck"  
(barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 06. September

### Neu KREATIVES SCHREIBEN – Kurzgeschichten schreiben

An diesem Wochenende lernen Sie wesentliche Elemente einer Kurzgeschichte kennen. Sie erproben diese Elemente im Entwickeln Ihrer eigenen Kurzgeschichte: Charakterisierung einer Hauptfigur, Entwicklung eines Erzählplots, Aufbau von Spannung, Wahl der Erzählperspektive. Am Ende halten Sie Ihre Kurzgeschichte in den Händen. Min./Max. 5/15 Teilnehmer\*innen. Kurszeiten: Freitag, 16:00 - 20:00 Uhr; Samstag, 10:00 - 16:00 Uhr.

- **Nr. A20200** Angela Schmidt-Bernhardt  
20. und 21. November, Freitag und Samstag,  
13 Unterrichtsstunden, 2 Termine  
€ 46,20 (ermäßigt € 37,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 68,90 (ermäßigt € 55,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 88,40 (ermäßigt € 71,50) bei 5 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Vetzberg"  
An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 15. November

#### Schon gewusst?

Inhaber\*innen des Gießen-Passes erhalten eine Ermäßigung von 50 % auf die Kursgebühr.

## Philosophie

### Neu Ethik des Glücks und der Freundschaft

Das Glück ist das höchste Gut des Menschen - aber worin besteht ein glückliches Leben? Und wie wird man ein guter Mensch? In der zehnten Bücher umfassenden Nikomachischen Ethik grenzt Aristoteles Tugenden von Leidenschaften und von tadelnswerten Charaktereigenschaften ab, untersucht die Bedeutung von Werten wie der Freundschaft und gibt gewissermaßen einen Leitfadens für ein gutes, tugendhaftes und glückliches Leben. Die Nikomachische Ethik gilt völlig zu Recht als ein Hauptwerk der westlichen Ethik und wird bis heute mit am häufigsten diskutiert. Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Wir benötigen für den Kurs: Aristoteles: Nikomachische Ethik. Hg. u. übers. v. Krapinger, G. Reclam ISBN: 978-3-15-019448-5, 10,00 €.

- **Nr. A10800** Dr. phil. Manfred Klein  
24. August, montags, 19:30 - 21:00 Uhr  
(nicht am 05.10. und 12.10.)  
20 Unterrichtsstunden, 10 Termine  
€ 71,00 (ermäßigt € 58,00) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 106,00 (ermäßigt € 86,00) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 136,00 (ermäßigt € 110,00) bei 5 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, Raum 2



### Neu Friedrich Nietzsche: Philosophie des Ja-Sagens

Die "Fröhliche Wissenschaft" nimmt eine besondere Stellung im Werk des Philosophen ein, denn sie ist Höhepunkt und Überleitung in sein Spätwerk. Sie enthält eine Vereinigung von "tragischem Wissen und überlegener Heiterkeit", enthält viele Grundgedanken seines Denkens und lehrt die Kunst des Lebens als fröhliche Wissenschaft. Gleichzeitig zeigt das Buch die Gelassenheit des Erkennens bis hin zur Erfahrung des Ganzen im Möglichen, eine Sache freier Geister. Nietzsche behandelt Philosophie, Wissenschaft, Kunst und Religion in einem Ton von Heiterkeit und Übermut. - Dabei zeigt er einen unerschöpflichen Gedankenreichtum. Wir werden das Buch gemeinsam lesen und diskutieren. Vorkenntnisse sind

nicht erforderlich. Textgrundlage: Friedrich Nietzsche, Die fröhliche Wissenschaft, Reclam 8,00€, oder andere Ausgabe. Wir empfehlen das Buch antiquarisch zu erwerben.

- **Nr. A10801** Dr. phil. Manfred Klein  
08. September, dienstags, 15:30 - 17:00 Uhr  
(nicht am 06.10. und 13.10.)  
20 Unterrichtsstunden, 10 Termine  
€ 71,00 (ermäßigt € 58,00) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 106,00 (ermäßigt € 86,00) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 136,00 (ermäßigt € 110,00) bei 5 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Vetzberg"

## Malen, Zeichnen, kreatives Gestalten

### Neu Praxiskurs: Grundlagen der farbigen Zeichnung (Bleistift, Farbstift, Kreide, Aquarell)

Mit einfachen Übungen und Hilfsmitteln wird Zeichnen geübt und es werden farbige Techniken ausprobiert. Zur ersten Stunde bitte Zeichenblock und Bleistifte (3B, 6B) mitbringen, evtl. Bildvorlagen. Weiteres Material wird besprochen.

- **Nr. A20700** Mechthild Kersken  
23. September, mittwochs, 14:30 - 17:00 Uhr  
16 Unterrichtsstunden, 5 Termine  
€ 56,80 (ermäßigt € 46,40) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 84,80 (ermäßigt € 68,80) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Atelier"  
(barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 17. September

### Freie Malerei

Die Teilnehmer\*innen bringen die Materialien und Farben mit, mit denen sie arbeiten möchten. (...) Gemalt und gezeichnet werden kann auf Papier verschiedenster Qualität. (...) Es werden keine Themen vorgegeben; die Teilnehmer\*innen entwickeln von Anfang an ihre Ideen selbst, zusammen mit den Materialien ihrer Wahl - abstrakt, gegenständlich oder beides. (...) Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Alle Infos unter: [www.vhs-giessen.de](http://www.vhs-giessen.de). Max. 10 Teilnehmer\*innen.

- **Nr. A20710** Daniel Horvat  
19. August, mittwochs, 18:00 - 20:30 Uhr  
21 Unterrichtsstunden, 7 Termine  
€ 74,60 (ermäßigt € 60,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 111,30 (ermäßigt € 90,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Atelier"  
(barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 13. August
- **Nr. A20711** Daniel Horvat  
21. Oktober, mittwochs, 18:00 - 20:30 Uhr  
27 Unterrichtsstunden, 9 Termine  
€ 95,90 (ermäßigt € 78,30) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 143,10 (ermäßigt € 116,10) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Atelier"  
(barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 15. Oktober

### Neu Kohlezeichnung – Technik & Ausdruck.

#### Zielgruppe: Erwachsene

Kohle ist ein flexibles und kraftvolles Zeichenmaterial, das vielfältige Ausdrucksmöglichkeiten bietet. In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden, mit Kohle zu arbeiten und ihre zeichnerischen Fähigkeiten gezielt weiterzuentwickeln. Wir beschäftigen uns mit unterschiedlichen Motiven wie Stillleben, Porträts, Figuren und Landschaften. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf Proportionen sowie dem naturalistischen Zeichnen. Auch für Teilnehmende, die nicht primär naturalistisch arbeiten möchten, sind diese Grundlagen sehr hilfreich und unterstützen die persönliche zeichnerische Entwicklung nachhaltig. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Kurs richtet sich an alle, die ihre zeichnerischen Grundlagen aufbauen oder vertiefen möchten. Bitte bringen Sie mit: Weiche Zeichenkohle, Canson-Zeichenpapier oder block DIN A4 oder 3, Knetgummiradierer, zwei Borstenpinsel (1 cm und 2 cm Breite), Klebeband oder Klammern zur Befestigung des Papiers. Eine Beratung zum Materialeinkauf kann bei Bedarf in der ersten Kursstunde erfolgen. Min. 4, max. 8 Teilnehmende.

- **Nr. A20720** Faezeh Alavidamanabi  
22. Oktober, donnerstags, 18:00 - 20:15 Uhr  
15 Unterrichtsstunden, 5 Termine  
€ 79,50 (ermäßigt € 64,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 102,00 (ermäßigt € 82,50) bei 5 Teilnehmer\*innen  
€ 126,40 (ermäßigt € 102,00) bei 4 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, Raum 5  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 15. Oktober
- **Nr. A20721** Faezeh Alavidamanabi  
26. November, donnerstags, 18:00 - 20:15 Uhr  
12 Unterrichtsstunden, 4 Termine  
€ 63,60 (ermäßigt € 51,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 81,60 (ermäßigt € 66,00) bei 5 Teilnehmer\*innen  
€ 101,10 (ermäßigt € 81,60) bei 4 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, Raum 5  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 19. November



## Neu Vormittags-Kurs „Experimentelles und Intuitives Malen“

In diesem Kurs gehen wir über die Grenzen des gewöhnlichen, ergebnisorientierten Malens hinaus und nutzen das als Weg zu einer stärkeren Verbundenheit mit uns selbst und zur Förderung der eigenen Schöpferkraft und kreativen Freiheit. Die Sitzungen bestehen aus auflockernden Übungen, experimentellen Aufgaben und Phasen des freien Malens. Die Inputs aus den Übungen können frei verarbeitet und anschließend reflektiert werden. Künstlerische Vorerfahrungen sind für die Teilnahme nicht relevant. Bitte mitbringen: Malschürze/Hemd. Die Grundausrüstung aus Acrylfarben, Papier und Malpinseln wird der Gruppe zur Verfügung gestellt und für ca. 20,00 Euro mit der Kursleiterin direkt abgerechnet werden. Max. 9 Teilnehmer\*innen.

- **Nr. A20730** Alexandra Chernova  
22. Oktober, donnerstags, 09:00 - 11:45 Uhr  
15 Unterrichtsstunden, 5 Termine  
€ 53,30 (ermäßigt € 43,50) bei 9 Teilnehmer\*innen  
€ 79,50 (ermäßigt € 64,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 102,00 (ermäßigt € 82,50) bei 5 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Atelier"  
(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Montag, 19. Oktober



## Monotypie

Monotypie (Monoprinting) ist eine Drucktechnik, die einen breiten Raum für das Experimentieren eröffnet. Das Hauptprinzip: Es wird von einer glatten, mit Farbe bemalten Oberfläche per Hand gedruckt. Wir werden unterschiedliche Ansätze und Schwierigkeitsgrade ausprobieren und somit verschiedene Ästhetiken erzeugen. Bitte mitbringen: Malschürze/Hemd. Die Grundausrüstung aus Linoldruckfaben, Papier und weiteren Utensilien werden der Gruppe zur Verfügung gestellt und für ca. 15,00 Euro mit der Kursleiterin direkt abgerechnet. Min. 5/max. 9 Teilnehmer\*innen.

- **Nr. A20740** Alexandra Chernova  
04. September, freitags, 15:30 - 18:30 Uhr (nicht am 17.09.)  
12 Unterrichtsstunden, 3 Termine  
€ 42,60 (ermäßigt € 34,80) bei 9 Teilnehmer\*innen  
€ 63,60 (ermäßigt € 51,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 81,60 (ermäßigt € 66,00) bei 5 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Atelier"  
(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 30. August

## Malen in Acryl, Öl oder Aquarell - und Zeichnen

Wie unterscheiden sich diese Techniken? Welche Vor- und Nachteile ergeben sich aus der Anwendung? In diesem Kurs werden malerische Fertigkeiten und Grundkenntnisse vermittelt. Bereits das Motiv kann richtungsentscheidend sein. Auch lassen sich alle Techniken spielerisch miteinander kombinieren. Als Bildideen können Sie gerne Fotos oder Zeichnungen mitbringen. Die angebotenen Techniken finden Anwendung in einfachen Kompositionen, Stilleben, fantasiebezogenen Themen und in der Landschaftsmalerei. Gemalt wird auf Büttenpapier oder Leinwand. Die Motive nehmen Rücksicht auf Anfänger\*innen bzw. Fortgeschrittene. An den ersten beiden Terminen werden (bei freier Auswahl) Farben gestellt. Die Materialkosten werden im Kurs eingesammelt. Bitte nur bereits vorhandenes Material zu Kursbeginn mitbringen. Materialinformationen erhalten Sie am ersten Kursabend. Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende pro Kurs.

- 27 Unterrichtsstunden, 9 Termine  
€ 117,00 (ermäßigt € 95,20) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 175,00 (ermäßigt € 142,00) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
+ Materialkosten von € 1,30 € pro Termin werden im Kurs eingesammelt  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Atelier"  
(barrierefreier Zugang)

- **Nr. A20751** Gerhard Sprey  
19. Oktober, montags, 13:30 - 15:45 Uhr
- **Nr. A20752** Gerhard Sprey  
19. Oktober, montags, 15:45 - 18:00 Uhr
- **Nr. A20753** Gerhard Sprey  
19. Oktober, montags, 18:00 - 20:15 Uhr
- **Nr. A20754** Gerhard Sprey  
20. Oktober, dienstags, 14:45 - 17:00 Uhr
- **Nr. A20755** Gerhard Sprey  
20. Oktober, dienstags, 17:00 - 19:15 Uhr
- **Nr. A20756** Gerhard Sprey  
20. Oktober, dienstags, 19:15 - 21:30 Uhr
- **Nr. A20757** Gerhard Sprey  
22. Oktober, donnerstags, 17:00 - 19:15 Uhr
- **Nr. A20758** Gerhard Sprey  
22. Oktober, donnerstags, 19:15 - 21:30 Uhr

## Freies Atelier

Das Freie Atelier eröffnet Ihnen die Möglichkeit, für mehrere Tage - intensiv begleitet - an einem Stück zu arbeiten. Damit ist eine gute Grundlage geschaffen, um Ihre persönlichen und inhaltlichen Themenstellungen zu entwickeln und individuelle Bildideen zu verwirklichen. Bitte bringen Sie die von Ihnen bevorzugten Zeichen- und Malmaterialien und eine Malunterlage mit. Max. 6 Teilnehmer\*innen. Kurszeiten: Freitag, 13:00 - 19:00 Uhr, Samstag, 9:00 - 19:00 Uhr, Sonntag, 9:00 - 13:30 Uhr

- **Nr. A20770** Heike Blumentritt  
30. Oktober - 01. November, Freitag bis Sonntag,  
26 Unterrichtsstunden, 3 Termine  
€ 137,80 (ermäßigt € 111,80) bei 6 Teilnehmer\*innen  
€ 176,80 (ermäßigt € 143,00) bei 5 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Atelier"  
(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 25. Oktober

## Handlettering

Handlettering oder die Kunst des schönen Schreibens ist der Überbegriff für den Bereich der gezeichneten und gemalten Buchstaben. Ob schöne Kreidetafeln, ausgefallene Grußkarten oder Deko-Bilder mit schön gestalteten Sprüchen: Würden Sie auch gerne solche kleinen Kunstwerke gestalten? Ein weicher Bleistift und Pinselfilzstifte können mitgebracht oder bei der Kursleiterin erworben werden. Es entstehen Materialkosten von ca. € 5,00, die direkt bei der Kursleiterin bezahlt werden. Mehr Infos unter: [www.vhs-giessen.de](http://www.vhs-giessen.de). Max. 9 Teilnehmer\*innen.

- **Nr. A20780** Anja Petry  
05. und 12. November, donnerstags, 18:00 - 21:00 Uhr  
8 Unterrichtsstunden, 2 Termine  
€ 28,40 (ermäßigt € 23,20) bei 9 Teilnehmer\*innen  
€ 42,40 (ermäßigt € 34,40) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Wieseck"  
(barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 29. Oktober



## Kreative Karten mit Lettering gestalten. Kunstvolle Schrift für jeden Anlass mit der Technik Lettering (Faux-Kalligraphie)

Gestalten Sie effektvolle Grußkarten und lernen Sie die Kunst der "Faux-Kalligraphie" kennen! In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie mit einfachen Materialien den Kalligraphie-Effekt selbst erzielen können - ganz ohne teure Spezialstifte. Kreative Schriftelemente und einfache Verzierungen machen Ihre Karten zu einzigartigen Kunstwerken. Der Kurs wird immer an die Saison und Feiertage angepasst, sodass Ihre Karten immer zum Anlass passen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Es entstehen Materialkosten von ca. € 5,00, die direkt bei der Kursleiterin bezahlt werden. Max. 12 Teilnehmer\*innen.

- 4 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 21,20 (keine Ermäßigung) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 29,70 (keine Ermäßigung) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Wieseck"  
(barrierefreier Zugang)
- **Nr. A20784** Victoria Stratmann  
10. November, Dienstag, 18:00 - 21:00 Uhr  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 02. November

- **Nr. A20785** Victoria Stratmann  
01. Dezember, Dienstag, 18:00 - 21:00 Uhr  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 23. November

## (Kunst-) Handwerkliches Gestalten

### Töpfern

Dieser Kurs eröffnet Ihnen einen ersten Einstieg in die Welt des Töpfern und gibt Ihnen die Möglichkeit, Ihr eigenes Werk zu kreieren. Lassen Sie sich von dem wunderbar formbaren und plastischen Material Ton inspirieren. Ganz nach Wunsch entstehen so Kugeln, Schalen, Gefäße, Tierplastiken usw. Zur Umsetzung Ihrer Ideen erhalten Sie Anleitung und Unterstützung. Beim zweiten Termin werden die getöpfernten Formen glasiert und anschließend nochmals gebrannt. Max. 8 Teilnehmer\*innen. Die Materialpauschale von 4,00 €/pro Person wird bei der Kursleiterin entrichtet. Kurszeiten: 1. Termin von 18:00 - 21:00 Uhr (Töpfern) und 2. Termin von 18:00 - 20:30 Uhr (Glazieren).

- **Nr. A21010** Ulrike Johannsen  
15. September und 20. Oktober, dienstags,  
7 Unterrichtsstunden, 2 Termine  
€ 57,10 (keine Ermäßigung) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Töpferwerkstatt im Jugendzentrum Jokus, 35390 Gießen,  
Ostanlage 25a. An-/Abmeldeschluss: Dienstag, 08. September

## Fotografie

### Architekturfotografie und "Blaue Stunde" in Frankfurt

Der Fotoworkshop richtet sich an Fotografie-Interessierte, Hobbyfotografen, Fotografie-Anfänger\*innen und Fortgeschrittene, die die Möglichkeiten der digitalen Architekturfotografie erkunden wollen. Kamera-Einstellungen, Standort und Perspektive werden technisch und gestalterisch erläutert und gemeinsam besprochen. Bitte digitale Kamera mit vollem Akku und ein Stativ mitbringen. Ein Weitwinkelobjektiv ist von Vorteil. Für den Workshop ist bequemes Schuhwerk und der Witterung entsprechende Kleidung hilfreich. Für die Zugfahrt nach Frankfurt fallen eventuell zusätzlich Fahrtkosten an. Max. 12 Teilnehmende.

#### Kursbeginn/1. Termin:

23.10.2026, Freitag, 19:00 - 21:00 Uhr Vorbesprechung und Einführung in vhs Gießen.

#### 2. Termin:

24.10.2026, Samstag, 14:00 Uhr - 22:00 Uhr, unterwegs in Frankfurt. Die Stadt bietet eine Vielzahl an interessanten Motiven im Bereich Architektur, die es zu entdecken gilt. Am frühen Abend werfen wir einen Blick auf die Skyline der Stadt in der "Blauen Stunde".

#### 3. Termin/Kursende:

27.10.2026, Dienstag, 19:00 - 21:30 Uhr Nachbesprechung, Erfahrungsaustausch und gemeinsame Bildanalyse.

#### ■ **Nr. A21100** Rolf K. Wegst

23. - 27. Oktober, Freitag bis Dienstag  
16 Unterrichtsstunden, 3 Termine  
€ 56,80 (ermäßigt € 46,40) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 84,80 (ermäßigt € 68,80) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Wieseck"  
(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 18. Oktober

## Einstiegskurs digitale Fotografie. Wochenendkurs

Moderne Spiegelreflex- und Systemkameras erschlagen viele "User" mit einer unendlichen Vielzahl von Knöpfen und Einstellmöglichkeiten. Dahinter verbirgt sich ein durchaus einfaches System, das jeder verstehen kann. In diesem Einstiegskurs mit eigener Kamera geht es neben der Vermittlung des theoretischen Basiswissens um die technischen Grundlagen, die Funktion und Bedienung der Kamera und um die praktische Umsetzung. Erklärt wird das Zusammenwirken von Zeit, Blende und ISO, die Vermittlung von Grundkenntnissen in Bildgestaltung und Bildaufbau und Basiswissen rund um das Thema Fotografie. Max. 14 Teilnehmer\*innen.

- **Nr. A21101** Rolf K. Wegst  
14. und 15. November, Samstag, 10:00 - 17:00 Uhr  
Sonntag, 10:00 - 13:00 Uhr  
12 Unterrichtsstunden, 2 Termine  
€ 42,60 (ermäßigt € 34,80) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 63,60 (ermäßigt € 51,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*in/innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Wieseck"  
(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 08. November



## Faszination Porträtfotografie – Wie macht man "Das" Porträt?

### Wochenendkurs

In diesem Kurs, der unter der Leitung eines professionellen Fotografen stattfindet, lernen Sie, wie ausdrucksstarke Porträtfotos zustande kommen. Vorkenntnisse in der digitalen Fotografie sollten vorhanden sein! Bitte eine digitale Spiegel-Reflexkamera oder Systemkamera mit vollem Akku sowie ein Ladegerät und - wenn vorhanden - einen Laptop mitbringen. Bitte auf wettertaugliche Kleidung achten, da wir auch im Freien fotografieren. Max. 10 Teilnehmer\*innen.

- **Nr. A21102** Rolf K. Wegst  
28. und 29. November, Samstag und Sonntag, 10:00 - 17:00 Uhr  
16 Unterrichtsstunden, 2 Termine  
€ 56,80 (ermäßigt € 46,40) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 84,80 (ermäßigt € 68,80) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Vetzberg"  
An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 22. November

## Textiles Gestalten

### Informationen zu unseren Nähkursen

Bitte teilen Sie uns bei Ihrer Anmeldung mit, ob Sie eine Leihmaschine benötigen oder Ihre eigene Nähmaschine mitbringen können. Im Kursraum sind 5 Nähmaschinen und verschiedene Nähmaterialien, Fach-Bücher, Modehefte mit Schnittmustern und Anregungen zum Ausprobieren vorhanden. Bei Anmeldung bekommen Sie in der Stoff- und Kurzwarenabteilung bei Karstadt und in Gießener Stoffgeschäften 10% Rabatt.

**Zu den Kursen bringen Sie bitte selbst mit:** Stoff, Schere für Stoff und Papier, Stecknadeln, Nähmaschinenadeln - in Nadelstärken (70-100) sortiert, Nähgarn für die Näharbeit, Maßband und Handmaß, Kreide und/oder Marker, Notizblock und Stift.

### Kreatives Nähen für Fortgeschrittene. Werde kreativ, entwirf deine Mode selbst: Nähen mit Erfolg und Freude.

Der Kurs beginnt mit einem Einführungsabend, an dem notwendige theoretische und praktische Themen besprochen werden. Es fallen Kosten in Höhe von € 3,00 für Kopien und Material an, die direkt mit der Kursleiterin zu verrechnen sind. Max. 10 Teilnehmer\*innen. Alle Informationen zum Kurs: [www.vhs-giessen.de](http://www.vhs-giessen.de)

- **Nr. A20900** Dorothea Landgraf  
31. August, montags, 18:00 - 20:15 Uhr  
(nicht am 05.10. und 12.10.)  
18 Unterrichtsstunden, 6 Termine  
€ 63,90 (ermäßigt € 52,20) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 95,40 (ermäßigt € 77,40) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, Raum 5  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 27. August
- **Nr. A20901** Dorothea Landgraf  
26. Oktober, montags, 18:00 - 20:15 Uhr  
24 Unterrichtsstunden, 8 Termine  
€ 85,20 (ermäßigt € 69,60) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 127,20 (ermäßigt € 103,20) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, Raum 5  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 22. Oktober

### Kreatives Nähen für Anfänger\*innen. Werde kreativ, entwirf deine Mode selbst: Nähen mit Erfolg und Freude.

- **Nr. A20902** Dorothea Landgraf  
02. September, mittwochs, 18:00 - 20:15 Uhr  
12 Unterrichtsstunden, 4 Termine  
€ 42,60 (ermäßigt € 34,80) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 63,60 (ermäßigt € 51,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, Raum 5  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 27. August

## „Mutter und Kind“ Nähkurs

Dieser Nähkurs ist für Mütter, Väter, Omas und Tanten die mit (ihren) Kindern (ab 7 Jahren) gemeinsam nähen möchten. Nähanfänger\*innen wie Näherfahrene sind im Kurs willkommen! Zunächst werden wir die Nähmaschine kennenlernen und ein Gefühl für das Nähen entwickeln. Anschließend nähen wir verschiedene Alltagsgegenstände wie Kissen, Taschen, Mäppchen, einen einfachen Rock, ein Kleid oder Dinge nach Ihren Ideen und Wünschen. Herzlich willkommen in meinem Kurs! Der Kurs beginnt mit einem Einführungsabend, an dem notwendige theoretische und praktische Themen besprochen werden. Es fallen Kosten in Höhe von € 3,00 für Kopien und Material an, die direkt mit der Kursleiterin zu verrechnen sind. Max. 10 Teilnehmer\*innen.

### ■ Nr. A20904 Dorothea Landgraf

01. September, dienstags, 17:00 - 19:15 Uhr  
(nicht am 06.10. und 13.10.)

18 Unterrichtsstunden, 6 Termine

€ 63,90 (ermäßigt € 52,20) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 95,40 (ermäßigt € 77,40) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),

Südanlage 3 A, Raum 5

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 20. August

### ■ Nr. A20905 Dorothea Landgraf

27. Oktober, dienstags, 17:00 - 19:15 Uhr

24 Unterrichtsstunden, 8 Termine

€ 85,20 (ermäßigt € 69,60) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 127,20 (ermäßigt € 103,20) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),

Südanlage 3 A, Raum 5

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 22. Oktober



## Neu Häkeln für Anfänger\*innen

In diesem Häkelkurs dreht sich alles um Kreativität, Entspannung und eigene kleine Projekte, die ganz viel Freude bringen. Der Kurs richtet sich an Anfänger\*innen und alle, die ihre Grundlagen auffrischen oder neue Techniken kennenlernen möchten. Gemeinsam lernen wir die wichtigsten Grundlagen, probieren verschiedene Muster aus und setzen kleine

kreative Projekte um. Dabei können niedliche Amigurumi-Plüschtiere sowie praktische Utensilien und dekorative Artikel entstehen. In entspannter Atmosphäre entwickelt sich so aus ein paar Fäden etwas ganz Eigenes - und vielleicht sogar ein neues Lieblingshobby. Siehe auch: Instagram: mymelodycrochet. Min. 5, max. 9 Teilnehmer\*innen.

### ■ Nr. A20910 Melody Scholz

08. September, dienstags, 18:00 - 19:30 Uhr

8 Unterrichtsstunden, 4 Termine

€ 28,40 (ermäßigt € 23,20) bei 9 Teilnehmer\*innen

€ 42,40 (ermäßigt € 34,40) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

€ 54,40 (ermäßigt € 44,00) bei 5 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Besprechungsraum

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 03. September

## Musikgeschichte

### Exkursion zum Bachhaus Eisenach - nicht nur für Musikliebhaber\*innen

1907 eröffnete die Neue Bachgesellschaft das Bachhaus in Eisenach - das erste Museum seiner Art. Es erlebte in seiner Geschichte zahlreiche gesellschaftliche Veränderungen und wurde auch in DDR-Zeiten besonders goutiert. Heute ist es eines der größten Musikmuseen in Deutschland mit über 300 originalen Exponaten auf 600 qm. Es besteht aus einem historischen Gebäudeteil mit Instrumenten aus der Bach-Zeit, die bei jeder Führung angespielt werden. Im angrenzenden Neubau finden sich Multimedia-Installationen sowie zahlreiche Exponate, die mit Audioguides erläutert werden. Auch können Besucher\*innen in Kugeln schweben, was das Gefühl vermittelt, mit Bachs Musik zwischen Himmel und Erde allein zu sein. Alles in allem ist der Besuch des Bachhauses also nicht nur informativ, sondern auch außerordentlich erlebnisreich. Der Eintritt von 14,50 € ist nicht in den Kursgebühren enthalten und wird vor Ort entrichtet. Fahrt mit Kleinbus. Min. 4/max. 6 Teilnehmer\*innen.

Ablaufplan: Treffpunkt zur Einführung um 9:30 Uhr in der vhs, Fröbelstraße 65, Raum "Botanik" (barrierefrei). Abfahrt um ca. 10:15 Uhr. Ankunft Eisenach: ca. 12:15 Uhr. Aufenthalt im Bachmuseum 2 bis 4 Stunden. Optional: Einkehrmöglichkeit zum Essen in Eisenach. Rückkehr in Gießen zwischen 19:00 und 20:00 Uhr.

### ■ Nr. A21200 Burkhard Muth

27. September, Sonntag, 09:30 - 19:30 Uhr

1 Termin

€ 45,00 (keine Ermäßigung)

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik

(barrierefreier Zugang)

An-/Abmeldeschluss: Montag, 21. September

## Rhythmus, Musik und Stimme

### Westafrikanisches Trommeln für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene

#### Djembe/Congas/Canjóns-Trommelkurs mit Amadabo Diallo aus dem Senegal

Der Kurs ist für Einsteiger\*innen ohne Vorkenntnisse und Fortgeschrittene mit Trommel-Erfahrung geeignet. Wer eine Djembe/Conga/Canjón hat,

kann diese gerne mitbringen. Ansonsten können auch Trommeln gegen eine Gebühr von € 12,00 beim Kursleiter direkt ausgeliehen werden. Bitte beachten Sie: "Trommelausleihwunsch" bitte unbedingt bei der Anmeldung angeben! Mehr Infos unter: [www.vhs-giessen.de](http://www.vhs-giessen.de)

■ **Nr. A21300** Amadabo Diallo

06. September, sonntags 14:00 - 17:00 Uhr (nicht am 20.09.)

12 Unterrichtsstunden, 3 Termine

€ 43,60 (ermäßigt € 35,80) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 64,60 (ermäßigt € 52,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik  
(barrierefreier Zugang)

An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 30. August

### Ukulelekurs für leicht Fortgeschrittene

Die Ukulele ist ein viersaitiges Instrument und lässt sich daher etwas leichter spielen als eine Gitarre. Mein Kurs richtet sich an leicht fortgeschrittene Anfänger\*innen. Sie werden einfache Lieder und Spieltechniken, das Melodiespiel und die Akkordbegleitung erlernen. Bitte bringen Sie zum Kurs eine Ukulele mit - und, falls vorhanden, ein Stimmgerät. Kopierkosten von 2,00 € sind in der Kursgebühr enthalten.

■ **Nr. A21310** Bertram Hinz

19. August, mittwochs, 18:00 - 19:30 Uhr

12 Unterrichtsstunden, 6 Termine

€ 45,60 (ermäßigt € 37,80) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 66,60 (ermäßigt € 54,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Vetzberg"

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 13. August

■ **Nr. A21311** Bertram Hinz

21. Oktober, mittwochs, 18:00 - 19:30 Uhr

16 Unterrichtsstunden, 8 Termine

€ 59,80 (ermäßigt € 49,40) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 87,80 (ermäßigt € 71,80) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Vetzberg"

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 15. Oktober

### Ukulelekurs für Fortgeschrittene

Der Kurs "Ukulele für Fortgeschrittene" richtet sich an alle Teilnehmer\*innen des Kurses "Ukulele für Anfänger\*innen" und an Ukulelespieler\*innen mit Vorkenntnissen und Menschen, die schon Gitarre spielen können. In dem Kurs sollen neue Rhythmen erlernt und das Akkord-Repertoire erweitert werden. Benötigt werden eine Ukulele und ein Stimmgerät. Kopierkosten von 2,00 € sind in der Kursgebühr enthalten.

■ **Nr. A21312** Bertram Hinz

19. August, mittwochs, 19:45 - 21:15 Uhr

12 Unterrichtsstunden, 6 Termine

€ 45,60 (ermäßigt € 37,80) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 66,60 (ermäßigt € 54,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Vetzberg"

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 13. August

■ **Nr. A21313** Bertram Hinz

21. Oktober, mittwochs, 19:45 - 21:15 Uhr

16 Unterrichtsstunden, 8 Termine

€ 59,80 (ermäßigt € 49,40) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 87,80 (ermäßigt € 71,80) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Vetzberg"

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 15. Oktober

### Mundharmonika-/Blues-Harp-Wochenendkurs für Anfänger\*innen

Mit keinem anderen Instrument können Sie so einfach an jedem Ort und in jeder Situation Musik machen. Das häufig unterschätzte "Hosentaschensaxophon" bietet die Möglichkeit, von einfachen Melodien bis zum Blues alles zu spielen. Schon nach einem Wochenende können Sie einfache Melodien nach Tabulatur spielen und erfahren auch, wie Sie sich selbst rhythmisch begleiten. Sie lernen, wie man Melodien in Moll auf einer in Dur gestimmten Mundharmonika spielt und auch schon erste Grundlagen des Blues-Spiels. Darüber hinaus erfahren Sie etwas über die Geschichte dieses besonderen Instruments. Es sind keine musikalischen Vorkenntnisse erforderlich. Der Unterricht basiert auf der einzeltönigen Mundharmonika in Richterstimung (ugs. "Blues Harp") in C-Dur. Die Instrumente können günstig und in guter Qualität beim Kursleiter erworben werden. Für ein Script fallen im Kurs 6,00 € an.

Kurszeiten: Freitag, 16:00 - 19:15 Uhr, Samstag und Sonntag, 10:00 - 13:15 Uhr

■ **Nr. A21320** Arnd Hoffmann

25. - 27. September, Freitag bis Sonntag,

12 Unterrichtsstunden, 3 Termine

€ 43,60 (ermäßigt € 35,80) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 64,60 (ermäßigt € 52,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

€ 82,60 (ermäßigt € 67,00) bei 5 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Vetzberg"

An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 20. September



### Neu Mundharmonika-/Blues-Harp für Fortgeschrittene

Ausschließlich für Teilnehmer\*innen, die zuvor den Anfängerkurs absolviert haben. Es werden zusätzlich Mundharmonikas in den Tonarten D, G und A benötigt. Kurstage: 10. Oktober, 07. November und 05. Dezember

■ **Nr. A21321** Arnd Hoffmann

10. Oktober, samstags, 15:00 - 17:15 Uhr

9 Unterrichtsstunden, 3 Termine

€ 33,00 (ermäßigt € 27,10) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 48,70 (ermäßigt € 39,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

€ 62,20 (ermäßigt € 50,50) bei 5 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Wiesack"

(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 04. Oktober

## Chor "Kaleidoskop"

Unser Kursangebot ist für Teilnehmer\*innen gedacht, die schon immer mal gerne in einem Chor mit einer sehr erfahrenen Leitung singen wollten. Der Chor besteht schon seit einigen Jahren und hat viele Stammsänger\*innen, die sich auf neue talentierte Mitglieder, vor allem auf Tenöre, freuen. Die Auswahl der Lieder richtet sich nach den Fähigkeiten und Wünschen der Chormitglieder. Eventuell entstehen Kopierkosten für Noten, die mit der Kursleiterin abgerechnet werden. Min. 6, max. 40 Teilnehmende. Mehr Infos: [www.vhs-giessen.de](http://www.vhs-giessen.de)

- **Nr. A21330** Bonita Hyman  
20. August, donnerstags, 18:30 - 20:00 Uhr  
14 Unterrichtsstunden, 7 Termine  
€ 50,70 (ermäßigt € 41,60) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 75,20 (ermäßigt € 61,20) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik (barrierefreier Zugang)
- **Nr. A21331** Bonita Hyman  
22. Oktober, donnerstags, 18:30 - 20:00 Uhr  
18 Unterrichtsstunden, 9 Termine  
€ 64,90 (ermäßigt € 53,20) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 96,40 (ermäßigt € 78,40) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik (barrierefreier Zugang)



## BLUES, JAZZ UND GOSPELMUSIK - EINE KLEINE HISTORISCHE REISE! - Wochenendworkshop Teil I

Gibt es eine Verbindung zwischen Blues, Jazz und Gospelmusik? Die Antwort lautet Ja! In der Zeit der Sklaverei in den USA entwickelte sich die Musik der schwarzen Bevölkerung von den ersten Anfängen bis hin zur Emanzipation der Sklaven. Diese mündete von den 1920er bis in die 1950er Jahre schließlich in den Wunsch der amerikanischen Schwarzen, völlig frei zu sein und sich in den amerikanischen Traum zu integrieren. In diesem Workshop, der in zwei Teile gegliedert ist, werden wir die Entwicklung und Verbindung zwischen Blues, Jazz und Gospelmusik sowie deren Einfluss auf die amerikanische Kultur untersuchen. Wir werden

Texte, Musikstile und Aufführungstraditionen vergleichen. Der Workshop umfasst einige Methoden der Gesangstechnik und das Erlernen verschiedener Lieder unter Anleitung des erfahrenen Operntenors, emeritierten Gesangsprofessors, Dozenten, Lehrbeauftragten, Chorleiters und Pianisten COLENTON FREEMAN. Kommen Sie alle und erleben Sie die enorme Bandbreite dieser wunderschönen und bewegendsten Musikgenres. Materialkosten in Höhe von 10 Euro sind direkt beim Kursleiter zu bezahlen. Max. 20 Teilnehmer\*innen. Samstag, 16:00 bis 19:00 Uhr und Sonntag, 14:00 bis 17:00 Uhr.

- 8 Unterrichtsstunden, 2 Termine  
€ 29,40 (ermäßigt € 24,20) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 43,40 (ermäßigt € 35,40) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 55,40 (ermäßigt € 45,00) bei 5 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik (barrierefreier Zugang)
- **Nr. A21340** Colenton Freeman  
19. und 20. September, Samstag und Sonntag  
An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 13. September

## Teil II, Fortsetzung von Kurs A21340

- **Nr. A21341** Colenton Freeman  
28. und 29. November, Samstag und Sonntag  
An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 22. November

## Experiment Stimme

Erleben Sie den Zusammenhang zwischen Stimmklang und Körperhaltung, basierend auf der Methode der "Funktionalen Stimmbildung" nach Eugen Rabine. Dabei werden Körper- und Atemübungen mit funktionalen Stimm- und Gesangsübungen kombiniert. Gesungen werden eingängige Kanons, einstimmige und einfache mehrstimmige Lieder. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Der Kurs ist ein erster Schritt zu Ihrer authentischen Stimme und für Menschen jeden Alters gedacht, die Spaß am Singen haben oder gerne hätten. Bitte bequeme Kleidung tragen und bei Bedarf Getränk mitbringen. Für Kopien sind ca. € 1,50 bei der Kursleiterin zu zahlen.

- **Nr. A21350** Bettina Leukel  
04. Dezember, freitags, 18:30 - 20:00 Uhr  
6 Unterrichtsstunden, 3 Termine  
€ 22,30 (ermäßigt € 18,40) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 32,80 (ermäßigt € 26,80) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik (barrierefreier Zugang)

Bitte benutzen Sie bei Kursanmeldungen die vorgedruckten Anmeldekarten aus dem Anhang.  
(Ab Seite 79)

**Denken Sie bitte daran:  
Fernbleiben vom Kurs ist keine Abmeldung!**



## Gesundheit

### Entspannung

Die vhs der Universitätsstadt Gießen bietet in der Rubrik "Entspannung" verschiedene Kurse an, die darauf abzielen, Hetze und Stress im beruflichen wie privaten Alltag zu reduzieren. Kompetente Kursleiter\*innen vermitteln praxisnahe Methoden, die darauf abzielen, Körperübungen entsprechend Ihren individuellen Bedürfnissen zu fördern. Durch Selbstwahrnehmung, Körperübungen und eine bestimmte Atemtechnik wird eine Harmonisierung von Körper, Seele und Geist angestrebt. Grundsätzlich können alle Menschen, die nicht akut krank sind, an unseren Kursen teilnehmen. Falls Sie nicht sicher sind, ob der Kurs für Sie geeignet ist, fragen Sie Ihren Arzt/Ihre Ärztin um Rat. Alle Kurse können ohne Vorkenntnisse besucht werden, sofern diese nicht mit dem Zusatz "Aufbaukurs" bzw. "für Fortgeschrittene" gekennzeichnet sind.



### Partner\*innen-Massagen für den Alltag

Stressbewältigung und Entspannung durch wirkungsvolle Massagegriffe, die Sie an diesem Wochenende an Ihrem Partner/Ihrer Partnerin für eine Anwendung zu Hause erproben. Sie lernen Wirkungen und Einsatzmöglichkeiten von Massage-Techniken für Schultern, Nacken, Rücken, Hände, Gesicht oder Füße - entsprechend Ihrer Auswahl. Anmeldung ausschließlich zu zweit. Bitte bequeme Kleidung tragen, Verpflegung, dicke Socken, Isomatte, 2 Handtücher, Öl, Creme, je eine Decke und Kissen mitbringen.

#### ■ Nr. A30101 Caren Reich

04. und 05. Dezember, Freitag, 18:00 - 21:15 Uhr

Samstag, 09:00 - 13:45 Uhr

10 Unterrichtsstunden, 2 Termine

€ 35,50 (ermäßigt € 29,00) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 53,00 (ermäßigt € 43,00) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Gleiberg"

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 26. November

## Körpererfahrung

"Körpererfahrung" als Oberbegriff vereint Kurse aus Yoga, Feldenkrais, Tai Chi Chuan/Qi-Gong, Autogenem Training und der progressiven Muskelentspannung nach Jacobson. Alle Kurse können ohne Vorkenntnisse besucht werden, sofern diese nicht mit dem Zusatz "Aufbaukurs" bzw. "für Fortgeschrittene" gekennzeichnet sind.

### Kundalini- /Hatha-Yoga

Yoga-Übungen verfolgen einen ganzheitlichen Ansatz, der Körper, Geist und Seele in Einklang bringen soll. Mithilfe bestimmter Körperhaltungen (Asanas) und Atemübungen (Pranayama) werden im planmäßigen Üben körperliche und physische Kräfte bewusst entfaltet und gelenkt. Yoga hilft, die Konzentrationsfähigkeit zu verbessern, innere Ausgeglichenheit zu gewinnen und bewusst Entspannung herbeizuführen, die zur Kraftquelle wird. Hinweis: Die verschiedenen Kursgebühren ergeben sich aus den unterschiedlichen Laufzeiten der Kurse.

### Hatha-Yoga am Vormittag für Geübte und Ungeübte

Hatha-Yoga ist eine Form des Yoga, die den Menschen in seiner Ganzheit sieht. Es bietet einen Ausgleich zu den Anforderungen und der Anspannung des Alltags. Die Übungen des Yoga stellen eine hervorragende Möglichkeit dar, Körper, Geist und Seele in Harmonie zu bringen. Bitte rutschfeste Yoga-Matte, Decke, kleines Kissen mitbringen und bequeme Kleidung tragen.

#### ■ Nr. A30121 Nancy Ameli

20. August, 11:00 - 12:30 Uhr

26 Unterrichtsstunden, 13 Termine

€ 92,30 (ermäßigt € 75,40) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 137,80 (ermäßigt € 111,80) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

vhs in der Kongresshalle; Gymnastikraum (Eingang über Treppe),

Südanlage 3 A, An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 13. August

### Hatha-Yoga für Geübte und Ungeübte

#### ■ Nr. A30123 Christina Reile-Link

18. August, dienstags, 18:15 - 19:45 Uhr

22 Unterrichtsstunden, 11 Termine

€ 78,10 (ermäßigt € 63,80) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 116,60 (ermäßigt € 94,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

vhs in der Kongresshalle; Gymnastikraum (Eingang über Treppe),

Südanlage 3 A, An-/Abmeldeschluss: Dienstag, 11. August

### Yoga für den Rücken

Gezielte Yogaübungen, die regelmäßig ausgeführt werden, können Rückenschmerzen vorbeugen und lindern. Muskelverspannungen, stressbedingte Kopfschmerzen, die meist auch Verspannungen im Nacken und Schultergürtel nach sich ziehen, können durch Yogaübungen nach und nach gelindert werden. Die Muskulatur wird gedehnt und mit Yoga-Asanas (Stellungen) flexibel und elastisch gehalten. Mit weiteren Übungen wird der gesamte Rücken und auch die Bauchmuskulatur gestärkt. Durch die Tiefenentspannung wird aufgezeigt, wie man von Beschwerden und Verspannungen "loslassen" kann. Yoga ist Entspannung auf allen Ebenen: Körper, Geist und Seele. Menschen jeder Alters- und Fitnessstufe sind in diesem Kurs mit einem sehr moderaten und sanften Training herzlich willkommen. (Bitte Yoga-Matte, Decke, kleines Kissen und ein Getränk mitbringen)

- **Nr. A30130** N.N.  
26. August, mittwochs, 17:00 - 18:30 Uhr  
10 Unterrichtsstunden, 5 Termine  
€ 35,50 (ermäßigt € 29,00) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 53,00 (ermäßigt € 43,00) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Korczakschule, Alter Steinbacher Weg 26, Gymn.-Raum (barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Mittwoch, 19. August
- **Nr. A30131** N.N.  
21. Oktober, mittwochs, 17:00 - 18:30 Uhr  
14 Unterrichtsstunden, 7 Termine  
€ 49,70 (ermäßigt € 40,60) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 74,20 (ermäßigt € 60,20) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Korczakschule, Alter Steinbacher Weg 26, Gymn.-Raum (barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 15. Oktober
- **Nr. A30133** Silke Pleyer  
22. August - 05. Dezember, 11:45 - 13:15 Uhr  
26 Unterrichtsstunden, 13 Termine  
€ 92,30 (ermäßigt € 75,40) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 137,80 (ermäßigt € 111,80) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle; Gymnastikraum (Eingang über Treppe), Südanlage 3 A  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 13. August



### Yin-Yoga

Yin-Yoga ist ein sehr ruhiger und entspannter Yoga-Stil. Die länger gehaltenen Dehnungen wirken auf die Gelenke und gehen tief ins Bindegewebe. Es wird dadurch flexibel und gestärkt.

- 26 Unterrichtsstunden, 13 Termine  
€ 92,30 (ermäßigt € 75,40) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 137,80 (ermäßigt € 111,80) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen
- **Nr. A30136** Nancy Ameli  
17. August, 15:30 - 17:00 Uhr  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik (barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 10. August

- **Nr. A30138** Silke Pleyer  
22. August, samstags, 10:00 - 11:30 Uhr  
vhs in der Kongresshalle; Gymnastikraum (Eingang über Treppe), Südanlage 3 A  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 13. August

### Workshop: "Faszien-Yoga"

Beim Faszien-Yoga werden Bewegungsdefizite und einseitige Haltungen ausgeglichen, die Alltag, Sport, Job und Bewegungsmangel mit sich bringen. Es wird präventiv an der Schmerzfreiheit und nachhaltig an der Lösung von An- und Verspannungen gearbeitet. Faszienrolle, falls vorhanden, außerdem Decke, Kissen, Jacke und dicke Socken mitbringen.

- **Nr. A30140** Marion Büchner  
18. Oktober, Sonntag, 16:00 - 19:00 Uhr  
4 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 14,20 (ermäßigt € 11,60) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 21,20 (ermäßigt € 17,20) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle; Gymnastikraum (Eingang über Treppe), Südanlage 3 A, An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 08. Oktober

### Workshop für Einsteiger\*innen.

#### Pranayama: Atmung und Meditation

In unserem Alltag atmen wir oft kurz und flach. Das löst in unserem Körper negativen Stress aus. Eine gesunde und natürliche Atmung unterstützt jedoch den Körper bei der Erholung. In diesem Workshop lernen Sie Atemtechniken kennen, die Sie mit wenig Aufwand und in kurzer Zeit in Ihren Alltag integrieren können. Für den Workshop sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Sie benötigen eine Decke, ein dickeres Sitzkissen und etwas zum Schreiben.

- **Nr. A30142** Nancy Ameli  
14. November, Samstag, 15:00 - 18:00 Uhr  
4 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 14,20 (ermäßigt € 11,60) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 21,20 (ermäßigt € 17,20) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle; Gymnastikraum (Eingang über Treppe), Südanlage 3 A, An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 05. November

### Bildungsurlaub: Yoga und Gesundheit - Stressbewältigung durch Bewegung, Achtsamkeit, Meditation, Atmung und andere Entspannungstechniken

Häufig kommt es in Alltag und Beruf zu Situationen, in denen wir uns überfordert fühlen. Solche Distress-Situationen wirken sich langfristig negativ auf unsere Gesundheit aus. Die Folgen sind Müdigkeit, Gereiztheit und Antriebslosigkeit. Was sind äußere Stressfaktoren und wie können wir damit besser umgehen? Wie erreichen wir ein Gleichgewicht zwischen den alltäglichen Anforderungen und mehr Ausgeglichenheit im Leben (Work-Life-Balance)? Yoga hilft uns auf dem Weg zu mehr Bewusstheit. Das mentale und körperliche Wohlbefinden wird gefördert. In diesem Kurs lernen wir, uns selbst und andere bewusster wahrzunehmen. Die Körperübungen (Asanas) fördern Gesundheit, Beweglichkeit, Koordination, Flexibilität, Kraft und Ausdauer. Yoga wirkt positiv auf Körper, Geist und Seele. Spezielle Meditationen, Atemübungen und Entspannungstechniken verbessern die Selbstwahrnehmung und führen somit zu mehr Lebensfreude. Verschiedene Wahrnehmungs- und Achtsamkeitsübungen unterstützen die persönliche Entwicklung. Neben den Bewegungs- und

Entspannungsphasen gibt es Raum für den gemeinsamen Austausch und weitere Themen wie z. B. bewusster Umgang mit Zeit, Schlaf und gesunde Ernährung. (Bitte eine Decke, bequeme Kleidung, Wasser und eine Yogamatte mitbringen.)

■ **Nr. A30144** Sandra Walden

12. - 16. Oktober, Montag - Freitag, 09:00 - 16:30 Uhr  
40 Unterrichtsstunden, 5 Termine  
€ 181,00 (ermäßigt € 149,00) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 281,00 (ermäßigt € 229,00) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle; Gymnastikraum (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 01. Oktober



**Neu** Workshop: Sanftes Körperbewusstsein - die Kraft der Kopf- & Körper-Verbindung

Vor lauter Gedankenkarussell und Stress spüren wir oft unseren Körper kaum. Dieser Workshop lädt dazu ein, mit Achtsamkeit den eigenen Körper wieder wahrzunehmen und das Nervensystem in Balance zu bringen. Mit körperorientierten Methoden, Yoga- und Atemarbeit und Entspannungssequenzen spüren wir hinein, stärken unser Körperbewusstsein, unsere innere Balance und Selbstwirksamkeit - für eine Pause vom Gedanken-Wirrwarr. Keine Vorkenntnisse nötig.

■ **Nr. A30146** Alina Reuschling

31. Oktober, Samstag, 14:00 - 17:00 Uhr  
4 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 14,20 (ermäßigt € 11,60) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 21,20 (ermäßigt € 17,20) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle; Gymnastikraum (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 22. Oktober

**Qi Gong und Taiji quan**

Qi Gong und Taiji quan (Tai Chi Chuan alte Schreibweise) sind Techniken aus der chinesischen Kultur und befassen sich mit der Aufnahme und Harmonisierung und dem Lenken des Qi (Lebensenergie) im Einklang von Körper, Geist und Seele. In diesem Kurs üben wir u.a. anhand der Qi Gong-Reihe „Die 18 Wege von Wudangshan“ und im Taiji an der 24iger Form (Beijing Sequenz). Bitte bequeme Kleidung tragen

■ **Nr. A30147** Bernd Bartsch

31. August, montags, 19:00 - 20:30 Uhr  
24 Unterrichtsstunden, 12 Termine  
€ 85,20 (ermäßigt € 69,60) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 127,20 (ermäßigt € 103,20) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle; Gymnastikraum (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, An-/Abmeldeschluss: Montag, 24. August

**Workshop: Qi-Gong**

Qi Gong ist Teil der traditionellen chinesischen Medizin und stabilisiert sowohl die körperliche als auch die geistige Mitte. Durch Atem-, Bewegungs- und Meditationsübungen können Sie Gleichgewicht, Koordination und Kraft stärken. Der Kurs ist für Menschen jeden Alters, mit und ohne körperliche Einschränkungen geeignet.

■ **Nr. A30150** Ulrike Holler

19. September, Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr  
4 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 14,20 (ermäßigt € 11,60) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 21,20 (ermäßigt € 17,20) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik  
(barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 10. September

**Qi-Gong für Fortgeschrittene mit Vorerfahrung**

14 Unterrichtsstunden, 7 Termine  
€ 49,70 (ermäßigt € 40,60) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 74,20 (ermäßigt € 60,20) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle; Gymnastikraum (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A

■ **Nr. A30154** Ulrike Holler

19. August, mittwochs, 09:00 - 10:30 Uhr  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 13. August

■ **Nr. A30155** Ulrike Holler

21. Oktober, mittwochs, 09:00 - 10:30 Uhr  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 15. Oktober



**Neu Workshop: ZENbo® Balance**

ZENbo® Balance ist ein ganzheitliches Body & Mind Konzept, bestehend aus den Teilen: „Silence“ (Ankommen), „Move“ (Übungen im Stehen, Sitzen oder Liegen) und „Relax & Go“ (Entendspannung mit Koan). Es vereint klassische westliche Entspannungsverfahren, wie die Progressive Muskelentspannung und das Autogene Training und dient der Zentrierung von Geist und Körper durch einen Mix aus Yoga-Asanas, Qigong und Tai Chi.

- **Nr. A30170** Jacqueline Erdmann  
24. Oktober, Samstag, 14:00 - 17:00 Uhr  
4 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 14,20 (ermäßigt € 11,60) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 21,20 (ermäßigt € 17,20) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle; Gymnastikraum (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 15. Oktober

**Neu Fortlaufender Kurs: ZENbo® Balance**

ZENbo® Balance ist ein ganzheitliches Body & Mind Konzept, das klassische westliche Entspannungsverfahren, wie die Progressive Muskelentspannung oder das Autogene Training mit fernöstlichen Methoden zur Zentrierung von Geist und Körper vereint. Dieses Konzept eignet sich wunderbar, um die Tiefenmuskulatur zu stärken, in seine innere Balance zu kommen und Spannungen im Körper zu lösen. Der Dreiklang im ZENbo Balance Training, bestehend aus „Silence“ (Ankommen), „Move“ (Übungen im Stehen, Sitzen oder Liegen) und „Relax & Go“ (Entendspannung mit Koan) nimmt Sie mit auf eine Reise, raus aus dem Alltagsstress und hin zu einer besonderen Achtsamkeit sich selbst gegenüber und zu ihrer natürlichen Balance. Das Konzept eignet sich für jede Altersklasse und jeden Fitnessstyp. Bitte bringen Sie folgende Dinge mit: Eine (dünne) Matte, ein Kissen, eine Decke und nach Wunsch ein Yoga-Kissen und ein paar dicke Socken für die Entspannung.

- **Nr. A30171** Jacqueline Erdmann  
02. November, montags, 17:30 - 19:00 Uhr  
12 Unterrichtsstunden, 6 Termine  
€ 42,60 (ermäßigt € 34,80) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 63,60 (ermäßigt € 51,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Gleiberg"  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 29. Oktober

**Bildungsurlaub: Perspektivwechsel:****Stress lass nach - die eigenen Stärken leben**

Der Kurs bietet Methoden zur Stabilisierung der Work-Life-Balance in einer flexibilisierten Arbeitswelt. Lernen Sie sich selbst besser kennen, um der Stressspirale zu entkommen, und definieren Sie (neue) persönliche Ziele. Dieser Bildungsurlaub dient dazu, Ihnen Klarheit über Ihre Stärken zu verschaffen, und zeigt, wie Sie diese besser für sich nutzen können. Sie werden so viel einfacher Ihren Alltag entstressen können. Da Sie den Fokus nicht mehr auf das Vermeiden von Stress richten, sondern auf Möglichkeiten und Lösungen, damit umzugehen, werden Sie Ihren Alltag leichter bewältigen. Erfahren Sie, wie Sie ihre Körpersignale richtig deuten, um Situationen sowohl im Privat- als auch im Berufsleben frühzeitig als stressauslösend zu erkennen. Lernen Sie, Handlungs- und Entscheidungskompetenzen einzuschätzen, um für Ihre persönliche Entlastung zu sorgen. Nehmen Sie den Druck aus ihrem Leben und schenken Sie sich selbst eine neue Perspektive, die ihren persönlichen Wünschen und Bedürfnissen entspricht, und geben Sie Ihrem Alltag den Flow zurück, den Sie sich so sehr wünschen. Erfahren Sie, wie Sie sich mental stärken können, einen gesunden Egoismus leben und einen guten Umgang mit den eigenen Ängsten und Gedankenkarussellen erreichen können. Bitte eine Decke und ein Kissen mitbringen.

- **Nr. A30601** Janine Allnoch  
05. - 09. Oktober, Montag - Freitag, 09:00 - 16:00 Uhr  
40 Unterrichtsstunden, 5 Termine  
€ 181,00 (ermäßigt € 149,00) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 281,00 (ermäßigt € 229,00) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik  
(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Montag, 21. September

**MBSR - Resilienz stärken, Balance finden.****Stressbewältigung durch Achtsamkeit (8-Wochen-Kurs)**

Das Training "Stressbewältigung durch die Praxis der Achtsamkeit" ist ein wirksames, weltanschaulich neutrales, alltagstaugliches Programm, das gleichermaßen zur Stressprophylaxe wie zur Stressbewältigung eingesetzt werden kann. Eine kontinuierliche Übungspraxis der Achtsamkeit fördert die individuelle Resilienz. Automatisierte Stressmuster können erforscht, kritisch reflektiert und Verhaltensalternativen im Umgang mit Stress erlernt werden. Die Kursinhalte bestehen aus angeleiteten Übungen zur Körperwahrnehmung (Bodyscan), Yoga, angeleiteten Sitz- und Gehmeditationen sowie kurzen Vorträgen zum Thema Stress, Umgang mit schwierigen Gedanken, Gefühlen, Schmerzen und achtsamer Kommunikation. Für die tägliche Übungspraxis erhalten die Teilnehmer\*innen ein Handbuch (72 Seiten) und Audiodateien (Bodyscan, Yogapraxis, Meditationsanleitungen). Am Sonntag, den 15. November, 10:00 - 16:00 Uhr findet dafür ein Vertiefungstag statt. Die Kosten von 39,00 € für das Lehrmaterial sind in bar zu Kursbeginn an die Kursleiterin zu entrichten. Die Kursleiterin ist seit 2014 ausgebildete MBSR-Lehrerin. Ein Info Abend für den Kurs findet am Donnerstag, den 01. Oktober, von 18:00 bis 19:30 Uhr, im Raum Gleiberg in der Volkshochschule, Fröbelstraße 65 statt.

- **Nr. A30610** Ingeborg Reichl  
20. Oktober, 18:00 - 20:30 Uhr  
35 Unterrichtsstunden, 9 Termine  
€ 126,80 (ermäßigt € 104,00) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 188,00 (ermäßigt € 153,00) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Gleiberg"  
An-/Abmeldeschluss: Dienstag, 13. Oktober

**Neu Bildungsurlaub: Gute Vorsätze für meine Gesundheit**

Gute Vorsätze wirksam umsetzen: Fokussieren Sie das Wesentliche, trainieren Sie Achtsamkeit, nutzen Sie mentale Anker und entdecken Sie Strategien für mehr Gesundheit und Gelassenheit.

■ **Nr. A30621** Cate Trillmich

18. - 22. Januar 2027, Montag - Freitag, 09:00 - 16:30 Uhr

40 Unterrichtsstunden, 5 Termine

€ 225,00 (ermäßigt € 184,20) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 347,00 (ermäßigt € 281,80) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik  
(barrierefreier Zugang)

An-/Abmeldeschluss: Montag, 21. Dezember

**Neu Bildungsurlaub: Raus aus der Stress-Falle**

Stress verstehen und bewältigen: In diesem Kurs lernen Sie, Belastungen einzuordnen und effektiv mit Stress umzugehen. Lernen Sie, sich zu entspannen und resilienter zu werden, aus den wesentlichen Aspekten der positiven Psychologie werden Sie Kraft tanken.

■ **Nr. A30626** Cate Trillmich

12. - 16. Oktober, Montag - Freitag, 09:00 - 16:30 Uhr

40 Unterrichtsstunden, 5 Termine

€ 225,00 (ermäßigt € 184,20) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 347,00 (ermäßigt € 281,80) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik  
(barrierefreier Zugang)

An-/Abmeldeschluss: Montag, 05. Oktober

**Gesundheitspflege**

Die vhs der Universitätsstadt Gießen bietet verschiedene Kurse an, um aktuelle Erkenntnisse aus dem Bereich der Gesundheitspflege zu vermitteln. Mit unseren unterschiedlichen Angeboten wollen wir Sie informieren, Ihnen Anregungen geben und Trainingsmöglichkeiten bieten.

**Workshop: Make-up Kurs für Anfänger - Schminke dich selbst!**

Falls Sie Ihre eigene Schönheit betonen und Ihr Selbstbewusstsein stärken möchten, dann sind Sie bei unserem Kurs genau richtig. In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, mit den neuesten Techniken Ihr Gesicht auf einfache Weise zu schminken.

■ **Nr. A30402** Olga Önder

14. November, Samstag, 14:00 - 16:15 Uhr

3 Unterrichtsstunden, 1 Termin

€ 10,70 (ermäßigt € 8,70) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 15,90 (ermäßigt € 12,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik

(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 05. Nov.

**Geistiges und seelisches Wohlbefinden, Psychologie**

Die vhs der Universitätsstadt Gießen bietet verschiedene Kurse an, um aktuelle Erkenntnisse aus dem Bereich der Psychologie zu vermitteln. Ziel ist es, die Handlungsfähigkeit der/des Einzelnen bei Problemen des Alltags und in unterschiedlichen Lebenssituationen zu erweitern und diesbezüglich zu informieren. Die Kurse sind für psychisch stabile Menschen gedacht und können keine Therapie ersetzen.

**Autogenes Training für Anfänger\*innen**

Beim Autogenen Training lernen Sie, mit Hilfe Ihrer Vorstellungskraft eine natürliche Entspannungsreaktion in Ihrem Körper auszulösen. Einmal erlernt, ermöglicht Ihnen das Autogene Training innerhalb kurzer Zeit Entspannung herbeizuführen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Kissen, Decke, dicke Socken. Bei bestehenden Erkrankungen klären Sie die Teilnahme bitte vorab mit Ihrem Arzt/ Ihrer Ärztin ab.

■ **Nr. A30173** Tanja Kohl

23. Oktober, freitags, 17:00 - 18:30 Uhr

14 Unterrichtsstunden, 7 Termine

€ 49,70 (ermäßigt € 40,60) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 74,20 (ermäßigt € 60,20) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik  
(barrierefreier Zugang)

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 15. Oktober

**Workshop: Entspannung für Schulter, Nacken und Kiefer**

Verspannungen im Schulter-Nacken-Bereich, Zähneknirschen und Kieferbeschwerden sind typische Symptome unserer Zeit. In diesem Seminar beleuchten wir diese Körperregion genauer. Was sind mögliche Ursachen für Schmerzen oder Verspannungen? Welche Zusammenhänge gibt es? Welchen Einfluss haben Körperhaltung, Stress und Alltagsaktivitäten? Sie werden anatomische Zusammenhänge kennenlernen und einen Einblick in physiotherapeutische Behandlungsansätze erhalten. Neben einem theoretischen Teil werden wir praktisch arbeiten. Dabei werden Sie aus den Bereichen Körperwahrnehmung, Entspannung sowie Kräftigung und Dehnung sinnvolle Übungen erlernen. Ziel ist es, durch das Seminar ein

tiefgehendes Verständnis für diese Region zu entwickeln und Übungsansätze zur Selbsthilfe zu erhalten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte bringen Sie eine Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, eine Decke und ggf. ein kleines Kissen mit. Das Seminar ersetzt keine physiotherapeutische oder ärztliche Behandlung.

■ **Nr. A30190** Caren Reich

05. und 12. November, 18:00 - 20:15 Uhr

6 Unterrichtsstunden, 2 Termine

€ 21,30 (ermäßigt € 17,40) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 31,80 (ermäßigt € 25,80) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Gleiberg"

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 29. Oktober

## Gymnastik, Fitness und Bewegung

Die vhs der Universitätsstadt Gießen bietet eine Vielzahl von Trainingskursen an, die für die Teilnehmer\*innen unterschiedlich fordernd sind. Wenn bei den Angeboten Begriffe wie Fitness, Aerobic genannt oder auch einzelne Körperpartien erwähnt werden, sollten Sie über eine gewisse Kondition verfügen bzw. die Bereitschaft mitbringen, sich einem intensiven Training zu unterziehen. Unsere sonstigen Gymnastikkurse sind auch als Einstieg für konditionsschwächere Menschen geeignet; hier werden Beweglichkeit und das Herz-Kreislauf-System trainiert.

### Bewegung meets Entspannung

Dieser Kurs vereint ein aktives, dennoch sanftes Training für den ganzen Körper mit gezielten Dehnungs- und Entspannungsübungen. Ziel ist, Achtsamkeit in der Bewegung zu erlangen.

■ **Nr. A30191** Mirja Gutzer

17. August, montags, 17:30 - 19:00 Uhr

24 Unterrichtsstunden, 14 Termine

€ 87,20 (ermäßigt € 71,60) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 129,20 (ermäßigt € 105,20) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik

(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Montag, 10. August

### Rücken-Fitness-Mix

Ein gutes Zusammenspiel der Muskulatur ist die Voraussetzung für eine gute Haltung. In diesem Kurs werden dafür Wirbelsäulengymnastik mit Bauch-Beine-Po-Übungen kombiniert. Die Mobilisierung der Wirbelsäule sowie Kräftigung und Dehnung der gesamten Rumpfmuskulatur stehen im Mittelpunkt.

■ **Nr. A30201** Susanne Dingeldey

21. August, freitags, 10:30 - 12:00 Uhr

24 Unterrichtsstunden, 12 Termine

€ 89,70 (ermäßigt € 74,10) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 131,70 (ermäßigt € 107,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

vhs in der Kongresshalle; Gymnastikraum (Eingang über Treppe), Südanlage 3 A

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 13. August

### "Mach´ mit - bleib´ (Rücken-)fit"

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen, die ihren Rücken mit Wirbelsäulengymnastik und BBP (Bauch-Beine-Po) -Übungen stärken möchten. Bitte bequeme Kleidung tragen und Isomatte mitbringen.

■ **Nr. A30203** Charlotte Beck

24. August, montags, 17:00 - 18:30 Uhr

28 Unterrichtsstunden, 14 Termine

€ 103,90 (ermäßigt € 85,70) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 152,90 (ermäßigt € 124,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

vhs in der Kongresshalle; Gymnastikraum (Eingang über Treppe), Südanlage 3 A

An-/Abmeldeschluss: Montag, 17. August

### Pilates

Die Pilates-Methode ist ein von Joseph Pilates (1883–1967) in den 1920er Jahren entwickeltes, systematisches Körpertraining, das auf den ganzen Körper abzielt und nicht nur auf einzelne Teile desselben. Dadurch soll eine Verbindung zwischen Psyche und Physis hergestellt werden. Das Pilates-Mattentraining ist eine ruhige Trainingsform, bei der Konzentration und bewusstes Ausführen der Übungen im Mittelpunkt stehen. Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit werden dabei gefördert. Zugleich wird auch die Koordination und Körperwahrnehmung trainiert. Das Bewusstsein für die eigene Atembewegung wird geweckt und die tiefliegende rumpfstabilisierende Muskulatur stimuliert. Dies dient auch zur Vorbeugung von Rückenbeschwerden - durch Haltung, Spannung und ein Gefühl für die sichere Körpermitte. Pilates ermöglicht uns, unseren Körper ganz neu in seinen Bewegungsmöglichkeiten zu erfahren. (Bitte bequeme Kleidung tragen, Handtuch und Isomatte mitbringen.)

20 Unterrichtsstunden, 15 Termine

€ 75,50 (ermäßigt € 62,50) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 110,50 (ermäßigt € 90,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

vhs in der Kongresshalle; Gymnastikraum (Eingang über Treppe), Südanlage 3 A

■ **Nr. A30204** Michaela Schuhmann

24. August, montags, 10:15 - 11:15 Uhr

An-/Abmeldeschluss: Montag, 17. August

■ **Nr. A30205** Michaela Schuhmann

24. August, montags, 11:15 - 12:15 Uhr

An-/Abmeldeschluss: Montag, 17. August



## Fitness, Gymnastik und Entspannung für Frauen

Dieser Kurs bietet Bewegung nach Musik: Kräftigungs-, Dehnungs- und Fitnessübungen. Zum Schluss jeder Stunde ist ein kurzer Entspannungsteil vorgesehen. Das Kursangebot richtet sich auch an Neu- bzw. Wiedereinsteigerinnen in den Sport.

- **Nr. A30210** Sonja Ander-Wirth  
20. August, donnerstags, 18:00 - 19:30 Uhr  
24 Unterrichtsstunden, 12 Termine  
€ 89,70 (ermäßigt € 74,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 131,70 (ermäßigt € 107,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Ricarda-Huch-Schule, Dammstraße 26, Gymn.-Raum (Turnhalle 2),  
barrierefreier Zugang, An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 13. August

## Neu Workshop: Mobility Training für bessere Koordination und Beweglichkeit

- **Nr. A30212** Esther Scholz  
20. November, Freitag, 18:00 - 20:15 Uhr  
3 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 10,70 (ermäßigt € 8,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 15,90 (ermäßigt € 12,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik  
(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 12. Nov.

## Fit ab 40

Der Kurs richtet sich an Menschen, die sich gerne mehr sportlich betätigen wollen und am Ende der Stunde nicht ausgepowert, sondern mit einem Wohlgefühl nach Hause gehen wollen. Mit einem Mix aus Kraft- und Ausdauertraining sowie Gleichgewichts- und Dehnübungen sorgen wir dafür, dass die Muskeln gefestigt werden und der Körper elastisch bleibt. So steigert sich nicht nur das allgemeine körperliche Wohlbefinden, sondern auch das seelische. Sport hebt die Stimmung und bringt gute Laune. (Bitte Gymnastikmatte, Handtuch und Getränk mitbringen).

- **Nr. A30214** Laura Gietz  
26. August, mittwochs, 18:30 - 19:30 Uhr  
16 Unterrichtsstunden, 12 Termine  
€ 61,30 (ermäßigt € 50,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 89,30 (ermäßigt € 73,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Korczakschule, Alter Steinbacher Weg 26, Gymn.-Raum (barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Montag, 17. August

## METALZA® - Rock-Fitness-Workout

METALZA® ist ein in Deutschland einmaliges, lizenziertes Bewegungskonzept zu Rock/Hardrock und Metal für Leute, die sich außerhalb von Mainstream-Angeboten sportlich betätigen wollen. Das Training wird mit METALZA® zu einem besonderen Erlebnis: die Energie und Dynamik der speziell ausgewählten Songs und Bewegungselemente entführt die Teilnehmer\*innen in ein Workout mit einzigartigem "Abrockfeeling".

- **Nr. A30220** Laura Voigt  
20. August, donnerstags, 19:00 - 20:00 Uhr  
16 Unterrichtsstunden, 12 Termine  
€ 63,30 (ermäßigt € 52,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 91,30 (ermäßigt € 75,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle; Gymnastikraum (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 13. August



## ZUMBA® - Tanz-Fitness-Workout

Heiße lateinamerikanische Rhythmen wie Salsa, Merengue, Reggaeton, Cumbia, Cha Cha & Co. regen die Fettverbrennung an und lassen den Schweiß fließen. ZUMBA®-Fitness ist für alle Menschen geeignet, die Stress und überflüssige Pfunde ohne großen Aufwand bei ausgelassener Stimmung einfach "wegtanzen" möchten. Alle Altersklassen sind willkommen. ZUMBA® verlangt keine Tanzkenntnisse. (Bitte geeignete Turnschuhe, Handtuch und Getränk mitbringen)

- **Nr. A30222** Regina Rau  
31. August, montags, 17:00 - 18:00 Uhr  
16 Unterrichtsstunden, 12 Termine  
€ 63,30 (ermäßigt € 52,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 91,30 (ermäßigt € 75,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Korczakschule, Alter Steinbacher Weg 26, Gymn.-Raum (barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Montag, 24. August

## Bodyforming

Durch Übungen für alle wichtigen Körperpartien werden die entsprechenden Muskelgruppen trainiert sowie Haltung und Körperbewusstsein verbessert. Ein Theraband unterstützt die gezielte und kontrollierte Durchführung des Trainings. Es wird ein Theraband (mind. 2 Meter lang) benötigt.

- **Nr. A30231** Claudia Hanitsch  
01. September, dienstags, 18:30 - 19:30 Uhr  
16 Unterrichtsstunden, 12 Termine  
€ 61,30 (ermäßigt € 50,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 89,30 (ermäßigt € 73,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Ricarda-Huch-Schule, Dammstraße 26, Gymn.-Raum (Turnhalle 2),  
barrierefreier Zugang  
An-/Abmeldeschluss: Dienstag, 25. August

### Schon gewusst?

Inhaber\*innen des Gießen-Passes erhalten eine Ermäßigung von 50 % auf die Kursgebühr.

## Moderne Gymnastik "60plus"

Es werden folgende Kursinhalte angeboten: Beweglichkeit aufbauen, schulen und fördern (bei Arthrose), Wirbelsäulen- und Beckenbodengymnastik, Stretching, isometrische Übungen (bei Osteoporose), Ausdauertraining für Herz und Kreislauf, Entspannung zu erholsamer Musik.

28 Unterrichtsstunden, 14 Termine

€ 103,90 (ermäßigt € 85,70) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 152,90 (ermäßigt € 124,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

vhs in der Kongresshalle; Gymnastikraum (Eingang über Treppe),

Südanlage 3 A

### ■ Nr. A30260 Susanne Dingeldey

18. August, dienstags, 09:00 - 10:30 Uhr

An-/Abmeldeschluss: Dienstag, 11. August

### ■ Nr. A30261 Susanne Dingeldey

18. August, dienstags, 10:30 - 12:00 Uhr

An-/Abmeldeschluss: Dienstag, 11. August

## Wochenend-Schnupperkurs Bogenschießen

Wir wollen an diesem Wochenende erkunden, wie diese Sportart funktioniert und welche technischen Grundlagen zu beachten sind. Der Bogensport Club Gießen stellt die Bögen und das Übungsmaterial zur Verfügung. Dafür wird, zusätzlich zur Kursgebühr, ein Kostenbeitrag von € 15,00 - € 20,00 Euro für das Wochenende, je nach Anzahl der Teilnehmer\*innen fällig (Zielaufgaben, Leihbögen, Leihpfeile, sonstige Ausrüstung). Dieser Betrag ist vor Ort beim Kursleiter bar zu entrichten.

### ■ Nr. A30290 Chris König

05. und 06. September

Samstag und Sonntag, 10:00 - 13:00 Uhr

8 Unterrichtsstunden, 2 Termine

€ 26,00 (ermäßigt € 20,80) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 40,00 (ermäßigt € 32,00) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

1. Bogensportclub Gießen, Bogenschießanlage, Monroe-Road 8

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 27. August



## Workshop für Frauen: Entspannung im Beckenraum

Nackenverspannungen /-schmerzen sind jedem bekannt. Im tiefen Bauch- und Beckenraum können diese Beschwerden sehr diffus und unterschiedlich wahrgenommen werden. Die Ursachen sind sehr vielfältig und reichen von Senkungen, Zyklusbeschwerden, Endometriose, Narben, überaktiver Blase, zurückliegende Blasenentzündungen, Unfälle bis hin zu ständigem Stress und vielem mehr. In diesem Workshop werden wir Gleichgewicht und Wohlbefinden in diese Region bringen. Bitte mitbringen: Ein Handtuch, ein rechteckiges Geschirrtuch, wer mag, ein Badetuch, und bitte bequeme Kleidung tragen.

### ■ Nr. A30301 Kerstin Bäcker

31. Oktober, Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr

4 Unterrichtsstunden, 1 Termin

€ 16,70 (ermäßigt € 14,10) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 23,70 (ermäßigt € 19,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik

(barrierefreier Zugang)

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 22. Oktober

## Kurs für Frauen: Ein gesunder Beckenboden

Mal entspannt, mal kraftvoll muss der Beckenboden vielen Aufgaben flexibel begegnen. In diesem Kurs lernen wir, ihn entsprechend anzusteuern. Der Beckenboden steht im ständigen Miteinander mit dem Zwerchfell und der Atmung sowie der Tiefen- und Hüftmuskulatur. Auch der Kiefer und die Fußstellung haben Einfluss. Mit einem liebevollen Blick auf das Thema und konkreter Anleitung wird sich ein deutlich besseres Beckenbodengefühl und mehr Sicherheit im Alltag einstellen. Bitte bequeme Kleidung tragen.

### ■ Nr. A30303 Kerstin Bäcker

09. September, mittwochs, 18:00 - 19:30 Uhr

12 Unterrichtsstunden, 6 Termine

€ 45,10 (ermäßigt € 37,30) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 66,10 (ermäßigt € 54,10) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Gleiberg"

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 03. September

## Neu Workshop: Befreiter Kiefer und Nacken mit Feldenkrais-Bewegungen

Neigen Sie dazu, Ihren Kiefer anzuspannen, oder leiden Sie unter übermäßiger Verspannung in Gesicht, Nacken oder in Schultern? In diesem Kurs/Workshop erkunden wir einfache, angenehme Bewegungen in Kopf, Augen, Gesicht, Wirbelsäule, Schultern und Becken. Ihr Kiefer wird neue Bewegungsfreiheit finden, wodurch Verspannungen mühelos gelöst werden. Wenn Sie viel Zeit am Computer verbringen, auf Ihr Handy schauen oder viel sitzen, ist dieser Kurs/Workshop genau das Richtige für Sie. Vorkenntnisse in Feldenkrais sind nicht erforderlich. Bitte lockere, warme Kleidung und ein kleines Handtuch.

### ■ Nr. A30312 Miranda Glikson

26. September, Samstag, 14:00 - 17:00 Uhr

4 Unterrichtsstunden, 1 Termin

€ 14,20 (ermäßigt € 11,60) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 21,20 (ermäßigt € 17,20) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Gleiberg"

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 17. September

## Neu Gut zu Fuß: Leichter Gehen mit der Feldenkrais-Methode

Wie geht das Gehen? Wie gehst Du? Die ersten Schritte, die wir als Kinder nehmen, werden gefeiert - und jetzt? ist das Gehen für Sie mühsam? - unangenehm? Mit der Feldenkrais-Methode erfahren Sie, wie Sie alle Bereiche des Körpers in Bewegung integrieren können, um Ihren Gehstil leichter und müheloser zu machen. Vorkenntnisse in Feldenkrais sind nicht erforderlich. Bitte lockere, warme Kleidung, und ein kleines Handtuch mitbringen

- **Nr. A30314** Miranda Glikson  
07. November, samstags, 10:00 - 13:00 Uhr (nicht am 21.11.)  
12 Unterrichtsstunden, 3 Termine  
€ 42,60 (ermäßigt € 34,80) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 63,60 (ermäßigt € 51,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Gleiberg"  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 29. Oktober

## Fortlaufender Kurs: Bewusstheit durch Bewegung mit der Feldenkrais-Methode

Viele von uns wünschen sich weniger Schmerzen, Steifheit und körperliches Schweregefühl - also mehr Leichtigkeit im Alltag. Die Feldenkrais-Methode fördert bewegungsorientiertes Lernen und berücksichtigt dabei die aktuelle persönliche Situation. Wir lernen, einfühlsamer, aufmerksamer und bewusster mit uns selbst umzugehen. In diesem Kurs werden wir uns auf die grundlegenden Lektionen konzentrieren und vorrangig Bewegungen in Rücken- und Seitenlage durchführen. Im Kurs herrscht eine ruhige und entspannte Atmosphäre, damit wir auch die eigenen Grenzen spüren. Während sanfte Bewegungsabläufe individuell erkundet werden, können Alternativen zu bisherigen Strategien und Bewegungsmustern entwickelt werden. Sie werden merken, dass es sich auf andere Lebensbereiche positiv auswirkt, wenn Sie Ihre Körperhaltung und den Umgang mit sich selbst verbessern. Sowohl Neueinsteiger\*innen als auch Feldenkrais-Kenner\*innen sind willkommen! (Bitte bequeme Kleidung mitbringen.)

- **Nr. A30316** Miranda Glikson  
03. September, 13:00 - 14:15 Uhr  
20 Unterrichtsstunden, 12 Termine  
€ 71,00 (ermäßigt € 58,00) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 106,00 (ermäßigt € 86,00) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik  
(barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 27. August

## Vortrag: Bewegte Augen sehen besser

### Praxisabend zum ‚Ganzheitlichen Sehtraining‘

Die Augen sind der ‚Spiegel unserer Seele‘, der Prozess des Sehens, des Denkens und der Gefühlsempfindungen bilden eine Einheit. Nicht organgemäße Sehgewohnheiten im Zusammenhang mit Überforderung, Stress und Bildschirmarbeit können zur Anspannung im Sehprozess führen und das Sehen verschlechtern. ‚Ganzheitliches Sehtraining‘ kann eine Möglichkeit sein, Blockierungen des Sehens aufzulösen und mögliche Potentiale des Sehens zu entwickeln. Durch alltagstaugliche Spannungs- und Augenübungen (z.B. Augen-Yoga) können Sie an diesem Abend erfahren, wie Sie Ihre Augen unterstützen können im Alltag sowie im beruflichen Kontext.

- **Nr. A30331** Ingeborg Reichl  
02. September, Donnerstag, 18:00 - 19:30 Uhr, 1 Termin  
2 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 7,10 (ermäßigt € 5,80) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 10,60 (ermäßigt € 8,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik  
(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 27. August

## Workshop: Bewegte Augen sehen besser

### Ein Sehtraining für gute Sehkraft und einen entspannten Blick

Die Augen sind im heutigen Alltag stark beansprucht und nicht selten überlastet durch Bildschirmarbeit, Tätigkeiten im Nahbereich, Kunstlicht und wenig Entspannung. Dies kann die Sehkraft schwächen und führt häufiger zu müden, brennenden Augen, Trockenheit, Sehstörungen, Lichtempfindlichkeit und unklarem Sehen. Mit Hilfe des ganzheitlichen Sehtrainings können Sie dem entgegenwirken und selbst aktiv ihre Augengesundheit unterstützen. Im Kurs erlernen Sie kurze, einfache Übungen und Entspannungsverfahren, die Sie bequem im Alltag, zu Hause und am Arbeitsplatz durchführen können. Das Programm ist geeignet bei bestehenden Sehproblemen, zur Vorbeugung und Entspannung sowie für die Unterstützung der Sehkraft am PC sowie im Alter. Bitte bringen Sie ein Handtuch und eine geeignete Aufbewahrung für Ihre Sehhilfe mit. Bei den Übungen sollte man weder eine Brille noch Kontaktlinsen tragen.

- **Nr. A30333** Ingeborg Reichl  
26. September, Samstag, 10:00 - 16:00 Uhr, 1 Termin  
7 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 24,90 (ermäßigt € 20,30) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 37,10 (ermäßigt € 30,10) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Vetzberg"  
An-/Abmeldeschluss: Freitag, 18. September

## Workshop: TaKeTiNa® - mit Freude in den Rhythmus kommen

Rhythmus ist in diesem Kurs eine Brücke zu einem völlig neuen Lernkonzept. Hier lernen Sie ganzheitlich, mühelos und freudvoll Ihr verborgenes Potenzial zu entfalten. Mit elementaren Rhythmusübungen, begleitet von erdigen Sounds einer Basstrommel, lernen Sie Verbundenheit und Getragensein im Rhythmusfeld kennen. So kann der Taketina-Prozess ein Weg zu einem erfüllten Leben und einer lebenswerten Gesellschaft sein. Es sind keinerlei Vorkenntnisse nötig - alle sind herzlich willkommen.

- **Nr. A30391** Dorothea Niedecken  
20. September, Sonntag, 10:30 - 17:15 Uhr  
7 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 24,90 (ermäßigt € 20,30) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 37,10 (ermäßigt € 30,10) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Lilienweg 27a, 35396 Gießen  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 10. September

Bitte benutzen Sie bei Kursanmeldungen die vorgedruckten Anmeldekarten aus dem Anhang.  
(Ab Seite 79)

## TaKeTiNa® - mit Freude in den Rhythmus kommen / fortlaufender Kurs

- **Nr. A30393** Dorothea Niedecken  
21. Oktober, mittwochs, 19:00 - 21:15 Uhr  
18 Unterrichtsstunden, 6 Termine  
€ 63,90 (ermäßigt € 52,20) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 95,40 (ermäßigt € 77,40) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Lilienweg 27a, 35396 Gießen  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 15. Oktober

### Neu TaKeTiNa-Matinee – Im Rhythmus des Augenblicks

Rhythmus ist Bewegung, Lebendigkeit und Verbindung - er ist die Sprache des Lebens. Die Matinee bietet eine Einführung in den TaKeTiNa-Rhythmusprozess nach Reinhard Flatischler. Diese Methode eröffnet einen unmittelbaren Zugang zu Rhythmus durch Bewegung, Stimme und bewusstes Wahrnehmen. Ohne Leistungsdruck entsteht ein Raum, in dem sich Konzentration, Spielfreude und tiefe Entspannung verbinden können. Schritt für Schritt öffnet sich ein musikalischer Flow, der Körper und Geist in Einklang bringt. Eine Einladung zum gemeinsamen Erleben, Wundern und Loslassen. Für alle Interessierten, die Rhythmus auf eine lebendige und ganzheitliche Weise erfahren möchten - unabhängig von musikalischen Vorkenntnissen.

- 4 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 14,20 (ermäßigt € 11,60) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 21,20 (ermäßigt € 17,20) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Lilienweg 27a, 35396 Gießen
- **Nr. A30395** Dorothea Niedecken  
13. Dezember, Sonntag, 10:30 - 14:00 Uhr  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 03. Dezember
- **Nr. A30396** Dorothea Niedecken  
10. Januar 2027, Sonntag, 10:30 - 14:00 Uhr  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 04. Januar

## Tanz

Die vhs der Stadt Gießen bietet Ihnen die Möglichkeit, verschiedene Tänze kennen zu lernen oder das vorhandene Wissen aufzufrischen. Paartanzkurse sind entsprechend in der Kursbeschreibung aufgeführt.

### Neu Workshop: Russische- und Balkantänze

Mitreißende und ruhigere Volkstänze aus Osteuropa werden mit einer Methode vermittelt, mit der jede und jeder sie leicht erlernen kann. Besonders die russischen Tänze stehen im Spannungsbogen von kraftvoll-dynamisch und andächtig-getragen. Viele dieser Tänze erzählen Geschichten, denen wir in der Bewegung nachspüren. Es wird überwiegend im Kreis getanzt. In der Gruppe wird ohne feste Partner getanzt. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig, alle können mitmachen. Sie können mit oder ohne Partner kommen. Bitte bringen Sie Turnschuhe mit heller Sohle oder Tanzschuhe mit.

- **Nr. A20511** Peter Bartelt  
01. November, Sonntag, 10:00 - 13:00 Uhr  
4 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 20,70 (ermäßigt € 18,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 27,70 (ermäßigt € 23,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik  
(barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 22. Oktober

### Workshop: Israelische Tänze

Sie sind neugierig auf etwas Neues? Lernen Sie israelische Tänze kennen! Israelische Tänze zeichnen sich durch ihre Ausdruckskraft für Lebensfreude aus und spiegeln eine lange Volkstradition wieder. Mitzubringen sind ein Getränk, ein Pausensnack, bequeme Kleidung sowie Turnschuhe mit heller Sohle oder Tanzschuhe. Traditionelle und neue leichte Tänze aus Israel werden mit einer Methode vermittelt, durch die sie leicht erlernbar sind. Viele israelische Volkstänze sind Kreistänze und basieren auf biblischen Texten, sind quasi getanzte Heilige Schrift und machen den Sinn dieser Texte dadurch körperlich erfahrbar. Hauptsächlich werden wir an diesem Nachmittag solche Tänze erlernen. In der Gruppe wird ohne feste Partner getanzt. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig, alle können mitmachen. Sie können mit oder ohne Partner kommen.

- **Nr. A20514** Peter Bartelt  
29. August, Samstag, 14:00 - 17:00 Uhr  
4 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 20,70 (ermäßigt € 18,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 27,70 (ermäßigt € 23,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik  
(barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 20. August

### Workshop: Line-, Square- und Kreistänze aus aller Welt

Nicht nur die Füße tanzen - nein, auch der Kopf! Tanzen ist die schönste und charmanteste Art, sich zu bewegen. Musik beschwingt, die Bewegung lockert die Muskulatur, kräftigt Herz und Kreislauf, macht die Gelenke beweglich. Tanzen ist Ganzkörper- und Gedächtnistraining, Balsam für Körper, Geist und Seele und macht sehr viel Spaß. Der Schwerpunkt dieses Kurses liegt auf schwungvollen Block-, Line- und Squaredances zu peppiger Musik. In der Gruppe wird ohne feste Partner getanzt. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig, alle können mitmachen. Sie können mit oder ohne Partner\*in kommen. Ziel des Kurses ist es, durch geselliges Tanzen die Freude an rhythmischen Körperbewegungen zu wecken, den Geist zu aktivieren und Gemeinschaft im fröhlichen Miteinander zu fördern. Zudem trägt der Kurs zur Erhaltung der Lebensfreude und der Gesundheit bei. Für Teilnehmer\*innen mit leichten Vorkenntnissen und Bewegungserfahrung geeignet. Bitte bringen Sie zum Kurs Turnschuhe mit heller Sohle oder Tanzschuhe mit.

- **Nr. A20531** Peter Bartelt  
05. Dezember, Samstag, 14:00 - 17:00 Uhr  
4 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 20,70 (ermäßigt € 18,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 27,70 (ermäßigt € 23,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik  
(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 26. Nov.

## Fortlaufender Kurs Line-, Square- und Kreistänze aus aller Welt für Anfänger

Nicht nur die Füße tanzen - nein, auch der Kopf! Tanzen ist die schönste und charmanteste Art, sich zu bewegen. Musik beschwingt, die Bewegung lockert die Muskulatur, kräftigt Herz und Kreislauf, macht die Gelenke beweglich. Tanzen ist Ganzkörper- und Gedächtnistraining, Balsam für Körper, Geist und Seele und macht sehr viel Spaß. Der Schwerpunkt dieses Kurses liegt auf schwungvollen Block-, Line- und Squaredances zu peppiger Musik. In der Gruppe wird ohne feste Partner getanzt. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig, alle können mitmachen. Sie können mit oder ohne Partner\*in kommen. Ziel des Kurses ist es, durch geselliges Tanzen die Freude an rhythmischen Körperbewegungen zu wecken, den Geist zu aktivieren und Gemeinschaft im fröhlichen Miteinander zu fördern. Zudem trägt der Kurs zur Erhaltung der Lebensfreude und der Gesundheit bei. Bitte bringen Sie zum Kurs Turnschuhe mit heller Sohle oder Tanzschuhe mit.

### ■ Nr. A20533 Peter Bartelt

19. August, mittwochs, 18:00 - 19:30 Uhr

28 Unterrichtsstunden, 14 Termine

€ 105,90 (ermäßigt € 87,70) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 154,90 (ermäßigt € 126,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik

(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Mittwoch, 12. August

## Fortlaufender Kurs Line-, Square- und Kreistänze aus aller Welt

Für Teilnehmer\*innen mit leichten Vorkenntnissen und Bewegungserfahrung geeignet.

### ■ Nr. A20535 Peter Bartelt

18. August, dienstags, 18:15 - 19:45 Uhr

28 Unterrichtsstunden, 14 Termine

€ 105,90 (ermäßigt € 87,70) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 154,90 (ermäßigt € 126,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65,

Raum Botanik (barrierefreier Zugang)

An-/Abmeldeschluss: Dienstag, 11. August

## Ernährung

In unseren Kochkursen kochen bzw. backen die Teilnehmer\*innen nach Anleitung durch die Kursleiter\*innen in kleinen Gruppen selbst. Die zubereiteten Gerichte werden gemeinsam begutachtet und verzehrt. Falls Sie aus gesundheitlichen oder religiösen Gründen bestimmte Lebensmittel nicht essen dürfen, sprechen Sie uns vor Ihrer Anmeldung an, wir erkundigen uns in diesem Falle bei der Kursleitung nach der Zutatenliste. Die Kosten für Lebensmittel werden direkt im Kurs abgerechnet und bezahlt. Auch für von Ihnen versäumte und bei den Kursleiter\*innen abgesagte Kurstermine nach dem Anmeldeschluss, muss aus organisatorischen Gründen die Lebensmittelpauschale erhoben werden. Bitte bringen Sie Getränke, Schürze, Geschirrtuch und Vorratsdosen (für Essensmitnahmen) mit.



## Gemüsefermentation – die Grundlagen

In diesem Grundlagen-Workshop lernen Sie Schritt für Schritt, wie Sie Gemüse ganz einfach selbst fermentieren können – ob Kraut, Möhren, Gurken oder bunte Mischungen. Dabei zeigen wir Ihnen zwei verschiedene Techniken, die Fermentation in Salzlake und die Fermentation im eigenen Saft. Lebensmittel-/Materialkosten von ca. € 25,00 sind direkt mit der Kursleitung bar zu verrechnen.

### ■ Nr. A30501 Dr. Lucie Preißler

11. September, Freitag, 17:00 - 20:00 Uhr

4 Unterrichtsstunden, 1 Termin

€ 16,70 (ermäßigt € 14,10) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 23,70 (ermäßigt € 19,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Georg-Büchner-Schule, Egerländer Straße 5

Küche (Zugang über Reichenberger Straße)

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 03. September

## Neu Fermentiertes in die tägliche Küche einbauen – 2-teiliger Workshop

In diesem zweiteiligen Workshop lernen Sie nicht nur, wie Sie einfache und schnelle Fermente herstellen, sondern vor allem, wie sie in Ihren Alltag integriert werden können. Lebensmittel-/Materialkosten von ca. € 30,00 sind direkt mit der Kursleitung bar zu verrechnen.

### ■ Nr. A30503 Dr. Lucie Preißler

24. Oktober und 07. November, 14:00 - 17:00 Uhr

8 Unterrichtsstunden, 2 Termine

€ 30,90 (ermäßigt € 25,70) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 44,90 (ermäßigt € 36,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Georg-Büchner-Schule, Egerländer Straße 5

Küche (Zugang über Reichenberger Straße)

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 15. Oktober

## Kimchi – die koreanische Art, würzig zu fermentieren

In diesem Workshop dreht sich alles um Kimchi, das fermentierte Nationalgericht Koreas. Sie lernen die traditionelle Zubereitung kennen – mit Chinakohl, Rettich, Frühlingszwiebeln und einer würzigen Paste. Wir besprechen, wie Sie das Rezept individuell abwandeln können, z. B. mit saisonalem Gemüse oder milderer Schärfe. Lebensmittel-/Materialkosten in Höhe von ca. € 25,00 sind direkt mit der Kursleitung in bar zu verrechnen.

- **Nr. A30505** Dr. Lucie Preißler  
27. September, Sonntag, 10:00 - 13:00 Uhr  
4 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 16,70 (ermäßigt € 14,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 23,70 (ermäßigt € 19,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Georg-Büchner-Schule, Egerländer Straße 5  
Küche (Zugang über Reichenberger Straße)  
An-/Abmeldeschluss: Freitag, 18. September

### Neu Milchkefir & Joghurt fermentieren

In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie aus Milch ganz einfach und ohne Maschine probiotischen Milchkefir und cremigen Joghurt selbst herstellen können. Lebensmittel-/Materialkosten von ca. € 20,00 sind direkt mit der Kursleitung bar zu verrechnen.

- **Nr. A30507** Dr. Lucie Preißler  
06. Dezember, Sonntag, 10:00 - 13:00 Uhr  
4 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 16,70 (ermäßigt € 14,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 23,70 (ermäßigt € 19,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Georg-Büchner-Schule, Egerländer Straße 5  
Küche (Zugang über Reichenberger Straße)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 26. November

## Abenteuer der Kochkunst

### Nudeln mit Soßen & Strudel

In kleinen Mengen stellen wir u. a. mit Weizen- oder Dinkelmehl, Grieß oder Urgetreide wie Rotkorn verschiedene Nudelteige her, mit Gewürzen und Kräutern aromatisiert und natürlich eingefärbt. Außerdem erlernen Sie die Herstellung von Schokoladennudeln und Spätzle. Die Umlage für Lebensmittel und Skript von ca. € 14,00 wird direkt bar mit der Kursleiterin verrechnet.

- **Nr. A30508** Ingeborg Jost  
15. November, Sonntag, 11:00 - 15:30 Uhr  
6 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 23,80 (ermäßigt € 19,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 34,30 (ermäßigt € 28,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Georg-Büchner-Schule, Egerländer Straße 5  
Küche (Zugang über Reichenberger Straße)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 05. November

### Viva México - Mexikanische Küche

In entspannter Atmosphäre bereiten wir typisch mexikanische Speisen zu und lernen zugleich viele Vokabeln aus der mexikanischen bzw. spanischen Küchenwelt. Es entsteht dabei ein leckeres mexikanisches Menü, wie z. B.: Tacos, Guacamole, scharfe Soße und Suppe. Alle Zutaten sind gluten- und laktosefrei. Die Kosten für die Lebensmittel in Höhe von € 20,00 sind direkt bei der Kursleiterin bar zu entrichten.

- **Nr. A30509** Mirna Arredondo Espinosa  
28. November, Samstag, 17:00 - 22:15 Uhr  
7 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 27,40 (ermäßigt € 22,80) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 39,60 (ermäßigt € 32,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Georg-Büchner-Schule, Egerländer Straße 5  
Küche (Zugang über Reichenberger Straße)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 19. November

### Neu Wärmende indische Herbstküche – Currys & frisch gebackenes Naan

Wärmende Currys, cremige Linsengerichte und frisch gebackenes Naan. Mit praktischen Tipps zur authentischen Zubereitung.

- **Nr. A30510** Dr. Ranjithkumar Rajendran  
20. November, Freitag, 17:00 - 22:15 Uhr  
7 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 27,40 (ermäßigt € 22,80) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 39,60 (ermäßigt € 32,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Georg-Büchner-Schule, Egerländer Straße 5  
Küche (Zugang über Reichenberger Straße)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 12. November

### Neu Französische Küche: La cuisine en Nouvelle-Aquitaine (Teil 1) „Prenez Versailles et mêlez-y Anvers, vous avez Bordeaux“. (Victor Hugo)

Die größte aus 12 Départements bestehende Region Frankreichs ist nicht nur durch ihre Hauptstadt Bordeaux und ihre Weine berühmt. Sie bietet nämlich auch bemerkenswerte Bauten, Kulturmöglichkeiten, sehr unterschiedliche Landschaften und dadurch eine vielfältige Gastronomie. An diesem ersten Abend kochen wir eher Gerichte aus dem Nord-u. Ostteil der Region sowie aus Bordeaux. Bon appétit! Lebensmittelkosten: von ca. € 18,00 sind direkt mit der Kursleiterin bar zu verrechnen.

- **Nr. A30511** Anne Courtois  
18. September, Freitag, 17:00 - 22:15 Uhr  
7 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 27,40 (ermäßigt € 22,80) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 39,60 (ermäßigt € 32,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Georg-Büchner-Schule, Egerländer Straße 5  
Küche (Zugang über Reichenberger Straße)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 10. September

### Neu Französische Küche: La cuisine en Nouvelle-Aquitaine (Teil 2)

Unsere gastronomische Reise geht weiter in den südlichen Teil dieser Region und wir erreichen wieder eine neue abwechslungsreiche Landschaft: Zuerst durch die „Landes“, bevor wir die sehr würzige Gastronomie des berühmten franz. Baskenland kennenlernen. Lassen Sie sich überraschen! Lebensmittelkosten: von ca. € 18,00 sind direkt mit der Kursleiterin bar zu verrechnen.

- **Nr. A30513** Anne Courtois  
30. Oktober, Freitag, 17:00 - 22:15 Uhr  
7 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 27,40 (ermäßigt € 22,80) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 39,60 (ermäßigt € 32,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Georg-Büchner-Schule, Egerländer Straße 5  
Küche (Zugang über Reichenberger Straße)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 22. Oktober

### Neu Französische Küche: Un repas de Noël aux parfums des îles DOM-TOM. (franz. Überseegebiete)

„Le nombre des saveurs est infini“ J.A. Brillat-Savarin In der hiesigen Küche benutzen wir auch Gewürze, z. B. für die Weihnachtsbäckerei, die bis jetzt kaum hier wachsen können. Eine winzige Menge reicht meistens aus, um z. B. unser Immunsystem zu stärken, gesundheitliche Probleme

insbesondere im Winter zu reduzieren, oder damit Menschen etwas Neues entdecken und sich somit gesünder ernähren können. Also freuen Sie sich über neue einfache aromatische Rezepte und ... bonne soirée „parfumée“! Lebensmittelkosten: von ca. € 18,00 sind direkt mit der Kursleiterin bar zu verrechnen.

- **Nr. A30521** Anne Courtois  
27. November, Freitag, 17:00 - 22:15 Uhr  
7 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 27,40 (ermäßigt € 22,80) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 39,60 (ermäßigt € 32,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Georg-Büchner-Schule, Egerländer Straße 5  
Küche (Zugang über Reichenberger Straße)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 19. November



### Neu Orientalische Küche – Köstlichkeiten aus 1001 Nacht

Entdecken Sie die Vielfalt der orientalischen Aromen. In diesem Kochkurs bereiten wir sieben Gerichte von Indien bis zum Mittelmeer zu und lernen die Raffinesse traditioneller Gewürze kennen. Die Kosten für die Lebensmittel (z.T. Bioprodukte) von € 25,00 sind (bitte passend!) direkt beim Kursleiter bar zu entrichten. Bitte Geschirrhandtuch und Lieblingskochmesser mitbringen.

- **Nr. A30512** Dr. Farhad Golafrā  
21. November, Samstag, 13:00 - 19:00 Uhr  
8 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 30,90 (ermäßigt € 25,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 44,90 (ermäßigt € 36,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Georg-Büchner-Schule, Egerländer Straße 5  
Küche (Zugang über Reichenberger Straße)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 12. November

### Neu Ein Sieben-Gänge-Menü aus dem Buch mit „Safran und Rosenwasser“

#### Ein kulinarisches Märchen aus Persien

Eine aromatische Kräutersuppe eröffnet den Abend, gefolgt von Safranreis mit goldener Kruste und einem zarten Lammschmorgericht mit Mini-Gemüse und Limonen. Ein Datteloomelet sowie ausgewählte Salate bringen orientalische Aromen auf den Tisch. Zum Schluss ein Dessert mit Safran und Rosenwasser. Begleitet wird das Menü von Einblicken in die Kultur und Gewürzwelt der persischen Küche – eine Reise für alle Sinne.Die

Kosten für die Lebensmittel (z.T. Bioprodukte) von € 25,00 sind (bitte passend!) direkt beim Kursleiter bar zu entrichten. Bitte Geschirrhandtuch und Lieblingskochmesser mitbringen.

- **Nr. A30516** Dr. Farhad Golafrā  
14. November, Samstag, 13:00 - 19:00 Uhr  
8 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 30,90 (ermäßigt € 25,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 44,90 (ermäßigt € 36,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Georg-Büchner-Schule, Egerländer Straße 5  
Küche (Zugang über Reichenberger Straße)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 05. November

### Kulinarische Reise am Persischen Golf

Die südpersische Küche begeistert mit kräftigen Gewürzen, fruchtig-süßsaurigen Aromen und feiner Schärfe – veredelt mit Safran. In diesem Kochkurs bereiten wir Meygu Polo (Krabben-Reis), Garnelen in pikanter Zwiebel-Tomaten-Sauce, eine Bockshornklee-Suppe sowie typische Beilagen und ein Dessert mit Datteln und Kichererbsenmehl zu. Die Kosten für die Lebensmittel (z.T. Bioprodukte) von € 25,00 sind (bitte passend!) direkt beim Kursleiter bar zu entrichten. Bitte Geschirrhandtuch und Lieblingskochmesser mitbringen.

- **Nr. A30518** Dr. Farhad Golafrā  
31. Oktober, Samstag, 13:00 - 19:00 Uhr  
8 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 30,90 (ermäßigt € 25,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 44,90 (ermäßigt € 36,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Georg-Büchner-Schule, Egerländer Straße 5  
Küche (Zugang über Reichenberger Straße)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 22. Oktober

### Neu Festliches Indisches Weihnachtsmenü – exotisches Feiertagsessen

Ein exotisches Weihnachtsessen mit feinen Vorspeisen, einer Hähnchenspezialität, vegetarischen Beilagen und traditionellem Dessert – aromatisch und festlich.

- **Nr. A30520** Dr. Ranjithkumar Rajendran  
13. Dezember, Sonntag, 10:00 - 15:15 Uhr  
7 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 27,40 (ermäßigt € 22,80) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 39,60 (ermäßigt € 32,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Georg-Büchner-Schule, Egerländer Straße 5  
Küche (Zugang über Reichenberger Straße)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 03. Dezember

### Neu Geheimnisse der persischen Kochkunst - Gerichte für Festtage & Winterzeit

Begeben Sie sich auf eine orientalisches-kulinarische Reise und entdecken Sie mit Ihrem Kursleiter die Geheimnisse der persischen Kochkunst. Gemeinsam bereiten wir ein winterliches Menü zu: eine kräftige Suppe mit Gerste, zartes Hühnerfleisch in Safransauce mit persischem Langkornreis, verfeinert mit Berberitzen, Nüssen und Trockenfrüchten. Ausgewählte Beilagen und ein feines Dessert runden das Menü ab. Die Kosten für die Lebensmittel (z. T. Bioprodukte) in Höhe von € 25,00 sind (bitte passend!) direkt beim Kursleiter bar zu entrichten. Bitte Geschirrhandtuch und Lieblingskochmesser mitbringen.

- **Nr. A30522** Dr. Farhad Golafrä  
19. Dezember, Samstag, 13:00 - 19:00 Uhr  
8 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 30,90 (ermäßigt € 25,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 44,90 (ermäßigt € 36,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Georg-Büchner-Schule, Egerländer Straße 5  
Küche (Zugang über Reichenberger Straße)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 10. Dezember

### Neu Indische vegetarische Sommerküche – leicht & aromatisch

Leichte, aromatische Sommergerichte mit frischen Gewürzen, saisonalem Gemüse, hausgemachten Chutneys und Basmatireis. Am Kurstag werden die Lebensmittelkosten i. H. v. ca. € 25,- mit der Kursleitung bar verrechnet.

- **Nr. A30535** Dr. Ranjithkumar Rajendran  
21. August, Freitag, 17:00 - 22:15 Uhr  
7 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 27,40 (ermäßigt € 22,80) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 39,60 (ermäßigt € 32,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Georg-Büchner-Schule, Egerländer Straße 5  
Küche (Zugang über Reichenberger Straße)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 13. August



### Neu Mit der Suppenschale durch Asien -vegan-

Ohne industrielle Fertigpasten kochen wir mit frischen, und veganen Zutaten die beliebten Suppenklassiker thailändische Tom Kha "Gai", chinesische Wonton-Suppe, indische Mulligatawny und weitere Nationalsuppen. Außerdem erlernen Sie die Herstellung asiatischer Gemüsebrühe ohne industrielle Brühwürfel und wie Sie beliebte Gemüsesuppen vegan und mit asiatischer Note kochen können. Sie erhalten eine Einführung in asiatische und vegane Zutaten. Die Umlage für Lebensmittel und Skript von ca. 14,00 Euro wird direkt mit der Kursleiterin in bar verrechnet.

- **Nr. A30541** Ingeborg Jost  
22. November, Sonntag, 11:00 - 15:30 Uhr, 6 Unterrichtsstunden  
€ 23,80 (ermäßigt € 19,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 34,30 (ermäßigt € 28,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Georg-Büchner-Schule, Egerländer Straße 5  
Küche (Zugang über Reichenberger Straße)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 12. November

### Weihnachtsgebäck „uff hessisch“

Für den „Bunten Teller“ zeigen wir die Herstellung von traditionellem hessischen Weihnachtsgebäck: Rahm- und Buttergebäckenes, Kartoffelgebäck, Frankfurter Brenten und Bethmännchen, Omas Spritzgebäck mit dem Fleischwolf u.a. Dazu Geschichte und Geschichten beim Appelpunsch und Kochkäs-Brot. Die Umlage für Lebensmittel und Skript in Höhe von ca. € 11,00 wird direkt mit der Kursleiterin in bar verrechnet.

- **Nr. A30551** Ingeborg Jost  
12. Dezember, Samstag, 11:00 - 15:30 Uhr  
6 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 23,80 (ermäßigt € 19,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 34,30 (ermäßigt € 28,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Georg-Büchner-Schule, Egerländer Straße 5  
Küche (Zugang über Reichenberger Straße)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 03. Dezember

### Bierbrauen! (Theorie)

In diesem Workshop erklärt ein erfahrener Braumeister die einzelnen Herstellungsschritte, die benötigten Gerätschaften und gibt Tipps für eigene Brauersuche, um eigenes Bier mit einfachen Mitteln in der heimischen Küche herzustellen. Diese Kenntnisse ermöglichen eine effektivere Teilnahme an dem Praxis-Kurs. Eine Verkostung rundet das Seminar ab. Das Mindestalter für eine Teilnahme: 18 Jahre. Don't drink and drive.

- **Nr. A30581** Volker Fahrenstück  
12. September, Samstag, 10:00 - 15:30 Uhr  
7 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 27,40 (ermäßigt € 22,80) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 39,60 (ermäßigt € 32,60) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum Botanik  
(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 03. Sept.

### Bierbrauen - Praxisseminar

Unter Anleitung des Braumeisters brauen Sie einen Kleinsud komplett vom Malz bis zum fertigen Bier selbst. Nach einer etwa 6-wöchigen Reifezeit treffen wir uns zu einer Verkostung und Übergabe des fertigen Bieres. Die Kostenpauschale für Rohstoffe und Kopien in Höhe von € 10,00 ist direkt mit dem Kursleiter bar zu verrechnen. Das Mindestalter für eine Teilnahme: 18 Jahre. Don't drink and drive. Max. 6 Teilnehmer\*innen. Achtung: Die Verkostung findet am 07. November 2026 in der vhs Gießen, Fröbelstraße 65 statt.

- **Nr. A30583** Volker Fahrenstück  
26. September, Samstag, 10:00 - 18:00 Uhr  
07. November, Samstag, 16:00 - 18:00 Uhr  
13 Unterrichtsstunden, 2 Termine  
€ 71,40 (ermäßigt € 58,40) bei 6 Teilnehmer\*innen  
Georg-Büchner-Schule, Egerländer Straße 5  
Küche (Zugang über Reichenberger Straße)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 17. September

## Prüfungsformate an der Volkshochschule der Universitätsstadt Gießen

Im Fachbereich „Deutsch als Zweitsprache“ bietet die Volkshochschule der Universitätsstadt Gießen – auch im Auftrag des Bundesamts für Migration und Flüchtlinge (BAMF) – verschiedene Prüfungen der telc gGmbH und der Gesellschaft für Akademische Studienvorbereitung und Testentwicklung e.V. (g.a.s.t.) an. Die Prüfungen orientieren sich am "Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen" und prüfen unterschiedliche Fertigkeiten. Unter [www.gast.de/dtz](http://www.gast.de/dtz) finden Sie Informationen und einige kostenlose DTZ Modell- und Übungstests. Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website: [www.vhs-giessen.de](http://www.vhs-giessen.de).

### telc Deutsch-Prüfungsvorbereitungskurse

#### Vorbereitungskurs-Termine für Prüfung telc Deutsch A2-B1

- **Nr. A40460** Freitag, 14.08.2026, 15 bis 17 Uhr, 20,- €  
An- bzw. Abmeldeschluss 10.08.2026
- **Nr. A40461** Freitag, 18.09.2026, 15 bis 17 Uhr, 20,- €  
An- bzw. Abmeldeschluss 11.09.2026
- **Nr. A40462** Freitag, 02.10.2026, 15 bis 17 Uhr, 20,- €  
An- bzw. Abmeldeschluss 25.09.2026
- **Nr. A40463** Freitag, 06.11.2026, 15 bis 17 Uhr, 20,- €  
An- bzw. Abmeldeschluss 30.10.2026
- **Nr. A40464** Freitag, 27.11.2026, 15 bis 17 Uhr, 20,- €  
An- bzw. Abmeldeschluss 20.11.2026

#### Vorbereitungskurs-Termin für Prüfung telc Deutsch B2

- **Nr. A40466** Freitag, 13.11.2026, 15 bis 17 Uhr, 20,- €  
An- bzw. Abmeldeschluss 06.11.2026

Sie möchten eine telc Deutsch A2-B1 oder B2 Prüfung ablegen und Genaueres über den Ablauf der Prüfung erfahren? Zur Kursbeschreibung:



### telc Deutsch Prüfungstermine A2-B1

#### Prüfungen für Selbstzahler\*innen im 2. Semester 2026

Sie können unter [deutsch@giessen.de](mailto:deutsch@giessen.de) weitere Informationen zur **Prüfungsanmeldung** erhalten. Zur Anmeldung benötigen Sie einen gültigen Ausweis/Pass mit Lichtbild. Für Rückfragen zu Inhalten und Anforderungen der Prüfungen informieren wir Sie auch gerne persönlich unter 0641 306-1461 oder 0641 306-1466. Die Teilnehmer\*innenzahlen bei den Prüfungen sind begrenzt. Bitte beachten Sie die Anmeldefristen. Die Anmeldungen werden nach Eingangsdatum bearbeitet.

Unter [www.telc.net](http://www.telc.net) finden Sie Informationen über telc Sprachprüfungen. Unter telc Deutsch A2-B1: Die Prüfung auf zwei Stufen für Deutsch - telc finden Sie einen **Modelltest** zum Üben.

#### telc A2-B1 Prüfung

- **Nr. A40470** Samstag, 22.08.2026, ab 09:00 Uhr, € 182,50  
An- bzw. Abmeldeschluss: 24.07.2026, 12 Uhr
- **Nr. A40471** Samstag, 19.09.2026, ab 09:00 Uhr, € 182,50  
An- bzw. Abmeldeschluss: 21.08.2026, 12 Uhr
- **Nr. A40472** Samstag, 24.10.2026, ab 09:00 Uhr, € 182,50  
An- bzw. Abmeldeschluss: 25.09.2026, 12 Uhr
- **Nr. A40473** Samstag, 21.11.2026, ab 09:00 Uhr, € 182,50  
An- bzw. Abmeldeschluss: 23.10.2026, 12 Uhr
- **Nr. A40474** Samstag, 12.12.2026, ab 09:00 Uhr, € 182,50  
An- bzw. Abmeldeschluss: 20.11.2026, 12 Uhr

### telc Deutsch Prüfungstermin B2

#### telc B2 Prüfung

Unter [www.telc.net](http://www.telc.net) finden Sie Informationen über telc Sprachprüfungen. Unter: <https://www.telc.net/sprachpruefungen/zertifikatspruefung/deutsch/telc-deutsch-b2/> finden Sie einen Modelltest zum Üben.

- **Nr. A40476** Samstag, 28.11.2026, ab 09:00 Uhr, € 222,50  
An- bzw. Abmeldeschluss: 30.10.2026, 12 Uhr

### Einbürgerungstests

#### Informationen zum Einbürgerungstest:

Den Fragenkatalog zum Üben finden Sie unter: [BAMF - Bundesamt für Migration und Flüchtlinge - Infothek - Gesamtfragenkatalog zum Test "Leben in Deutschland" und zum "Einbürgerungstest"](#). Weitere Informationen finden Sie hier:



#### Termine Einbürgerungstest:

- **Nr. A40480** Mittwoch, 26.08.2026, 13:15 Uhr, 25,- €  
An- bzw. Abmeldeschluss: 29.07.2026
- **Nr. A40481** Mittwoch, 26.08.2026, 14:45 Uhr, 25,- €  
An- bzw. Abmeldeschluss: 29.07.2026
- **Nr. A40482** Mittwoch, 26.08.2026, 16:15 Uhr, 25,- €  
An- bzw. Abmeldeschluss: 29.07.2026
- **Nr. A40483** Mittwoch, 23.09.2026, 13:15 Uhr, 25,- €  
An- bzw. Abmeldeschluss: 25.08.2026
- **Nr. A40484** Mittwoch, 23.09.2026, 14:45 Uhr, 25,- €  
An- bzw. Abmeldeschluss: 25.08.2026

- **Nr. A40485** Mittwoch, 23.09.2026, 16:15 Uhr, 25,- €  
An- bzw. Abmeldeschluss: 25.08.2026
- **Nr. A40486** Mittwoch, 21.10.2026, 13:15 Uhr, 25,- €  
An- bzw. Abmeldeschluss: 23.09.2026
- **Nr. A40487** Mittwoch, 21.10.2026, 14:45 Uhr, 25,- €  
An- bzw. Abmeldeschluss: 23.09.2026
- **Nr. A40488** Mittwoch, 21.10.2026, 16:15 Uhr, 25,- €  
An- bzw. Abmeldeschluss: 23.09.2026
- **Nr. A40489** Mittwoch, 18.11.2026, 13:15 Uhr, 25,- €  
An- bzw. Abmeldeschluss: 21.10.2026
- **Nr. A40490** Mittwoch, 18.11.2026, 14:45 Uhr, 25,- €  
An- bzw. Abmeldeschluss: 21.10.2026
- **Nr. A40491** Mittwoch, 18.11.2026, 16:15 Uhr, 25,- €  
An- bzw. Abmeldeschluss: 21.10.2026
- **Nr. A40492** Mittwoch, 16.12.2026, 13:15 Uhr, 25,- €  
An- bzw. Abmeldeschluss: 18.11.2026
- **Nr. A40493** Mittwoch, 16.12.2026, 14:45 Uhr, 25,- €  
An- bzw. Abmeldeschluss: 18.11.2026
- **Nr. A40494** Mittwoch, 16.12.2026, 16:15 Uhr, 25,- €  
An- bzw. Abmeldeschluss: 18.11.2026



Bitte benutzen Sie bei Kursanmeldungen die  
vordruckten Anmeldekarten aus dem Anhang.  
(Ab Seite 79)

## Deutsch als Zweitsprache

Die Volkshochschule der Universitätsstadt Gießen bietet Integrationskurse am Vormittag, Nachmittag und Abend an. Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website: [www.vhs-giessen.de](http://www.vhs-giessen.de).

### Deutsch als Zweitsprache Integrationskurse am Vormittag A1.1 - B1.2

#### Deutsch als Zweitsprache - Integrationskurs A2.2 (Modul 4)

- **Nr. AT3101-4** Alla Rother, Gerlinde Deibel-Herzog  
01. September, montags, dienstags, donnerstags und freitags, 09:00 – 12:15 Uhr  
Kursgebühren je nach Förderung, weitere Details erhalten Sie bei der Anmeldung oder auf Anfrage. Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen. Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Wieseck" (barrierefreier Zugang)

#### Deutsch als Zweitsprache - Integrationskurs B1.1 (Modul 5)

- **Nr. AT3101-5** Gerlinde Deibel-Herzog, Alla Rother  
29. Oktober, montags, dienstags, donnerstags und freitags, 09:00 – 12:15 Uhr  
Kursgebühren je nach Förderung, weitere Details erhalten Sie bei der Anmeldung oder auf Anfrage. Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen. Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Wieseck" (barrierefreier Zugang)

#### Deutsch als Zweitsprache - Integrationskurs B1.2 (Modul 6)

- **Nr. AT3101-6** Alla Rother, Gerlinde Deibel-Herzog  
11. Dezember, montags, dienstags, donnerstags und freitags, 09:00 – 12:15 Uhr  
Kursgebühren je nach Förderung, weitere Details erhalten Sie bei der Anmeldung oder auf Anfrage. Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen. Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Wieseck" (barrierefreier Zugang)

#### Deutsch als Zweitsprache Integrationskurs A2.2 (Modul 4)

- **Nr. AT3102-4** Joachim Gerber, Dagmar Lotz-Winter  
14. September, montags bis freitags, 9:00 – 12:15 Uhr  
Kursgebühren je nach Förderung, weitere Details erhalten Sie bei der Anmeldung oder auf Anfrage. Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen.  
Nordstadtverein e.V., Großer Saal, EG, Reichenberger Straße 9

#### Deutsch als Zweitsprache Integrationskurs B1.1 (Modul 5)

- **Nr. AT3102-5** Dagmar Lotz-Winter, Joachim Gerber  
03. November, montags bis freitags, 9:00 – 12:15 Uhr  
Kursgebühren je nach Förderung, weitere Details erhalten Sie bei der Anmeldung oder auf Anfrage. Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen.  
Nordstadtverein e.V., Großer Saal, EG, Reichenberger Straße 9

**Deutsch als Zweitsprache Integrationskurs B1.2 (Modul 6)**

- **Nr. AT3102-6** Joachim Gerber, Dagmar Lotz-Winter  
09. Dezember, montags bis freitags, 9:00 – 12:15 Uhr  
Kursgebühren je nach Förderung, weitere Details erhalten Sie bei der Anmeldung oder auf Anfrage. Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen.  
Nordstadtverein e.V., Großer Saal, EG, Reichenberger Straße 9

**Deutsch als Zweitsprache Integrationskurs A2.1 (Modul 3)**

- **Nr. AT3103-3** Petra de la Vega Zubiaurre, Liliya Gancheva  
18. August, montags bis freitags, 8:15 – 12:30 Uhr  
Kursgebühren je nach Förderung, weitere Details erhalten Sie bei der Anmeldung oder auf Anfrage. Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen.  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe), Südanlage 3 A, Raum 4

**Deutsch als Zweitsprache Integrationskurs A2.2 (Modul 4)**

- **Nr. AT3103-4** Petra de la Vega Zubiaurre, Liliya Gancheva  
16. September, montags bis freitags, 8:15 – 12:30 Uhr  
Kursgebühren je nach Förderung, weitere Details erhalten Sie bei der Anmeldung oder auf Anfrage. Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen.  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe), Südanlage 3 A, Raum 4

**Deutsch als Zweitsprache Integrationskurs B1.1 (Modul 5)**

- **Nr. AT3103-5** Petra de la Vega Zubiaurre, Liliya Gancheva  
29. Oktober, montags bis freitags, 8:15 – 12:30 Uhr  
Kursgebühren je nach Förderung, weitere Details erhalten Sie bei der Anmeldung oder auf Anfrage. Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen.  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe), Südanlage 3 A, Raum 4

**Deutsch als Zweitsprache Integrationskurs B1.2 (Modul 6)**

- **Nr. AT3103-6** Petra de la Vega Zubiaurre, Liliya Gancheva  
27. November, montags bis freitags, 8:15 – 12:30 Uhr  
Kursgebühren je nach Förderung, weitere Details erhalten Sie bei der Anmeldung oder auf Anfrage. Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen.  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe), Südanlage 3 A, Raum 4

**Deutsch als Zweitsprache Integrationskurs A1.2 (Modul 2)**

- **Nr. AT3104-2** Jale Richter  
31. August, montags - donnerstags, 8:30 - 12:45 Uhr  
Kursgebühren je nach Förderung, weitere Details erhalten Sie bei der Anmeldung oder auf Anfrage. Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen.  
Nordstadtverein e.V., Großer Saal, UG, Reichenberger Straße 9

**Deutsch als Zweitsprache Integrationskurs A2.1 (Modul 3)**

- **Nr. AT3104-3** Jale Richter  
19. Oktober, montags - donnerstags, 8:30 - 12:45 Uhr  
Kursgebühren je nach Förderung, weitere Details erhalten Sie bei der Anmeldung oder auf Anfrage. Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen.  
Nordstadtverein e.V., Großer Saal, UG, Reichenberger Straße 9

**Deutsch als Zweitsprache Integrationskurs A2.2 (Modul 4)**

- **Nr. AT3104-4** Jale Richter  
23. November, montags - donnerstags, 8:30 - 12:45 Uhr  
Kursgebühren je nach Förderung, weitere Details erhalten Sie bei der Anmeldung oder auf Anfrage. Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen.  
Nordstadtverein e.V., Großer Saal, UG, Reichenberger Straße 9

**Deutsch als Zweitsprache - Integrationskurs A1.1 (Modul 1)**

- **Nr. A40431-01** N.N.  
26. Oktober, montags -freitags 09:00 Uhr -12:15 Uhr  
100 Unterrichtsstunden, 20 Termine  
Kursgebühren je nach Förderung, weitere Details erhalten Sie bei der Anmeldung oder auf Anfrage.  
Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen.  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Gleiberg"

**Deutsch als Zweitsprache - Integrationskurs A1.2 (Modul 2)**

- **Nr. A40431-02** N.N.  
30. November, montags -freitags 09:00 Uhr -12:15 Uhr  
100 Unterrichtsstunden, 20 Termine  
Kursgebühren je nach Förderung, weitere Details erhalten Sie bei der Anmeldung oder auf Anfrage.  
Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen.  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Gleiberg"

**Deutsch als Zweitsprache - Integrationskurs B1.2 (Modul 6)**

- **Nr. AS3104-6** N.N.  
20. August, dienstags - freitags, 9:00 -13:15 Uhr  
Kursgebühren je nach Förderung, weitere Details erhalten Sie bei der Anmeldung oder auf Anfrage. Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen. vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe), Südanlage 3 A, Raum 1

Deutsch als Zweitsprache  
Zweitschriftlernerkurs am Vormittag

**Kurs für Zweitschriftlerner A1.1 (Modul 1)**

- **Nr. A40415-01** Sabine Gruber-Gast  
01. September, montags- donnerstags, 08:30 Uhr-12:45 Uhr  
100 Unterrichtsstunden, 20 Termine  
Kursgebühren je nach Förderung, weitere Details erhalten Sie bei der Anmeldung oder auf Anfrage.  
Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen.  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Vetzberg"

## Kurs für Zweitschriftler A1.2 (Modul 2)

- **Nr. A40415-02** Sabine Gruber-Gast  
20. Oktober, montags- donnerstags, 08:30 Uhr-12:45 Uhr  
100 Unterrichtsstunden, 20 Termine  
Kursgebühren je nach Förderung, weitere Details erhalten Sie bei der Anmeldung oder auf Anfrage.  
Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen.  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Vetzberg"

## Kurs für Zweitschriftler A2.1 (Modul 3)

- **Nr. A40415-03** Sabine Gruber-Gast  
24. November, montags- donnerstags, 08:30 Uhr-12:45 Uhr  
100 Unterrichtsstunden, 20 Termine  
Kursgebühren je nach Förderung, weitere Details erhalten Sie bei der Anmeldung oder auf Anfrage. Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen.  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Vetzberg"



Deutsch als Zweitsprache

**Einstufungstest** für Selbstzahler\*innen

Diese Kurse werden nicht durch das BAMF gefördert

## Einstufungstest für Selbstzahlende

Sie möchten das Niveau Ihrer Deutschkenntnisse nachweisen oder verbessern und einen geeigneten Deutschkurs finden? Bei uns können Sie Ihr Sprachwissen von A1 bis C1 in den Fertigkeiten Lesen, Schreiben, Hören und Sprechen testen.

Dauer: ca. 60 Minuten

Kosten: 45,00 €

### ■ Nr. A40401

Bitte vereinbaren Sie einen Termin unter [deutsch@giessen.de](mailto:deutsch@giessen.de)  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Besprechungsraum

Einen kostenfreien online- **Sprachniveautest** finden Sie unter  
[Testen Sie Ihr Deutsch - Goethe-Institut](#)

Deutsch als Zweitsprache

**Intensivkurs** für Selbstzahler\*innen

Diese Kurse werden nicht durch das BAMF gefördert

Der Deutsch-Intensivkurs ermöglicht einen schnellen und umfassenden Spracherwerb von den Niveaustufen A1 bis B1. Der Unterricht findet am Vormittag von montags bis donnerstags mit jeweils 5 Unterrichtseinheiten pro Tag statt. Der Kurs umfasst die systematische Entwicklung von Sprachkompetenzen in den Bereichen Sprechen, Hören, Lesen und Schreiben. Zusätzlich bereitet der Kurs gezielt auf die skalierte Prüfung A2-B1 vor.

## Deutsch als Zweitsprache - Intensivkurs - Zielsprachniveau A1.1

Dieser Kurs ist "KEIN" vom BAMF (Bundesamt für Migration) geförderter Kurs

- **Nr. A40459-1** Leonore Blütgen-Walther  
07. September, montags bis donnerstags, 08:30 - 12:45 Uhr  
Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen  
100 Unterrichtsstunden, 20 Termine  
€ 357,50 ab 10 Teilnehmer\*innen (keine Ermäßigung)  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65,  
Raum Botanik (barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 24. August

## Deutsch als Zweitsprache - Intensivkurs - Zielsprachniveau A1.2

- **Nr. A40459-2** Leonore Blütgen-Walther  
26. Oktober, montags bis donnerstags, 08:30 - 12:45 Uhr  
Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen  
100 Unterrichtsstunden, 20 Termine  
€ 357,50 ab 10 Teilnehmer\*innen (keine Ermäßigung)  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65,  
Raum Botanik (barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 12. Oktober

## Deutsch als Zweitsprache - Intensivkurs - Zielsprachniveau A2.1

- **Nr. A40459-3** Leonore Blütgen-Walther  
30. November, 08:30 - 12:45 Uhr  
Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen  
100 Unterrichtsstunden, 20 Termine  
€ 357,50 ab 10 Teilnehmer\*innen (keine Ermäßigung)  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65,  
Raum Botanik (barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 16. November

Denken Sie bitte daran:

**Fernbleiben vom Kurs ist keine Abmeldung!**

Deutsch als Zweitsprache  
**Abendkurse für Selbstzahler\*innen**  
 Diese Kurse werden nicht durch das BAMF gefördert

Haben Sie nach der Arbeit oder dem Studium erst am Abend Zeit, einen Kurs zu besuchen? Dann ist ein Abendkurs das richtige Angebot für Sie: zweimal in der Woche ab ca. 18:00 bis 21:15 Uhr.

### Deutsch als Zweitsprache - Zielsprachniveau A1 – zweimal wöchentlich

#### Deutsch auf Anfängerniveau

In diesem Kurs werden elementare Kenntnisse in den Bereichen Sprechen, Hören, Schreiben und Lesen zu den Themen des Alltags in einfacher Form vermittelt. Sie lernen in Dialogen und kommunikativer Atmosphäre, sich in alltäglichen Situationen zu verständigen. Ferner wird vermittelt, einfache Lesetexte zu verstehen und kleine Mitteilungen selbst zu schreiben. Dazu werden die Grundkenntnisse in Grammatik vermittelt. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen mit keinen oder geringen Vorkenntnissen.

- **Nr. A40450** Anke von Gallera, Gayane Tovmasyan  
 01. September, dienstags und donnerstags, 18:00 -21:15 Uhr  
 100 Unterrichtseinheiten 25 Termine, ab 10 Teilnehmer\*innen  
 Dieser Kurs ist KEIN vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) geförderter Integrationskurs!  
 Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen  
 € 357,50 (ermäßigt € 292,50)  
 Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 307  
 An-/Abmeldeschluss: Dienstag, 25. August

### Deutsch als Zweitsprache - Zielsprachniveau A2 – zweimal wöchentlich

In diesem Kurs erweitern Sie Ihre Deutschkenntnisse aus dem A1-Kurs. Sie lernen mehr Grammatik und Ihr Wortschatz wird größer. Im Kurs werden vertiefend Kenntnisse in den Bereichen Sprechen, Hören, Schreiben und Lesen für Themen des Alltags vermittelt. Sie lernen in Gesprächen und kommunikativer Atmosphäre, sich in verschiedenen Situationen auszudrücken. Zudem lernen Sie Lesetexte zu verstehen und Texte selbst zu verfassen. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen mit geringen Vorkenntnissen.

- **Nr. A40451** N.N.  
 31. August., montags und mittwochs, 18:00 - 21:15 Uhr  
 100 Unterrichtseinheiten 25 Termine, ab 10 Teilnehmer\*innen  
 Dieser Kurs ist KEIN vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) geförderter Integrationskurs!  
 Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen  
 € 357,50 (ermäßigt € 292,50)  
 Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 303  
 An-/Abmeldeschluss: Montag, 24. August

#### Schon gewusst?

Inhaber\*innen des Gießen-Passes erhalten  
 eine Ermäßigung von 50 % auf die Kursgebühr.

### Deutsch als Zweitsprache - Zielsprachniveau B1 – zweimal wöchentlich

Sie haben schon Vorkenntnisse der deutschen Sprache? In diesem Kurs wird die Grammatik wiederholt und verbessert. Der Wortschatz wird erweitert, sowohl inhaltlich als auch die Themenvielfalt betreffend. Sie lernen einen Beitrag in Diskussionen zu leisten und verbessern Ihren mündlichen Ausdruck. Sie verbessern Ihren schriftlichen Ausdruck, verfassen Briefe und trainieren Texte zu schreiben. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen. Er bietet eine Wiederholung der Grammatik, Übungen zur Verbesserung von Rechtschreibung, mündlichem und schriftlichem Ausdruck.

- **Nr. A40452** Joachim Gerber  
 31. August, montags und mittwochs, 18:00 - 21:15 Uhr  
 100 Unterrichtseinheiten 25 Termine, ab 10 Teilnehmer\*innen  
 Dieser Kurs ist KEIN vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) geförderter Integrationskurs!  
 Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen  
 € 357,50 (ermäßigt € 292,50)  
 Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 301  
 An-/Abmeldeschluss: Montag, 24. August

### Deutsch als Zweitsprache - Zielsprachniveau B2 – zweimal wöchentlich

Sie haben ein solides fortgeschrittenes Niveau und Sprachverständnis der deutschen Sprache? In diesem Kurs wird geübt, komplexere Texte zu verstehen, z. B. Fachtexte aus einem bestimmten Bereich. Sie lernen, gut mit anderen zu kommunizieren und die eigenen Gedanken klar auszudrücken. Es wird die Fähigkeit geübt, die Sprache in verschiedenen Situationen anzuwenden und die eigene Meinung samt Begründung klar zu formulieren. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen mit soliden Vorkenntnissen.

- **Nr. A40453** Abderrahim En-Nosse  
 31. August, montags und donnerstags, 17:30 - 20:45 Uhr  
 100 Unterrichtseinheiten 25 Termine, ab 10 Teilnehmer\*innen  
 Dieser Kurs ist KEIN vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) geförderter Integrationskurs!  
 Das Kursbuch wird in der ersten Woche besprochen  
 € 357,50 (ermäßigt € 292,50)  
 Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 304  
 An-/Abmeldeschluss: Montag, 24. August

Deutsch als Zweitsprache:  
 Onlinekurse für Selbstzahler\*innen  
 Diese Kurse werden nicht durch das BAMF gefördert

### Antra-Anfänger-Training A1/A2 als dozentenbegleitetes, rückmeldungsgestütztes, individualisiertes Lernen

- **Nr. A40456** Dr. Martina Claus-Bachmann  
 07. September, montags - freitags, 10:00 -12:00 Uhr  
 100 Unterrichtseinheiten, 50 Termine, ab 10 Teilnehmer\*innen  
 Dieser Kurs ist KEIN vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) geförderter Integrationskurs!  
 € 357,50 (ermäßigt € 292,50)  
 Online-Kurs. An-/Abmeldeschluss: Montag, 31. August

## Vorbereitung auf die Telc-B2-Prüfung

- **Nr. A40457** Dr. Martina Claus-Bachmann  
07. September, montags - freitags, 08:00 - 10:00 Uhr  
100 Unterrichtseinheiten, 50 Termine, ab 10 Teilnehmer\*innen  
Dieser Kurs ist KEIN vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) geförderter Integrationskurs!  
€ 357,50 (ermäßigt € 292,50)  
Online-Kurs  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 31. August

## Online-Training C1

- **Nr. A40458** Dr. Martina Claus-Bachmann  
07. September, montags - freitags, 15:00 - 17:00 Uhr  
100 Unterrichtseinheiten, 50 Termine, ab 10 Teilnehmer\*innen  
Dieser Kurs ist KEIN vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) geförderter Integrationskurs!  
€ 357,50 (ermäßigt € 292,50)  
Online-Kurs  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 31. August

Hier finden Sie weitere Informationen auf [www.vhs-giessen.de](http://www.vhs-giessen.de)

## Grundbildung

### "Treffpunkt Alltagswissen"

"Treffpunkt Alltagswissen" ist ein Kurs, in dem man wichtige Dinge für den Alltag lernen kann. Neben Lesen und Schreiben werden auch ein guter Umgang mit Geld, der eigenen Gesundheit, politischen Themen oder die Bedienung von Smartphone/Computer behandelt. In kleinen Gruppen erlernen Sie dies von Grund auf. Vor und nach dem Kurs besteht die Möglichkeit zur persönlichen Beratung. Dieses Angebot findet in Zusammenarbeit mit der ZAUG (Zentrum Arbeit und Gesundheit) gGmbH und der vhs Landkreis Gießen statt. Der Kurs findet jeden Dienstag in der Zeit von 9:00 bis 12:00 Uhr und jeden Donnerstag in der Zeit von 10:00 bis 12:00 Uhr im ZAUG Selbstlernzentrum, Reichenberger Str. 15 statt. Es handelt sich um ein kostenfreies Angebot, gefördert von der EU aus Mitteln des Landes Hessen. Für nähere Informationen kontaktieren Sie gerne Frau Christina Sarkis (Christina.Sarkis@giessen.de; Tel.: 0641 306-1468) oder besuchen Sie uns auf unserer Homepage [www.vhs-giessen.de](http://www.vhs-giessen.de)

- **Nr. A40406** N.N.  
17. August, dienstags und donnerstags  
Dienstag, 09:00 - 12:00 Uhr  
Donnerstag, 10:00 - 12:00 Uhr  
120 Unterrichtsstunden, 30 Termine  
gebührenfrei  
Nordstadtverein, Reichenberger Straße 9, 35396 Gießen

Gefördert von der Europäischen Union und aus Mitteln des Landes Hessen



## Erste Schritte in Deutschland

### Deutsch 4U - AMIF

### „Sprachkurse Deutsch4U“ im Rahmen des Asyl-, Migrations- und Integrationsfonds (AMIF)

Die Volkshochschule Gießen bietet im Rahmen des Asyl-, Migrations- und Integrationsfonds (AMIF) Sprachmaßnahmen – „Deutsch4U“ - zum frühzeitigen Spracherwerb an. In diesen Kursen werden die Sprache, aber auch Themen wie Alltag in Deutschland, gesellschaftliche Werte, Strukturen, Politik und Rechtsstaat, Frauenrechte, menschenfeindliches Verhalten, Antisemitismus, aber auch das Gesundheits- und Bildungssystem und der Arbeitsmarkt behandelt. Es werden wichtige Institutionen besucht. Das Aufnahmegespräch dient zur Ermittlung Ihrer bisherigen Lern- und Sprachkompetenzen. Ein weiteres Ziel unseres Projekts ist es, Sie in eine fortführende Maßnahme – wie zum Beispiel in einen Integrations- oder berufsbezogenen Deutschsprachkurs (DeuFöV) - zu begleiten. **Diese Maßnahme ist kostenlos!** Sie haben Interesse an unserem Sprachkurs? Zur Prüfung der Teilnahmevoraussetzungen und Vereinbarung eines Beratungstermins nehmen Sie bitte Kontakt zu Frau Christina Sarkis (Christina.Sarkis@giessen.de; Tel.: 0641 306-1468) auf oder besuchen Sie uns auf unserer Homepage [www.vhs-giessen.de](http://www.vhs-giessen.de). Wir beraten, begleiten und unterstützen Sie – individuell und vertraulich!

- **Nr. A40410** Melkun Sarkis  
22. Juni, montags bis freitags, 13:45 - 17:45 Uhr  
300 Unterrichtsstunden, 60 Termine  
gebührenfrei  
Evangelisch-Freikirchliche Gemeinde, Marburger Str. 37, Raum D
- **Nr. A40411** Melkun Sarkis  
14. September, montags bis freitags, 13:45 - 17:45 Uhr  
300 Unterrichtsstunden, 60 Termine  
gebührenfrei  
Evangelisch-Freikirchliche Gemeinde, Marburger Str. 37, Raum D





## Fremdsprachen

Mit dem Lernen einer Sprache öffnet sich ein Fenster zu einer neuen Welt. Die Sprachkurse der Volkshochschule der Universitätsstadt Gießen zielen auf die Vermittlung von Sprache und Kultur, Grammatik und Vokabeln ab.

Die Kurse auf jedem Sprachlevel verstehen sich aufbauend. Jeder Sprachkurs - auch innerhalb einer Referenz-Stufe - bestimmt den Schwierigkeitsgrad anhand seiner Zuordnung in der Reihenfolge im Semesterprogramm. Sehr gerne stehen wir Ihnen beratend zur Seite und helfen Ihnen dabei, den passenden Kurs (A1 – C1) zu finden.

Bei Beratungsbedarf bitten wir Sie, zunächst einen Einstufungstest auf <https://www.sprachtest.de> zu machen. Das Ergebnis können Sie dann mit uns besprechen!

Nähere Informationen erhalten Sie unter 0641 306-1467 oder per Mail unter [Fremdsprachen@giessen.de](mailto:Fremdsprachen@giessen.de).

### Sprachkurse von der Steuer absetzen:

Wer mehrere Sprachen spricht, hat bessere Chancen im Job. Deshalb können die Kosten für einen Sprachkurs von der Steuer abgesetzt werden, wenn die Teilnahme an dem Unterricht berufliche Gründe hat, urteilte der Bundesfinanzhof (Az.: VI R 46/01). Es genügt, der Steuererklärung neben einem Beleg für die Kursteilnahme eine Bescheinigung des Arbeitgebers über die Notwendigkeit beizulegen.

### Fortbildungen und Schulungen für Institutionen und Firmen:

Sollten Sie eine – speziell für Ihre Firma/Institution – zugeschnittene Fortbildung/Schulung wünschen, sprechen Sie uns an. Unsere Dozent\*innen unterrichten Sie gerne in Ihren Firmenräumen. Lehrmaterial, Einstufungsscheck, Beratung und Teilnahmebescheinigungen sind im Paket enthalten. Wir beraten Sie gerne. **Bitte beachten Sie auch unsere „Bildungswochen-Angebote“ im Oktober und November 2026.** Bei Interesse melden Sie sich per Mail an [Fremdsprachen@giessen.de](mailto:Fremdsprachen@giessen.de).

## Gebärdensprache

### Bildungsurlaub: Einführung in die Deutsche Gebärdensprache und die Gehörlosenkultur – Sprache und gesellschaftliche Kompetenz (A1-A2)

Die Deutsche Gebärdensprache ist eine selbstständige Sprache, die mit ihrem Einsatz von Gestik und Mimik eine ganz eigene visuelle Poesie entfaltet. Sie ist das Produkt einer jahrhundertlangen, weltweiten Entwicklung verschiedener Gebärdensprachen und formt sich – nicht zuletzt im Dialog mit der deutschen Lautsprache – beständig weiter. In diesem Bildungsurlaub-Angebot lernen Sie zunächst das Fingeralphabet,

dann grundlegende Vokabeln der deutschen Gebärdensprache und werden mit ihren grammatikalischen Strukturen vertraut gemacht. So lernen Sie nach und nach, eigenständig Sätze der Alltagskommunikation zu gebärden. Daneben bietet der Kurs Einblicke in die Kultur der Gehörlosen, sensibilisiert für ihre Gepflogenheiten und zeigt Formen von gehörloser Kunst auf. Auch die bewegte Geschichte dieser Sprachgemeinschaft sowie ihre aktuelle gesellschaftspolitische Stellung werden diskutiert. Dieser Kurs ist für Hörende konzipiert. Der Kursleiter Dr. Daniel Schneider ist Autor, Dozent, Moderator und Übersetzer. Als CODA (Child of Deaf Adults) ist er mit Gebärdensprache und an der Schnittstelle zwischen hörender und gehörloser Welt aufgewachsen. Bitte bringen Sie folgendes Unterrichtsmaterial mit: - Deutsche Gebärdensprache - Teil 1 Grundkurs für Anfänger, Thimo Kleyboldt/Margit Hillenmeyer; Viko-Medien. Norddeutsche-Ausgabe. - Deutsche Gebärdensprache - Teil 2 Aufbaukurs für Fortgeschrittene I, Thimo Kleyboldt/Margit Hillenmeyer; Viko-Medien. (Die Bücher sind nur direkt über den Verlag bestellbar)

#### ■ Nr. A42800 Daniel Schneider

30. November - 04. Dezember, Montag - Freitag, 09:00 - 16:00 Uhr  
40 Unterrichtsstunden, 5 Termine

€ 261,00 (ermäßigt € 213,00) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 381,00 (ermäßigt € 309,00) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Schwanenteich" (barrierefreier Zugang)

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 12. November



## Englisch

### Englisch A1

### Englisch für Anfänger\*innen A1

Dieser Kurs ist ideal für Einsteiger\*innen ohne Vorkenntnisse. Sie lernen die Grundlagen der englischen Sprache und über Sprechen, Lesen und Schreiben in angenehmer Lernatmosphäre. Beginnen Sie jetzt mit dem Englischlernen und erweitern Sie Schritt für Schritt Ihre Sprachkenntnisse. Es wird mit dem Lehrbuch Headway Elementary (Fifth Edition, OUP) gearbeitet.

- **Nr. A40600** Wolfgang Döring  
31. August, montags, 16:30 – 18:00 Uhr  
26 Unterrichtsstunden, 13 Termine  
€ 94,80 (ermäßigt € 77,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 140,30 (ermäßigt € 114,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 204  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 24. August

### Englisch für Anfänger\*innen – Intensivkurs A1.1 - Fortsetzung

Der Kurs richtet sich vor allem an Teilnehmer\*innen, die nur geringe Englischkenntnisse besitzen, aber auch an Interessierte, die ihr Schulenglisch auffrischen wollen. Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

- **Nr. A40601** Zohreh Fouladi  
27. August, donnerstags, 18:00 - 21:15 Uhr  
20 Unterrichtsstunden, 5 Termine  
€ 73,50 (ermäßigt € 60,50) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 108,50 (ermäßigt € 88,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs-Unterr.-Raum 1 (Parkplatz/Parkscheinautomat an der Kongresshalle)

### Englisch für Anfänger\*innen – A1.1 - Fortsetzung

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen mit geringen Vorkenntnissen. Es wird mit dem Lehrbuch „Headway Elementary 5th Edition, Intermediate, Oxford Uni Press“ ab Lektion 4 gearbeitet.

- **Nr. A40602** Wolfgang Döring  
26. August, mittwochs, 16:30 - 18:00 Uhr  
28 Unterrichtsstunden, 14 Termine  
€ 101,90 (ermäßigt € 83,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 150,90 (ermäßigt € 122,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
An-/Abmeldeschluss: Mittwoch, 21. Oktober  
vhs-Unterr.-Raum 1 (Parkplatz/Parkscheinautomat an der Kongresshalle)

### Englisch für Anfänger\*innen A1.2 - Fortsetzung

Dies ist kein Kurs für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse, sondern ein Fortsetzungskurs für Anfänger\*innen mit geringen Vorkenntnissen - auch für Wiedereinsteiger\*innen gedacht. Schnuppern Sie doch mal rein! Es wird mit dem Lehrbuch „New Headway Elementary, 4th Edition, Oxford Uni Press“ ab Lektion 11 gearbeitet.

- **Nr. A40610** Wolfgang Döring  
25. August, dienstags, 20:00 - 21:30 Uhr  
28 Unterrichtsstunden, 14 Termine  
€ 101,90 (ermäßigt € 83,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 150,90 (ermäßigt € 122,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 210

### **Neu** English Listening & Speaking Workshop (A1/A2)

Erscheint Ihnen gesprochenes Englisch oft zu schnell und unklar? Möchten Sie Ihr Hörverstehen gezielt trainieren und Gespräche endlich mit Leichtigkeit führen? Dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie. Wir konzentrieren uns auf die beiden wichtigsten Fähigkeiten für echte Kommunikation: Hören und Sprechen. Mit intensiven Hörübungen, angeleiteten Sprechaufgaben und bewährten, praxisnahen Strategien verbessern Sie Schritt für Schritt Ihr Verständnis von gesprochenem Englisch in Medien und Alltagssituationen. Gleichzeitig lernen Sie, in

realen Kontexten wie Reisen, Einkaufen, Terminen, Small Talk und sozialen Situationen natürlicher und sicherer zu reagieren. Der Kurs unterstützt Sie dabei, vom passiven Verstehen zum aktiven, selbstbewussten Gebrauch der englischen Sprache zu gelangen.

- **Nr. A40611** Vahid Farnia  
25. August, dienstags, 16:30 - 18:00 Uhr  
12 Unterrichtsstunden, 6 Termine  
€ 45,10 (ermäßigt € 37,30) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 66,10 (ermäßigt € 54,10) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, Raum 4
- **Nr. A40612** Vahid Farnia  
20. Oktober, dienstags, 16:30 - 18:00 Uhr  
16 Unterrichtsstunden, 8 Termine  
€ 59,30 (ermäßigt € 48,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 87,30 (ermäßigt € 71,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, Raum 4



Englisch A2

### Englisch "50plus" - Lernen im eigenen Tempo A2.1 - Fortsetzung

Sie möchten Ihre früher erworbenen Englischkenntnisse auffrischen, sind sich aber nicht sicher, wenn Sie spontan etwas sagen möchten? Nutzen Sie die Zeit, Ihren Wortschatz im Gespräch zu erweitern, die Grammatik zu wiederholen und neue grammatikalische Strukturen zu lernen. Wiedereinsteiger\*innen sind willkommen. Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

- **Nr. A40620** Gerda Schwab  
25. August, dienstags, 17:00 - 18:30 Uhr  
28 Unterrichtsstunden, 14 Termine  
€ 101,90 (ermäßigt € 83,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 150,90 (ermäßigt € 122,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 109

## Englisch A2.1 Intensivkurs – Sicher anwenden, flüssiger werden - Fortsetzung

Dieser A2.1-Intensivkurs richtet sich an Lernende, die die Grundlagen der englischen Sprache bereits beherrschen und ihre Kenntnisse nun in kurzer Zeit gezielt ausbauen möchten. Der Schwerpunkt liegt auf praktischer Kommunikation, der Festigung zentraler grammatischer Strukturen und dem Ausbau eines alltagsrelevanten Wortschatzes. Durch das intensive Lerntempo, zahlreiche kommunikative Übungen und realistische Alltagssituationen gewinnen Sie schnell mehr Sicherheit im Verstehen und Sprechen. Der Kurs ist ideal für alle, die ihr Englisch spürbar festigen und mit mehr Selbstvertrauen einsetzen möchten. Das verwendete Lehrwerk wird zu Kursbeginn vorgestellt.

- **Nr. A40621** Vahid Farnia  
17. August, montags, 18:15 - 21:30 Uhr  
24 Unterrichtsstunden, 6 Termine  
€ 87,70 (ermäßigt € 72,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 129,70 (ermäßigt € 105,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, Raum 4

## Englisch A2.1 - Fortsetzung

Dies ist ein Fortsetzungskurs - auch für Wiedereinsteiger\*innen gedacht. Schnuppern Sie doch mal rein! Es wird mit dem Lehrbuch „Headway, Elementary 5th Edition, Intermediate, Oxford Uni Press“ ab Lektion 6 gearbeitet.

- **Nr. A40622** Wolfgang Döring  
25. August, dienstags, 18:15 - 19:45 Uhr  
28 Unterrichtsstunden, 14 Termine  
€ 101,90 (ermäßigt € 83,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 150,90 (ermäßigt € 122,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Liebigshule B, Bismarckstraße 21, Raum 210

## Englisch für Seniorinnen und Senioren – A2.1 (aufbauend mit Vorkenntnissen)

Weiterbildung kennt kein Alter! Dieser Kurs richtet sich an Senior\*innen, die ihre Englischkenntnisse auffrischen möchten – ideal für Alltag und Ehrenamt. Im Fokus stehen mündliche und schriftliche Ausdrucksmöglichkeiten, unterstützt durch Rollenspiele zur Überwindung von Sprachhemmungen. Ein Lehrbuch begleitet den Kurs.

- **Nr. A40623** Mary Scherer  
17. August, montags, 10:30 - 12:00 Uhr  
(außer am 21.09. und 28.09.2026)  
24 Unterrichtsstunden, 12 Termine  
€ 87,70 (ermäßigt € 72,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 129,70 (ermäßigt € 105,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, Raum 3

## Englisch für Seniorinnen und Senioren A2.1 (aufbauend mit Vorkenntnissen)

Weiterbildung kennt kein Alter! Dieser Kurs richtet sich an Senior\*innen, die ihre Englischkenntnisse auffrischen möchten – ideal für Alltag und Ehrenamt. Im Fokus stehen mündlicher und schriftlicher Ausdruck, unterstützt durch Rollenspiele zur Überwindung von Sprachhemmungen. Ein Lehrbuch begleitet den Kurs.

- **Nr. A40624** Mary Scherer  
20. August, donnerstags, 11:00 - 12:30 Uhr  
(außer am 24.09 und 01.10.2026)  
24 Unterrichtsstunden, 12 Termine  
€ 87,70 (ermäßigt € 72,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 129,70 (ermäßigt € 105,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, Raum 3

## Englisch für die Konversation - Grundstufe A2

Der Kurs bietet Teilnehmer\*innen mit Grundkenntnissen in der englischen Sprache die Möglichkeit, den mündlichen Ausdruck zu üben. Verschiedene Themen wie Small Talk, Reisen, Restaurantbesuch, Landeskunde und Kultur stehen im Mittelpunkt und bilden den Rahmen, um den eigenen Wortschatz zu erweitern und die Ausdrucksfähigkeit zu verbessern. Durch Rollenspiele werden Hemmungen vor dem Gebrauch der englischen Sprache abgebaut.

- **Nr. A40625** Mary Scherer  
20. August, donnerstags, 16:30 - 18:00 Uhr  
(außer am 24.09. und 01.10.2026)  
24 Unterrichtsstunden, 12 Termine  
€ 87,70 (ermäßigt € 72,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 129,70 (ermäßigt € 105,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, Raum 3

## Englisch A2+ - Kompetenz aufbauen, Sicherheit gewinnen - Fortsetzung

In diesem A2+ Kurs lernen berufstätige Erwachsene, ihre Englischkenntnisse gezielt weiterzuentwickeln und schnell mehr Sicherheit im Alltag und im Berufsleben zu gewinnen. In einem den Teilnehmer\*innen entsprechenden Lerntempo arbeiten wir mit aktuellen Materialien, abwechslungsreichen Medien und einem modernen Kursbuch, das in der ersten Unterrichtseinheit vorgestellt wird, um Sprache lebendig, verständlich und direkt anwendbar zu machen. Der Unterricht ist praxisnah, kommunikativ und motivierend, sodass Fortschritte früh sichtbar werden und das Gelernte sofort genutzt werden kann. Für diesen Kurs sind Grundkenntnisse oder Kenntnisse aus dem Vorgängerkurs erforderlich.

- **Nr. A40630** Vahid Farnia  
19. August, mittwochs, 16:45 - 18:15 Uhr  
30 Unterrichtsstunden, 15 Termine  
€ 109,00 (ermäßigt € 89,50) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 161,50 (ermäßigt € 131,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Schwanenteich"  
(barrierefreier Zugang)

## Englisch für die geschäftliche Kommunikation – A2/B1 - Fortsetzung

Im Mittelpunkt des Kurses steht die Verbesserung der mündlichen und schriftlichen Ausdrucksfähigkeit in berufsbezogenen Situationen im internationalen englischsprachigen Geschäftsalltag sowie die Vermittlung interkultureller Kompetenzen. Durch Rollenspiele werden Hemmungen vor dem Gebrauch der englischen Sprache abgebaut. Im Kurs wird ein Lehrbuch eingesetzt, welches sich die Teilnehmer\*innen selbst besorgen müssen.

- **Nr. A40640** Mary Scherer  
 19. August, mittwochs, 18:00 - 19:30 Uhr  
 (außer am 23.09. und 30.09.2026)  
 24 Unterrichtsstunden, 12 Termine  
 € 87,70 (ermäßigt € 72,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
 € 129,70 (ermäßigt € 105,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
 vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
 Südanlage 3 A, Raum 3



### Englisch A2+ - Kompetenz aufbauen, Sicherheit gewinnen - Fortsetzung

In diesem A2+ Kurs lernen berufstätige Erwachsene, ihre Englischkenntnisse gezielt weiterzuentwickeln und schnell mehr Sicherheit im Alltag und im Berufsleben zu gewinnen. In einem, den Teilnehmer\*innen entsprechenden Lerntempo arbeiten wir mit aktuellen Materialien, abwechslungsreichen Medien und einem modernen Kursbuch, das in der ersten Unterrichtseinheit vorgestellt wird, um Sprache lebendig, verständlich und direkt anwendbar zu machen. Der Unterricht ist praxisnah, kommunikativ und motivierend, sodass Fortschritte früh sichtbar werden und das Gelernte sofort genutzt werden kann. Für diesen Kurs sind Grundkenntnisse oder Kenntnisse aus dem Vorgängerkurs erforderlich.

- **Nr. A40641** Vahid Farnia  
 19. Oktober, montags, 18:15 - 21:30 Uhr  
 32 Unterrichtsstunden, 8 Termine  
 € 116,10 (ermäßigt € 95,30) ab 9 Teilnehmer\*innen  
 € 172,10 (ermäßigt € 140,10) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
 vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
 Südanlage 3 A, Raum 4

### Neu Englisch-Workshop mit aktuellen Nachrichten & Medien – Lesen, Hören, Diskutieren (A2/B1)

Interessieren Sie sich für Zeitungen und Magazine? Lesen Sie gern über aktuelle Themen und tauschen sich darüber aus? Möchten Sie Ihren Wortschatz gezielt erweitern und lernen, englischsprachige Medien sicher zu verstehen und aktiv darüber zu sprechen? Dann ist dieser Kurs genau

richtig für Sie. In diesem Kurs nutzen wir die Sprachzeitung 'Read On', die aktuelle Nachrichten und Reportagen in leicht verständlichem Englisch anbietet. Gemeinsam lesen wir wöchentlich ausgewählte Texte zu unterschiedlichen Themen. Die Inhalte werden durch Audioaufnahmen und Videodateien ergänzt, sodass neben dem Lesen auch das Hörverstehen trainiert wird. Neue Wörter und Wendungen werden in verschiedenen Kontexten erarbeitet, während gezielte Lesestrategien helfen, Texte schneller und mit mehr Freude zu erfassen. Ein zentraler Bestandteil des Kurses ist außerdem die freie Diskussion.

- **Nr. A40642** Vahid Farnia  
 24. August, montags, 16:30 - 18:00 Uhr  
 12 Unterrichtsstunden, 6 Termine  
 € 45,10 (ermäßigt € 37,30) ab 9 Teilnehmer\*innen  
 € 66,10 (ermäßigt € 54,10) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
 vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
 Südanlage 3 A, Raum 4  
 An-/Abmeldeschluss: Montag, 17. August
- **Nr. A40643** Vahid Farnia  
 19. Oktober, montags, 16:30 - 18:00 Uhr  
 16 Unterrichtsstunden, 8 Termine  
 € 59,30 (ermäßigt € 48,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
 € 87,30 (ermäßigt € 71,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
 vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
 Südanlage 3 A, Raum 4  
 An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 08. Oktober

### Bildungsurlaub: Englisch für die Verwaltung und kaufmännische Berufe A2 - B1

Teilnehmer\*innenkreis: Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter (m/w/d), die Englisch am Arbeitsplatz benötigen. Vermittelt wird die Sprachkompetenz für folgende alltägliche Situationen:

- Standardsituationen am Arbeitsplatz: Erfragen und Weitergeben von Informationen
- Sachverhalte und Prozeduren erklären, Anweisungen geben
- Einführung von Basisbegriffen, englisches Amtsvokabular
- Englisch als internationale Verkehrssprache
- Übungen zum Schriftverkehr: Form des englischen Briefes, Standardformulierungen
- Telefonieren auf Englisch
- Basisgrammatik

Es soll vor allem behutsam die Sprachfertigkeit trainiert werden. Durch Rollenspiele werden die Hemmungen vor dem Gebrauch der englischen Sprache abgebaut.

- **Nr. A40644** Mary Scherer  
 12. - 16. Oktober, Montag - Freitag, 09:00 - 16:45 Uhr  
 40 Unterrichtsstunden, 5 Termine  
 € 181,00 (ermäßigt € 149,00) ab 9 Teilnehmer\*innen  
 € 281,00 (ermäßigt € 229,00) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
 Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Lahnau" (barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Montag, 28. September

Bitte benutzen Sie bei Kursanmeldungen die  
vorgedruckten Anmeldekarten aus dem Anhang.  
(Ab Seite 79)

## Bildungsurlaub: Englisch – Auffrischkurs A2 – B1

Frischen Sie Ihre Englischkenntnisse im Rahmen eines Bildungsurlaubs auf. Gewinnen Sie mehr Sicherheit in der Formulierung durch aktives Anwenden in verschiedenen sprachlichen Situationen aus dem Alltagsleben. Gemeinsam üben wir die wichtigsten grammatikalischen Regeln, sodass Sie Ihre noch vorhandenen Englischkenntnisse auffrischen können. Diese Veranstaltung entspricht den gesetzlichen Bestimmungen zur Beantragung von Bildungsurlaub bei Ihrem Arbeitgeber. Der Kurs ist aber auch für "Nicht-Bildungsurlauber\*innen" offen. Vorkenntnisse: 3 bis 4 Jahre Schulenglisch oder ähnliche Kenntnisse.

### ■ Nr. A40645 Vahid Farnia

12. - 16. Oktober, Montag - Freitag, 09:00 - 16:45 Uhr  
40 Unterrichtsstunden, 5 Termine  
€ 181,00 (ermäßigt € 149,00) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 281,00 (ermäßigt € 229,00) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Gleiberg"  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 28. September

## Englisch B1

## Englisch B1.1 - Aufbau-/Intensivkurs - Fortsetzung

Dies ist der Fortsetzungskurs zum Kurs „Englisch B1.1 - Aufbau-/Intensivkurs“ für Teilnehmer\*innen, die die meisten Situationen bewältigen können, denen man z. B. auf Reisen im englischen Sprachraum begegnet. Auch Wiedereinsteiger\*innen mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen! Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

### ■ Nr. A40650 Zohreh Fouladi

24. August, montags, 18:15 – 19:45 Uhr  
26 Unterrichtsstunden, 13 Termine  
€ 94,80 (ermäßigt € 77,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 140,30 (ermäßigt € 114,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 210



**Denken Sie bitte daran:  
Fernbleiben vom Kurs ist keine Abmeldung!**

## Englisch B1.1 am Vormittag

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen. Inhalte sind die Wiederholung der Basisgrammatik und übliche Redewendungen mit Übungen in einer entspannten Atmosphäre.

### ■ Nr. A40651 Mary Scherer

21. August, freitags, 10:30 - 12:00 Uhr  
(außer am 25.09. und 02.10.2026)  
24 Unterrichtsstunden, 12 Termine  
€ 87,70 (ermäßigt € 72,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 129,70 (ermäßigt € 105,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, Raum 3

## Pep up your English - English B1

If you enjoy reading thrilling crime stories, discussing current topics, having debates on selected themes, then this is the right course for you. I look forward to lively conversations with you. Newcomers are always welcome. A good command of the English language is a prerequisite.

### ■ Nr. A40652 Mary Scherer

19. August, mittwochs, 16:30 - 18:00 Uhr  
(außer am 23.09. und 30.09.2026)  
24 Unterrichtsstunden, 12 Termine  
€ 87,70 (ermäßigt € 72,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 129,70 (ermäßigt € 105,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, Raum 3

## Englisch Conversation am Vormittag B1

This class is based on the newspaper "World and Press". Articles will be read ahead by the students so they become familiar with the vocabulary. In the next step they will be read in class to train pronunciation, then they will be discussed in an open round.

### ■ Nr. A40654 Vahid Farnia

24. August, montags, 09:15 - 10:45 Uhr  
10 Unterrichtsstunden, 5 Termine  
€ 38,00 (ermäßigt € 31,50) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 55,50 (ermäßigt € 45,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Schwanenteich"  
(barrierefreier Zugang)

### ■ Nr. A40655 Vahid Farnia

19. Oktober, montags, 09:15 - 10:45 Uhr  
(außer am 30.11.2026)  
14 Unterrichtsstunden, 7 Termine  
€ 52,20 (ermäßigt € 43,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 76,70 (ermäßigt € 62,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Schwanenteich"  
(barrierefreier Zugang)

## Bildungsurlaub: Business English B1

This course will include some telephoning and e-mail writing. We will also cover small talk, product descriptions and several grammar points. Current news items as well as other topics of interest will be discussed. Join us to learn a lot in just one week! Diese Veranstaltung entspricht den gesetzlichen Bestimmungen zur Beantragung von Bildungsurlaub bei Ihrem Arbeitgeber. Der Kurs ist aber auch für "Nicht-Bildungsurlauber\*innen"

offen. Vorkenntnisse: 5-6 Jahre Schulenglisch oder ähnliche Kenntnisse. Gerne können Sie vorab auf [www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de) einen kostenlosen Sprachtest absolvieren. Die Unterrichtsmaterialien werden in der vhs-cloud zur Verfügung gestellt. Die Teilnehmer\*innen erhalten eine Woche vor Kursbeginn die Zugangsdaten zur vhs-Cloud. Bitte bringen Sie für die Nutzung der Unterlagen in dem Kurs ein mobiles Endgerät mit.

■ **Nr. A40653** Chris König

12. - 16. Oktober, Montag - Freitag, 09:00 - 16:45 Uhr

40 Unterrichtsstunden, 5 Termine

€ 181,00 (ermäßigt € 149,00) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 281,00 (ermäßigt € 229,00) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Wieseck"

(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Montag, 28. September

## B1.2 Intensivkurs – Spürbare Fortschritte in kurzer Zeit - Fortsetzung

Dieser Kurs richtet sich an Lernende, die ihre Englischkenntnisse gezielt vertiefen und in kurzer Zeit deutlich mehr Sicherheit im Sprechen und Verstehen gewinnen möchten. Aufbauend auf vorhandenen B1.1-Grundlagen werden zentrale Strukturen systematisch wiederholt, gefestigt und weiterentwickelt. Im Fokus stehen das Verstehen und Verwenden von Standardsprache in vertrauten Situationen aus Alltag und Berufsleben sowie das zusammenhängende Sprechen über Erfahrungen, Meinungen, Pläne und persönliche Themen. Der Kurs eignet sich ideal für Lernende, die bereits einfache Gespräche führen können und nun ihre sprachlichen Fähigkeiten auf dem Weg zum vollständigen B1-Niveau konsequent ausbauen möchten. Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben. Für diesen Kurs sind Kenntnisse aus dem Vorgängerkurs oder vergleichbare Kenntnisse erforderlich.

■ **Nr. A40660** Vahid Farnia

18. August, dienstags, 18:15 - 20:45 Uhr

18 Unterrichtsstunden, 6 Termine

€ 66,40 (ermäßigt € 54,70) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 97,90 (ermäßigt € 79,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),

Südanlage 3 A, Raum 4

## Intensivkurs B1+ - Sicher kommunizieren, gezielt Richtung B2 - Fortsetzung

Dieser Kurs richtet sich an Lernende, die das B1-Niveau bereits abgeschlossen haben und ihre Englischkenntnisse nun gezielt festigen und erweitern möchten, um den Übergang zu B2 erfolgreich vorzubereiten. Zentrale Strukturen und Wortschatz werden systematisch vertieft und flexibel angewendet, sodass Sprache klarer, flüssiger und differenzierter eingesetzt werden kann. Im Mittelpunkt stehen präziseres Verstehen, ausdrucksstärkeres Sprechen sowie das zusammenhängende Darstellen von Meinungen, Erfahrungen, Argumenten und Plänen in Alltag und Beruf. Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben. Für diesen Kurs sind Kenntnisse aus dem Vorgängerkurs oder vergleichbare Kenntnisse erforderlich.

■ **Nr. A40661** Vahid Farnia

20. Oktober, dienstags, 18:15 - 20:45 Uhr

24 Unterrichtsstunden, 8 Termine

€ 87,70 (ermäßigt € 72,10) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 129,70 (ermäßigt € 105,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),

Südanlage 3 A, Raum 4

## Englisch B1.2

You have an intermediate knowledge of English? Then join us and enjoy speaking English. Improve your language skills, having fun by reading, writing, speaking and a grammar review in a relaxed atmosphere.

■ **Nr. A40662** Gerda Schwab

24. August, montags, 17:15 - 18:45 Uhr

28 Unterrichtsstunden, 14 Termine

€ 101,90 (ermäßigt € 83,70) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 150,90 (ermäßigt € 122,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Liebigschule B, Bismarckstraße 21, Raum 109



## Englisch B1.2 - am Vormittag

This course is designed for students with B1.2 level or higher. The lessons are based on the textbook "National Geographic Life, Student's book (intermediate)" and include elements of a conversation course appropriate for the level in order to reduce the fear of speaking freely. Have you already taken a B1 course? We are waiting for YOU! Please purchase the textbook only after the course has reached the minimum number of participants. Es wird mit dem Lehrbuch „Life (Intermediate), Second Edition, National Geographic“ ab Lektion 7 gearbeitet.

■ **Nr. A40663** Wolfgang Döring

24. August, montags, 11:00 - 12:30 Uhr

28 Unterrichtsstunden, 14 Termine

€ 101,90 (ermäßigt € 83,70) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 150,90 (ermäßigt € 122,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe), Südanlage 3 A,

Raum 5

## Neu The English Book Club

Sie sind interessiert an Literatur? Gleichzeitig möchten Sie gerne Ihr Englisch verbessern oder auffrischen, ohne dabei an Zertifikate oder theoretische Lektionen zu denken? Dann ist dies vielleicht die passende Gelegenheit - ob Klassiker, neu erschienene Werke oder auch mal ein Theatertext, gemeinsam werden wir über den Zeitraum eines Halbjahres uns mit englischsprachiger Literatur beschäftigen. Nicht nur mit deren

Inhalt, sondern auch gezielt mit der Sprache. Die Unterrichtseinheiten finden überwiegend in Englisch statt, um Konversation und freies Sprechen zu üben. Eigene Wünsche und Ideen sind im Kursus gerne willkommen, auch der Besuch einer englischsprachigen Theateraufführung mit vorheriger Betrachtung des Textes sowie Nachbearbeitung unter Einbeziehung des Produktionsteams ist möglich. Max. 20 Teilnehmer\*innen. Vor Kursbeginn wird der erste Buchtitel, mit dem wir uns befassen werden, über die Website der vhs mitgeteilt. Kurstermine: 19.08., 02.09., 16.09., 30.09., 21.10., 04.11., 18.11., 02.12.2026

■ **Nr. A20100** Martin Koob

19. August, mittwochs, 19:00 - 20:30 Uhr

16 Unterrichtsstunden, 8 Termine

€ 49,70 (ermäßigt € 40,60)

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Besprechungsraum

## Englisch B2

### Business English - General

This is a general Business English course, designed to improve reading, writing and conversation skills for both in and out of office business situations. Participants should have a good command of written and spoken English (Mittlere Reife or equivalent plus additional English language coursework), and should be prepared to do some homework assignments each week. This course is also intended for initial preparation for standardized English certification tests. Information on these tests, as well as supplemental work for those interested in taking such tests will be provided. Material fee ca. €5.00.

■ **Nr. A40670** Laurence Henry

27. August, donnerstags, 18:30 - 20:00 Uhr

28 Unterrichtsstunden, 14 Termine

€ 101,90 (ermäßigt € 83,70) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 150,90 (ermäßigt € 122,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Vetzberg"

### Fast to good English B2 - am Vormittag

In order to be able to speak about topics of current situations, we will read and comment on original articles of interest and concern. Feel free to express your opinion.

■ **Nr. A40671** Vera Shehu

19. August, mittwochs, 10:00 - 11:30 Uhr

26 Unterrichtsstunden, 13 Termine

€ 94,80 (ermäßigt € 77,90) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 140,30 (ermäßigt € 114,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),

Südanlage 3 A, Raum 2

### Schon gewusst?

Inhaber\*innen des Gießen-Passes erhalten eine Ermäßigung von 50 % auf die Kursgebühr.

## English B2

This course aims to improve your fluency and help you sound more natural in English. Word partners (collocations) in context will be learned and practiced. Grammar topics will be dealt with as they come up. A good command of the English language is a prerequisite.

Kostenanteil: € 5,00 für Kopien,

■ **Nr. A40672** Mary Scherer

20. August, donnerstags, 18:00 - 19:30 Uhr

(außer am 24.09. und 01.10.2026)

24 Unterrichtsstunden, 12 Termine

€ 87,70 (ermäßigt € 72,10) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 129,70 (ermäßigt € 105,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),

Südanlage 3 A, Raum 3

## Französisch

### Französisch A1

### Französisch für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse

In diesem Kurs werden Sie Basiskenntnisse der französischen Sprache erwerben. Sie lernen grundlegende Wörter und Formulierungen, mit denen Sie sich im Alltag und Urlaub verständigen können. Ein Blick in die Grammatik der französischen Sprache bringt Ihnen die Pronomen, Präpositionen und Zahlenwelt der Sprache näher. Sie lernen, vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze zu verstehen und anzuwenden, wobei besonderer Wert auf die Aussprache und Intonation gelegt wird. Zudem lernen Sie, sich zu begrüßen und vorzustellen, anderen Fragen zur Person zu stellen sowie selbst auf solche Fragen zu antworten. Das Kursmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

■ **Nr. A40800** Marianne Magnus

01. September, dienstags, 18:15 - 19:45 Uhr

20 Unterrichtsstunden, 10 Termine

€ 73,50 (ermäßigt € 60,50) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 108,50 (ermäßigt € 88,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Schwanenteich"

(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Montag, 24. August



## Französisch A2

**Französisch A1-A2**

In diesem Kurs vertiefen Sie Basiskenntnisse der französischen Sprache. Sie wiederholen grundlegende Wörter, einfache Sätze, Pronomen, Präpositionen und Zahlen. Zudem üben Sie, sich vorzustellen, Fragen zur Person zu stellen und zu beantworten. Insgesamt werden Sie die Basiskenntnisse des A1-Niveaus vervollständigen. Wir werden das A1-Niveau abschließen.

- **Nr. A40810** Manon Soulier  
25. August, dienstags, 18:15 - 19:45 Uhr  
26 Unterrichtsstunden, 13 Termine  
€ 94,80 (ermäßigt € 77,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 140,30 (ermäßigt € 114,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs-Unterr.-Raum 1 (Parkplatz/Parkscheinautomat an der Kongresshalle)

**Französisch A2.2 - Fortsetzung**

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen (aus Schulzeiten oder nach 3 bis 6 Semestern an der VHS). Er ist für Sie geeignet, wenn Sie die französische Sprache mit einer kommunikativen Methode besonders schnell und effektiv erlernen wollen und Sie sich dabei in kürzester Zeit aktive Sprachkenntnisse aneignen möchten. Dies geschieht im Rahmen einer intensiven permanenten Förderung des Hörens und des Sprechens. Voraussichtlich wird das Niveau A2 abgeschlossen.

- **Nr. A40820** Manon Soulier  
26. August, mittwochs, 18:15 - 19:45 Uhr  
26 Unterrichtsstunden, 13 Termine  
€ 94,80 (ermäßigt € 77,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 140,30 (ermäßigt € 114,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs-Unterr.-Raum 1 (Parkplatz/Parkscheinautomat an der Kongresshalle)

Bitte benutzen Sie bei Kursanmeldungen die  
vordruckten Anmeldekarten aus dem Anhang.  
(Ab Seite 79)

## Französisch B1

**Französisch aktuell - B1/B2**

Ce cours propose aux participants de pratiquer leur français écrit et oral à partir d'articles concernant l'actualité tirés de la „REVUE DE LA PRESSE“. En lisant des textes touchant la société, la politique et la culture ils élargiront considérablement leur vocabulaire et leur compétence à communiquer. Pour chaque texte, des listes exhaustives permettant de compléter leur vocabulaire seront fournies. Pendant les cours qui présentent de nombreuses informations actuelles à travers des textes courts et variés, les participants exerceront leur langue orale.

- **Nr. A40860** Marianne Magnus  
02. September, mittwochs, 19:00 - 20:30 Uhr  
20 Unterrichtsstunden, 10 Termine  
€ 73,50 (ermäßigt € 60,50) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 108,50 (ermäßigt € 88,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Schwanenteich"  
(barrierefreier Zugang)

## Italienisch

## Italienisch A1

**Italienisch A1 - Corso per principianti - Fortsetzung**

Sind Sie immer noch in Italienisch verliebt? Dann freue ich mich, Sie mit der 3. Lektion des Lehrbuches „Chiaro! Nuova edizione“ weiter zu unterrichten. Gemeinsam werden wir die alltäglichen Situationen wiederholen und in Rollenspielen üben. Wiederholung und Konversation stehen im Mittelpunkt des Unterrichts. Willkommen in „Eataty!“ Benvenuti in „Eataty!“

- **Nr. A40900** Giulia Klöckner  
27. August, donnerstags, 19:30 - 21:00 Uhr  
24 Unterrichtsstunden, 12 Termine  
€ 87,70 (ermäßigt € 72,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 129,70 (ermäßigt € 105,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Liebigshule B, Bismarckstraße 21, Raum 108

**Italienisch A1 - Continuiamo! - Fortsetzung**

Sie können sich schon in einfachen Situationen (Restaurant, Hotel, Wegbeschreibungen) verständigen, das reicht Ihnen aber noch nicht und Sie wollen mehr Italienischkenntnisse erwerben? Allora, continuiamo! Machen wir weiter! Wir arbeiten mit dem Lehrwerk "Dieci A1" (Hueber Verlag). Wir lernen u. a., über einen Urlaub in der Vergangenheit (passato prossimo) zu sprechen und die eigene Familie zu beschreiben. Dieser Kurs ist eine Fortsetzung des vorherigen Kurses „Italienisch A1“. Weitere Teilnehmer\*innen mit dem entsprechenden Sprachniveau (mindestens 2 Semester Italienisch) sind herzlich willkommen.

- **Nr. A40901** Dr. phil. Alessandra Riva  
22. September, dienstags, 17:45 - 19:15 Uhr  
20 Unterrichtsstunden, 10 Termine  
€ 73,50 (ermäßigt € 60,50) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 108,50 (ermäßigt € 88,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Lahnaue" (barrierefreier Zugang)

## Italienisch sprechen schon von Anfang an - Fortsetzung

Dieser Kurs ist ideal für Liebhaber\*innen der italienischen Sprache, die geringe Vorkenntnisse haben. Wir üben die verschiedenen Alltagssituationen, um sich im Land zurechtzufinden. Wir benutzen das Lehrwerk "Chiaro! A1 nuova edizione" (Hueber Verlag). Im Kurs sprechen wir schon Italienisch. Herzlich willkommen! Benvenuti a tutti in Eataly!

### ■ Nr. A40902 Giulia Klöckner

25. August, dienstags, 17:30 - 19:00 Uhr

24 Unterrichtsstunden, 12 Termine

€ 87,70 (ermäßigt € 72,10) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 129,70 (ermäßigt € 105,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 108

Italienisch A2

## Italienisch A2 - Fortsetzung

Herzlich willkommen zu diesem Kurs sind Liebhaber\*innen der italienischen Sprache, die mit Begeisterung und Energie weiter lernen wollen. Dieser Italienischkurs auf Niveau A2 ist ein Fortsetzungskurs für Teilnehmende mit Grundkenntnissen. Wir knüpfen an vorhandenes Wissen an und erweitern Wortschatz und Grammatik. Im Fokus stehen alltagsnahe Gespräche, Hörverstehen und mehr Sicherheit im freien Sprechen. Ziel ist es, die Kommunikationsfähigkeit in typischen Situationen weiter zu stärken und zu festigen. Im Kurs wird mit dem Buch „Fantastico! A2“ gearbeitet. Es wird ausschließlich Italienisch gesprochen.

### ■ Nr. A40920 Giulia Klöckner

27. August, donnerstags, 17:15 - 18:45 Uhr

24 Unterrichtsstunden, 12 Termine

€ 87,70 (ermäßigt € 72,10) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 129,70 (ermäßigt € 105,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 108



**Denken Sie bitte daran:  
Fernbleiben vom Kurs ist keine Abmeldung!**

## Online-Kurs: Italienisch A2 für alle - Fortsetzung

Wir neigen uns dem Ende des Niveaus A2 zu und werden über Massenmedien, Immobilienanzeigen und italienische Volksfeste sprechen. Dabei lernen wir Futur und Gerundio. Und beim letzten Termin treffen wir uns bei einem leckeren Abendessen im italienischen Restaurant persönlich! Für diesen Online-Kurs brauchen Sie nur ein internetfähiges Gerät und eine stabile, schnelle Internetverbindung. Es sind keine besonderen PC-Vorkenntnisse notwendig. Wir treffen uns in unserem digitalen Kursraum in der vhs.cloud. Als Lehrwerk zum persönlichen Lernen und Üben benötigen Sie nur das normale Lehrbuch: Chiaro! A2 Nuova Edizione, Hueber Verlag. ISBN: 978-3-19-275449-4.

### ■ Nr. A40921 Dr. phil. Alessandra Riva

24. September, donnerstags, 19:30 - 21:00 Uhr

20 Unterrichtsstunden, 10 Termine

€ 73,50 (ermäßigt € 60,50) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 108,50 (ermäßigt € 88,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 17. September

Italienisch B1

## Italienisch 60plus und jünger B1 - Fortsetzung

Questo corso si rivolge a partecipanti con buone conoscenze dell'italiano (livello A2 concluso) che sanno conversare spontaneamente su temi della vita quotidiana e che vogliono comunicare con italiani in ambito privato o di volontariato. Lavoreremo con "Dieci B1" e materiali extra che useremo come spunto per la conversazione e per applicare la grammatica (congiuntivo, periodo ipotetico, passivo). Proposte e suggerimenti dei partecipanti sono sempre benvenuti. Lehrbuch: Dieci B1 (Hueber Verlag).

### ■ Nr. A40950 Dr. phil. Alessandra Riva

22. September, dienstags, 16:00 - 17:30 Uhr

20 Unterrichtsstunden, 10 Termine

€ 73,50 (ermäßigt € 60,50) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 108,50 (ermäßigt € 88,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Lahnau" (barrierefreier Zugang)

Spanisch

Spanisch A1

## Spanisch für Anfänger\*innen A1

In diesem Kurs arbeiten wir mit dem Buch "Eñe A1", ab Lektion 1. Auf Interessen der Teilnehmer\*innen wird gerne eingegangen.

### ■ Nr. A42200 Edwin Acevedo

26. August, mittwochs, 19:30 - 21:00 Uhr

26 Unterrichtsstunden, 13 Termine

€ 94,80 (ermäßigt € 77,90) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 140,30 (ermäßigt € 114,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 110

An-/Abmeldeschluss: Montag, 17. August

## Spanisch für Anfänger\*innen A1

¡Animo! Lust, eine neue Sprache zu lernen? Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. In diesem Kurs lernen Sie, jemanden zu begrüßen, sich zu verabschieden, im Restaurant eine Bestellung aufzugeben und sich in Alltagssituationen in einem spanischsprachigen Land zu verständigen. Grundkenntnisse in der Grammatik sind ebenso Bestandteil des Kurses. Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

### ■ Nr. A42201 Gerda Schwab

22. Oktober, donnerstags, 16:30 - 18:00 Uhr

16 Unterrichtsstunden, 8 Termine

€ 59,30 (ermäßigt € 48,90) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 87,30 (ermäßigt € 71,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Liebigschule B, Bismarckstraße 21, Raum 109

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 15. Oktober



## Spanisch für Anfänger\*innen A1

In diesem Kurs bekommen Sie ein beginnendes Verständnis für eine lebendige Weltsprache und erwerben Grundkenntnisse für kleine Gespräche auf Muttersprachniveau. Ob Sie Ihren Familiennamen buchstabieren oder eine Reservierung per Mail bestätigen wollen, das wird für Sie künftig ein Leichtes sein. Dieser Anfängerkurs begleitet Sie beim Einüben dieser für Sie neuen Sprache.

### ■ Nr. A42203 María del Carmen Pérez y Pérez

22. September, dienstags, 19:30 - 21:00 Uhr

20 Unterrichtsstunden, 10 Termine

€ 73,50 (ermäßigt € 60,50) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 108,50 (ermäßigt € 88,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Liebigschule B, Bismarckstraße 21, Raum 110

An-/Abmeldeschluss: Montag, 14. September

## Spanisch A1 - Fortsetzung

Sie haben schon geringe Vorkenntnisse und können sich in der spanischen Sprache begrüßen und sich verabschieden und auch einfache Fragen stellen und Antworten geben? Dann sind Sie richtig in diesem Kurs. Sie lernen, wie Sie in Alltagssituationen sicherer werden, und wir üben uns in Dialogen. Die spanische Grammatik begleitet uns dabei. Wiedereinsteiger\*innen sind willkommen. Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

### ■ Nr. A42202 Gerda Schwab

27. August, donnerstags, 18:00 - 19:30 Uhr

28 Unterrichtsstunden, 14 Termine

€ 101,90 (ermäßigt € 83,70) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 150,90 (ermäßigt € 122,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Liebigschule B, Bismarckstraße 21, Raum 109

## Spanisch A1 - Fortsetzung

Sie haben schon einige Grundkenntnisse aus dem Vorsemester oder vergleichbare Vorkenntnisse erworben. Dann ist dieser Kurs für Sie richtig. Wir vertiefen die Alltagssituationen, lernen neue hinzu und üben uns im Sprechen. Grammatikalische Regeln werden erweitert und vertieft. Wiedereinsteiger\*innen sind herzlich willkommen. Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

28 Unterrichtsstunden, 14 Termine

€ 101,90 (ermäßigt € 83,70) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 150,90 (ermäßigt € 122,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Liebigschule B, Bismarckstraße 21, Raum 109

### ■ Nr. A42204 Gerda Schwab

26. August, mittwochs, 18:00 - 19:30 Uhr

### ■ Nr. A42205 Gerda Schwab

26. August, mittwochs, 16:30 - 18:00 Uhr

## Spanisch am Vormittag A1 - Fortsetzung

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen mit Grundkenntnissen der spanischen Sprache und ist genau richtig für Sie, wenn Sie bereits jemanden begrüßen und sich verabschieden, einkaufen, Preise erfragen, im Restaurant bestellen und die regelmäßigen Verben konjugieren können. Wir werden unseren Wortschatz erweitern, zusätzlich neue grammatikalische Strukturen erlernen und unsere Sprechfertigkeiten erweitern und üben. Auch Wiedereinsteiger\*innen sind in diesem Kurs herzlich willkommen. Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

### ■ Nr. A42206 Gerda Schwab

25. August, dienstags, 09:00 - 10:30 Uhr

28 Unterrichtsstunden, 14 Termine

€ 101,90 (ermäßigt € 83,70) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 150,90 (ermäßigt € 122,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Seniorentreff in der Curtmannstraße 35 (Ecke

Fröbelstraße/Curtmannstraße über Hoftor)

## Spanisch A1/2

Soll es nach Spanien gehen oder vielleicht nach Mexiko, Chile...? Haben Sie bereits Grundkenntnisse in der spanischen Sprache? Benötigen Sie Spanisch für ein Ehrenamt, oder haben Sie spanischsprachige Verwandte, Freunde oder Nachbarn, mit denen Sie sich verständigen möchten? Neben Sprechen und Hören vertiefen wir die erlernten grammatikalischen Strukturen (Verbformen, Zeiten...) und erlernen anhand eines Lehrbuchs weiterführende grammatikalische Regeln. Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

### ■ Nr. A42210 Gerda Schwab

24. August, montags, 18:45 - 20:15 Uhr

28 Unterrichtsstunden, 14 Termine

€ 101,90 (ermäßigt € 83,70) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 150,90 (ermäßigt € 122,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Liebigschule B, Bismarckstraße 21, Raum 109

## Spanisch A2

### Bildungsurlaub: Spanische Woche A2

Spanisch für Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen des Niveaus A1.2. In diesem Intensivkurs mit hohem Lerntempo haben Sie die Möglichkeit, innerhalb einer Woche Ihre Grundkenntnisse der spanischen Sprache zu erweitern. Im Mittelpunkt steht das Sprechen. Schon ab der ersten Stunde üben wir Dialoge, Alltagssituationen und echte Gespräche, damit Sie sich schnell und sicher auf Spanisch ausdrücken können. Ideal für alle, die Spanisch aktiv sprechen und nicht nur Grammatik lernen möchten. Über die sprachlichen Elemente hinaus werden landeskundliche Aspekte in den Unterricht integriert. Die Veranstaltung entspricht den gesetzlichen Bestimmungen zur Beantragung von Bildungsurlaub bei Ihrem Arbeitgeber. Der Kurs ist aber auch für "Nichtbildungsurlauber" offen.

- **Nr. A42220** Galya Constanza Velasco Uribe  
12. - 16. Oktober, Montag - Freitag, 09:00 - 16:45 Uhr  
40 Unterrichtsstunden, 5 Termine  
€ 181,00 (ermäßigt € 149,00) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 281,00 (ermäßigt € 229,00) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Vetzberg"  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 28. September

### Spanisch-Auffrischkurs - Wochenendkurs

Wir bieten Ihnen an zwei aufeinanderfolgenden Wochenenden die Möglichkeit, grammatische Grundregeln gründlich zu wiederholen sowie zu üben, sich in Alltagssituationen (Einkauf, Hotel, Restaurant etc.) sicherer und schneller zurechtzufinden. Für diesen Kurs sind Kenntnisse der Stufe A1 erforderlich. Auf Wunsch kann der Kurs weitergeführt werden. Die Kosten für das Kursmaterial wird mit der Kursleiterin abgerechnet.

- **Nr. A42221** Gerda Schwab  
23. - 24. Oktober und 30. - 31. Oktober  
Freitags, 17:15 - 20:30 Uhr  
Samstags, 09:00 - 12:15 Uhr  
16 Unterrichtsstunden, 4 Termine  
€ 59,30 (ermäßigt € 48,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 87,30 (ermäßigt € 71,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, Raum 4  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 15. Oktober

### Spanisch am Vormittag – A2

In diesem Kurs arbeiten wir mit dem Buch "Ene A2". Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen. Auf die Interessen der Teilnehmer\*innen wird gerne eingegangen!

- **Nr. A42222** Edwin Acevedo  
24. August, montags, 11:30 - 13:00 Uhr  
26 Unterrichtsstunden, 13 Termine  
€ 94,80 (ermäßigt € 77,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 140,30 (ermäßigt € 114,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, Raum 2

### Spanisch A2

In diesem Kurs arbeiten wir mit dem Buch "Ene A2". Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen. Auf die Interessen der Teilnehmer\*innen wird gerne eingegangen!

- **Nr. A42223** Edwin Acevedo  
27. August, donnerstags, 19:30 - 21:00 Uhr  
26 Unterrichtsstunden, 13 Termine  
€ 94,80 (ermäßigt € 77,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 140,30 (ermäßigt € 114,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 110



### Spanisch A2

Sie fühlen sich fit für unseren Kurs Niveau A2 und haben entsprechende Sprachkompetenzen? Dann sind Sie richtig in diesem Kurs. Das bedeutet, dass Sie alltäglichen Gesprächen über bekannte Themen folgen und sich in einfachen und vorhersehbaren Situationen verständigen können. Wir konzentrieren uns auf das Sprechen, üben Dialoge und erlernen neue grammatikalische Strukturen. Intensive zusätzliche Lernarbeit ist erwünscht. Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

- **Nr. A42224** Gerda Schwab  
25. August, dienstags, 18:30 - 20:00 Uhr  
28 Unterrichtsstunden, 14 Termine  
€ 101,90 (ermäßigt € 83,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 150,90 (ermäßigt € 122,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 109

## Spanisch B1

### Neu Club de Lectura

Dieser Leseclub verbindet die Freude am Lesen mit dem aktiven Lernen der Fremdsprache. Im Mittelpunkt steht nicht nur die gemeinsame Lektüre, sondern auch der Austausch von Ideen, Meinungen und Eindrücken in einer entspannten und offenen Atmosphäre. Gelesen werden sowohl klassische Werke als auch moderne Texte, wodurch unterschiedliche Sprachstile, Epochen und Perspektiven kennengelernt werden. Alle zwei

Wochen lesen wir gemeinsam ein Buch, ergänzt durch kürzere Texte, die im Unterricht gelesen, analysiert und diskutiert werden. Anhand vorbereiteter Fragen vertiefen wir das Textverständnis und trainieren gleichzeitig den mündlichen Ausdruck. Der Kurs richtet sich an alle, die ihre Sprachkenntnisse durch Lesen, Diskussion und Reflexion weiterentwickeln und Literatur als lebendigen Zugang zur Sprache erleben möchten.

■ **Nr. A42240** Dzheylyan Kyuchukova

17. September, donnerstags, 18:30 - 20:00 Uhr

20 Unterrichtsstunden, 10 Termine

(außer am 03.12.2026)

€ 73,50 (ermäßigt € 60,50) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 108,50 (ermäßigt € 88,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

€ 138,50 (ermäßigt € 112,50) bei 5 Teilnehmer\*innen

€ 171,00 (ermäßigt € 138,50) bei 4 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Schwanenteich"  
(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 10. Sept.



### Dozentinnenporträt

*Dzheylyan Kyuchukova*

Seit jeher habe ich den bekannten Satz gehört: „Eine Sprache, eine Person; zwei Sprachen, zwei Personen.“ Nachdem ich meine fünfte Sprache gelernt habe — Deutsch, neben Türkisch, Bulgarisch, Spanisch und Englisch — bin ich zu dem Schluss gekommen, dass viel Wahres daran ist. Sprachen erweitern nicht nur unsere Ausdrucksmöglichkeiten, sondern eröffnen uns auch neue Perspektiven und Wege, die Welt zu verstehen. Sie ermöglichen es uns, Realitäten zu erschließen, die uns zuvor unbekannt waren, und fördern einen offenen und erweiterten Blick auf die Welt. Das Lernen und Lehren haben mich schon immer begeistert. In meinem Unterricht arbeite ich nicht nur mit geeigneten Materialien, sondern schaffe auch eine dynamische, angenehme und humorvolle Lernatmosphäre, in der es ausdrücklich erwünscht ist, Fragen zu stellen, Dinge zu hinterfragen und auch vermeintlich „einfache“ Fragen zu stellen. Mein Ziel ist es, meine Lernenden dabei zu begleiten, die Herausforderungen des Sprachenlernens erfolgreich zu meistern und mit Selbstvertrauen und Sicherheit zu kommunizieren.

### Spanisch-Konversation

Trabajaremos con textos y documentos muy variados (entrevistas, artículos, contenidos lingüísticos básicos). Exploraremos un nuevo soporte de la gramática tradicional en sus diferentes niveles (morfológico, léxico, sintáctico, funcional, discursivo...). Por tanto, trataremos de ofrecer herramientas alternativas para potenciar y activar el conocimiento explícito de algunas reglas. Además, introduciremos la práctica lingüística y comunicativa, a través de "microtareas comunicativas" basadas en la experiencia del alumno.

■ **Nr. A42250** Edwin Acevedo

20. August, donnerstags, 18:00 - 19:30 Uhr

26 Unterrichtsstunden, 13 Termine

€ 94,80 (ermäßigt € 77,90) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 140,30 (ermäßigt € 114,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Liebigschule B, Bismarckstraße 21, Raum 110



### Español conversación B1

En este curso vamos a practicar la velocidad y cadencia con la cual se expresan los nativos en su lengua materna y simultáneamente se ampliarán el vocabulario, así como, la gramática. El material para el curso se dará en el mismo.

■ **Nr. A42251** María del Carmen Pérez y Pérez

22. September, dienstags, 18:00 - 19:30 Uhr

20 Unterrichtsstunden, 10 Termine

€ 73,50 (ermäßigt € 60,50) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 108,50 (ermäßigt € 88,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Liebigschule B, Bismarckstraße 21, Raum 110

### Spanisch B1 "con gusto"

In diesem Kurs arbeiten wir mit dem Lehrbuch "con gusto" ab Lektion 3. Auf Interessen der Teilnehmer\*innen wird gerne eingegangen.

■ **Nr. A42252** Edwin Acevedo

24. August, montags, 10:00 - 11:30 Uhr

26 Unterrichtsstunden, 13 Termine

€ 94,80 (ermäßigt € 77,90) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 140,30 (ermäßigt € 114,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe), Südanlage 3 A, Raum 2

### Schon gewusst?

Inhaber\*innen des Gießen-Passes erhalten eine Ermäßigung von 50 % auf die Kursgebühr.

## Arabisch

### Arabisch für Anfänger\*innen A1 - AMAL

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmer\*innen, die keine oder geringe Vorkenntnisse haben und die arabische Schrift bereits kennen. Er ist als Zugang zur arabischen Welt, ihren Buchstaben sowie zu ihrer Schrift sowie zu ihrer Kultur generell gedacht. Wir lernen, Fragen zu stellen, jemanden nach seinem Namen zu fragen, sich vorzustellen, über die Herkunft und den Beruf zu sprechen, Aussehen und Charakter zu beschreiben, Begrüßen und Verabschieden, Gefallen und Missfallen zu äußern und noch vieles mehr.

#### ■ Nr. A40100 Albair Gorais

01. September, dienstags, 18:45 - 20:15 Uhr  
26 Unterrichtsstunden, 13 Termine  
€ 94,80 (ermäßigt € 77,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 140,30 (ermäßigt € 114,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 102  
An-/Abmeldeschluss: Dienstag, 01. September

### AHLAN I - Arabisch Fortsetzung (1) – A1

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmer\*innen mit geringen Vorkenntnissen (z. B. ein Kurs an der vhs), die die arabischen Buchstaben sowie die Schriftweise schon gelernt haben. Wir lernen, alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze zu lesen und zu verstehen. Sie werden zuhören, antworten und Fragen stellen. Wiedereinsteiger\*innen sind herzlich willkommen!

#### ■ Nr. A40101 Albair Gorais

26. August, mittwochs, 17:45 - 19:15 Uhr  
28 Unterrichtsstunden, 14 Termine  
€ 101,90 (ermäßigt € 83,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 150,90 (ermäßigt € 122,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 192,90 (ermäßigt € 156,50) bei 5 Teilnehmer\*innen  
€ 238,40 (ermäßigt € 192,90) bei 4 Teilnehmer\*innen  
Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 102

### AHLAN II - Arabisch Fortsetzung (2) – A1

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen mit ausreichenden Vorkenntnissen (bspw. 2 Kurse an der vhs), die bereits einfache Unterhaltungen mit Fragen und Antworten führen können. Wir arbeiten weiter an der Verbesserung dieser Sprachkenntnisse.

#### ■ Nr. A40102 Albair Gorais

26. August, mittwochs, 19:30 - 21:00 Uhr  
28 Unterrichtsstunden, 14 Termine  
€ 101,90 (ermäßigt € 83,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 150,90 (ermäßigt € 122,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 192,90 (ermäßigt € 156,50) bei 5 Teilnehmer\*innen  
€ 238,40 (ermäßigt € 192,90) bei 4 Teilnehmer\*innen  
Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 102

### MARHABA - Arabisch für Fortgeschrittene – A1

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen mit ausreichenden Vorkenntnissen (bspw. 2 Kurse an der vhs), die bereits einfache Unterhaltungen mit Fragen und Antworten führen können. Wir arbeiten weiter an der Verbesserung dieser Sprachkenntnisse.

#### ■ Nr. A40103 Albair Gorais

01. September, dienstags, 17:00 - 18:30 Uhr  
26 Unterrichtsstunden, 13 Termine  
€ 94,80 (ermäßigt € 77,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 140,30 (ermäßigt € 114,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 179,30 (ermäßigt € 145,50) bei 5 Teilnehmer\*innen  
€ 221,55 (ermäßigt € 179,30) bei 4 Teilnehmer\*innen  
Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 102

## Bulgarisch

### Neu Bulgarisch für Anfänger\*innen A1

Dieser Bulgarischkurs für Anfänger\*innen (Niveau A1) richtet sich an alle, die die Sprache praktisch und schrittweise kennenlernen möchten. Im Laufe des Kurses werden das Lesen und Schreiben des kyrillischen Alphabets, die Aussprache, der grundlegende Wortschatz sowie einfache grammatische Strukturen erarbeitet. Ziel ist es, dass die Teilnehmenden sich in alltäglichen Situationen verständigen können, zum Beispiel sich vorstellen, über den Alltag sprechen, im Restaurant bestellen, sich in der Stadt orientieren und Vorlieben ausdrücken – und das auf Bulgarisch, bereits ab den ersten Unterrichtseinheiten. Anfallende Kosten für Kopien sind nicht in der Kursgebühr enthalten und werden im Kurs direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

#### ■ Nr. A42601 Dzheylyan Kyuchukova

14. September, montags, 18:00 - 19:30 Uhr  
22 Unterrichtsstunden, 11 Termine  
€ 80,60 (ermäßigt € 66,30) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 119,10 (ermäßigt € 97,10) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 152,10 (ermäßigt € 123,50) bei 5 Teilnehmer\*innen  
€ 187,90 (ermäßigt € 152,10) bei 4 Teilnehmer\*innen  
Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 201  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 03. September

## Griechisch



## Griechisch A1 - Kompaktkurs am Wochenende

Dieser Wochenendkurs wendet sich an Teilnehmer\*innen, die bereits Vorkenntnisse haben. Auf Wunsch kann dieser Kurs nach Absprache in regelmäßigen Abständen fortgesetzt werden.

- **Nr. A41200** Nickie Berg-Halikiopoulos  
28. und 29. August, Freitag, 16:30 - 19:45 Uhr  
Samstag, 10:00 - 13:15 Uhr  
8 Unterrichtsstunden, 2 Termine  
€ 30,90 (ermäßigt € 25,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 44,90 € (ermäßigt € 36,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, Raum 3  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 20. August

## Griechisch A2- Fortsetzung

Der Kurs ist geeignet für Personen, die bereits Grundkenntnisse haben und diese erweitern, auffrischen, festigen und mündlich üben möchten.

- **Nr. A41220** Nickie Berg-Halikiopoulos  
17. August, montags, 18:00 - 19:30 Uhr  
28 Unterrichtsstunden, 14 Termine  
€ 101,90 (ermäßigt € 83,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 150,90 (ermäßigt € 122,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 110

## Griechisch-Arbeitskreis B1

Αυτό το τμήμα είναι για όσους έχουν βασικές γνώσεις στη γλώσσα και θέλουν να προχωρήσουν περισσότερο. Γι' αυτό το σκοπό συζητάμε, διαβάζουμε μια ιστορία, λύνουμε ασκήσεις και απορίες σε θέματα της γραμματικής και όλα αυτά με πολύ κέφι!  
Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen, die bereits Sprachkenntnisse haben und diese erweitern möchten. Wir unterhalten uns, wiederholen Übungen, lesen, feilen an der Grammatik. Wiedereinsteiger\*innen sind herzlich willkommen.

- **Nr. A41250** Nickie Berg-Halikiopoulos  
18. August, dienstags, 17:30 - 19:00 Uhr  
28 Unterrichtsstunden, 14 Termine  
€ 101,90 (ermäßigt € 83,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 150,90 (ermäßigt € 122,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 114

## Hebräisch

### Hebräisch A1

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen ohne Vorkenntnisse, die Hebräisch von Anfang an lernen möchten.

- **Nr. A41300** Liliana Schwartzberg  
08. September, dienstags, 16:00 - 17:30 Uhr  
22 Unterrichtsstunden, 11 Termine  
€ 80,60 (ermäßigt € 66,30) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 119,10 (ermäßigt € 97,10) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 152,10 (ermäßigt € 123,50) bei 5 Teilnehmer\*innen  
€ 187,90 (ermäßigt € 152,10) bei 4 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Gleiberg"  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 31. August

## Hindi

### Entdecken Sie Hindi (Indisch) in Sprache und Schrift - A1

Lernen Sie Hindi in entspannter Atmosphäre und erweitern Sie Ihr Verständnis für die indische Kultur. In diesem Kurs werden grundlegende Sprachfertigkeiten und die Devanagari-Schrift, ideal für (Geschäfts-)reisende und Kulturinteressierte, vermittelt. Der Kurs wird von einem qualifizierten Muttersprachler angeboten, individuelle Bedürfnisse werden berücksichtigt.

- **Nr. A42600** Vinod Varma  
21. Oktober, mittwochs, 19:00 - 20:30 Uhr  
16 Unterrichtsstunden, 8 Termine  
€ 59,30 (ermäßigt € 48,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 87,30 (ermäßigt € 71,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 111,30 (ermäßigt € 90,50) bei 5 Teilnehmer\*innen  
€ 137,30 (ermäßigt € 111,30) bei 4 Teilnehmer\*innen  
Unterrichtsort ist Gießen, der Unterrichtsraum wird noch bekannt gegeben, An-/Abmeldeschluss: Montag, 12. Oktober



## Japanisch

### Neu Japanisch mit Landeskunde und Kultur A1/2 - Fortsetzung

Dieser Sprachkurs schließt nahtlos an den Kurs „Japanisch mit Landeskunde und Kultur A1/1“ an und nimmt die Teilnehmer\*innen mit auf eine Reise durch den kompletten japanischen Inselstaat. Der Hauptbestandteil dieses Kurses besteht aus dem Erlernen der japanischen Sprache und enthält Lerninhalte zu den japanischen Kanji sowie Konversation und Grammatik. Dieser Kurs richtet sich an alle Interessierte mit leichten Japanischvorkenntnissen. Sie sollten die beiden Mora-Alphabete Hiragana und Katakana sowie leichte Vorkenntnisse in Grammatik und Konversation mitbringen. In den ersten beiden Wochen werden die Kana kurz wiederholt, bevor mit neuen schriftsprachlichen Inhalten begonnen wird. Nach Abschluss dieses Kurses können Sie

wichtige grammatische Regeln und einfache Konversationen auf Japanisch führen. Dieser Kurs deckt einen Teil des Levels N5 des Japanese Language Proficiency Tests ab. Kopierkosten von 10,00 € pro Teilnehmer\*in für die Lehrmaterialien werden zu Kursbeginn mit der Kursleiterin abgerechnet.

■ **Nr. A41010** Anna Niewianda

24. August, montags, 19:00 - 20:30 Uhr

28 Unterrichtsstunden, 14 Termine

€ 101,90 (ermäßigt € 83,70) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 150,90 (ermäßigt € 122,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 202

An-/Abmeldeschluss: Montag, 17. August



Persisch

### Persisch für Anfänger\*innen A1

Lernen Sie eine Sprache voller Kultur, Kunst und Poesie – von Rumi bis Hafez. In meinem A1-Kurs für Anfänger\*innen erwerben Sie Schritt für Schritt Sprachkenntnisse für den Alltag, von einfachen Gesprächen bis zur persischen Schrift. Erleben Sie Persisch interaktiv, praxisnah und mit Freude.

■ **Nr. A41600** Vahid Farnia

25. August, dienstags, 14:45 - 16:15 Uhr

28 Unterrichtsstunden, 14 Termine

€ 101,90 (ermäßigt € 83,70) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 150,90 (ermäßigt € 122,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

€ 192,90 (ermäßigt € 156,50) bei 5 Teilnehmer\*innen

€ 238,40 (ermäßigt € 192,90) bei 4 Teilnehmer\*innen

vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),

Südanlage 3 A, Raum 4, An-/Abmeldeschluss: Montag, 17. August

Bitte benutzen Sie bei Kursanmeldungen die vorgedruckten Anmeldekarten aus dem Anhang.  
(Ab Seite 79)

### Persisch A2/B1 – Aufbaukurs mit Blick auf selbstständige Kommunikation - Fortsetzung

Vertiefen Sie Ihre Persischkenntnisse und entdecken Sie eine Sprache voller Kultur, Kunst und Poesie – von Rumi bis Hafez – auf dem nächsten Lernniveau. In diesem A2/B1-Aufbaukurs festigen und erweitern Sie Ihre bereits erworbenen Sprachkenntnisse und lernen, Persisch zunehmend sicher und selbstständig im Alltag anzuwenden. Sie üben, zusammenhängend zu sprechen, komplexere Texte zu verstehen und eigene Gedanken differenzierter auszudrücken. Die persische Schrift wird weiter ausgebaut und routinierter verwendet. Ergänzt wird der Sprachunterricht durch spannende Einblicke in das Alltagsleben, kulturelle Hintergründe und gesellschaftliche Themen Irans. Erleben Sie Persisch als lebendige Sprache – praxisnah, kommunikativ und mit Freude. Für diesen Kurs sind Grundkenntnisse oder Kenntnisse aus dem Vorgängerkurs erforderlich.

■ **Nr. A41640** Vahid Farnia

17. August, montags, 14:45 - 16:15 Uhr

30 Unterrichtsstunden, 15 Termine

€ 109,00 (ermäßigt € 89,50) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 161,50 (ermäßigt € 131,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

vhs in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),

Südanlage 3 A, Raum 4

An-/Abmeldeschluss: Montag, 10. August



Dozentenporträt

Vahid Farnia

Für mich sind Sprachen weit mehr als Worte; sie sind Brücken zwischen Gedanken, Kulturen und Herzen. Seit über sechzehn Jahren begleite ich meine Schüler auf der ganzen Welt auf ihrem Weg zur englischen Sprache, stets mit Leidenschaft, Kreativität und dem Anspruch, mich weiterzuentwickeln und meine Unterrichtsmethoden regelmäßig zu erneuern. Ich bin ein echter Sprachmensch. Als mehrsprachiger Englischlehrer, der neben Deutsch auch Italienisch, Spanisch und Französisch spricht, kenne ich die Freude und die Herausforderungen des Lernens aus eigener Erfahrung. Diese Nähe hilft mir, Lernende aufrichtig zu verstehen, sie hinsichtlich ihrer Lerngewohnheiten zu beraten und individuell zu motivieren, da ich glaube, dass Motivation der Schlüsselfaktor auf jeder Lernreise ist. Mein Unterricht geht weit über das Lehrbuch hinaus und stellt die Kommunikation in den Mittelpunkt. Durch den Einsatz vielfältiger Medien und authentischer Materialien entsteht ein lebendiger Raum, in dem Lernen leicht, inspirierend, voller positiver Energie ist und Spaß macht. Mein Ziel ist es, dass alle ihre eigene Stimme finden, mit Selbstvertrauen sprechen und Englisch als Teil ihres Lebens begreifen. Mit Humor, Einfühlungsvermögen und echter Begeisterung möchte ich Mut machen, Neues zu entdecken und den Weg des Lernens zu einer erfüllenden Erfahrung werden lassen.

## Polnisch

### Online-Kurs: Polnisch – język polski - Fortsetzung

Unsere Arbeit basiert nach wie vor auf dem Lehrbuch „Langenscheid Praktisches Lehrbuch Polnisch“ ab Lektion 11. Der Titel dieser Lektion „Rozkład jazdy“ verrät, dass die Kursteilnehmer\*innen den notwendigen Wortschatz in Bezug auf die Themen Fahrkarte, Fahrplan und Uhrzeit erlernen. Außerdem sind Präpositionen, Ordnungszahlen, der Lokativ im Plural Teile des Kursinhalts.

- **Nr. A41700** Maria Legiec  
19. August, mittwochs, 18:00 - 19:30 Uhr  
30 Unterrichtsstunden, 15 Termine  
€ 109,00 (ermäßigt € 89,50) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 161,50 (ermäßigt € 131,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 10. August

## Portugiesisch

### Portugiesisch für Anfänger\*innen A1 - Fortsetzung

Wollen Sie Portugal, das westlichste Land Europas, besuchen? Wollen Sie Brasilien, das größte Land Südamerikas, kennenlernen? Dann ist es vielleicht ratsam, Portugiesisch zu lernen. Denn Portugiesisch ist sowohl die offizielle Sprache dieser beiden Länder als auch von weiteren 8 Staaten auf 4 Kontinenten. Portugiesisch wird von über 300 Millionen Muttersprachlern gesprochen und ist somit die achtmte gesprochenste Sprache des Planeten, die dritte unter den westlichen Sprachen. In diesem Kurs werden Grundlagen vermittelt, um sich bei einem Aufenthalt sprachlich zurechtzufinden, d. h. ein gewisses Hörverständnis zu entwickeln und eine einfache Konversation zu betreiben. Lehrbuch: Oi, Brasil! Aktuell A1(Hueber).

- **Nr. A41800** Ana Tupiassú-Deubler  
01. September, dienstags, 18:00 - 19:30 Uhr  
24 Unterrichtsstunden, 12 Termine  
€ 87,70 (ermäßigt € 72,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 129,70 (ermäßigt € 105,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 8

## Russisch

### Russisch für Anfänger\*innen – A1

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmer\*innen ohne Vorkenntnisse. Auf dem Kursplan steht das russische Alphabet sowie das Lesen und Schreiben in Druckschrift. Außerdem lernen wir erste Redewendungen zu Alltagssituationen kennen.

- **Nr. A41900** Natalia Drozd  
02. September, mittwochs, 18:00 - 19:30 Uhr  
24 Unterrichtsstunden, 12 Termine  
€ 87,70 (ermäßigt € 72,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 129,70 (ermäßigt € 105,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 114  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 24. August

### Russisch - Fortsetzung

In diesem Kurs lernen Sie z. B. Fragen zu den Themen Beruf, Nationalität, Essen und Trinken zu stellen und zu beantworten. Wir arbeiten in diesem Kurs weiter mit dem Lehrbuch „Mocł“ ab Lektion 6.

- **Nr. A41901** Natalia Drozd  
24. August, montags, 19:30 - 21:00 Uhr  
24 Unterrichtsstunden, 12 Termine  
€ 87,70 (ermäßigt € 72,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 129,70 (ermäßigt € 105,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 165,70 (ermäßigt € 134,50) bei 5 Teilnehmer\*innen  
Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 114

### Russisch - Fortsetzung

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen, die z. B. einige Fragen stellen und beantworten können zu den Themen Essen, Farben und Verkehr. Wir arbeiten in diesem Kurs weiter mit dem Lehrbuch „Mocł“ ab Lektion 10.

- **Nr. A41902** Natalia Drozd  
24. August, montags, 18:00 - 19:30 Uhr  
24 Unterrichtsstunden, 12 Termine  
€ 87,70 (ermäßigt € 72,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 129,70 (ermäßigt € 105,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 114

## Tschechisch

### Tschechisch für Anfänger\*innen A1

Ahoj! Chcete mluvit cesky? Dieser Kurs ist für alle geeignet, die gerne tschechisch lernen möchten und noch keinerlei Vorkenntnisse haben. Wir arbeiten mit dem Lehrbuch „Wollen Sie Tschechisch sprechen?“.

- **Nr. A42300** Renata Schmidt  
07. September, montags, 19:00 - 20:30 Uhr  
24 Unterrichtsstunden, 12 Termine  
€ 87,70 (ermäßigt € 72,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 129,70 (ermäßigt € 105,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 165,70 (ermäßigt € 134,50) bei 5 Teilnehmer\*innen  
€ 204,70 (ermäßigt € 165,70) bei 4 Teilnehmer\*innen  
Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 204

## Türkisch

### Neu Türkisch für Anfänger\*innen A1

Dieser Türkischkurs für Anfänger\*innen (Niveau A1) richtet sich an alle, die die Sprache praktisch und schrittweise kennenlernen möchten. Im Laufe des Kurses werden die Grundlagen der türkischen Sprache vermittelt, darunter Aussprache, grundlegender Wortschatz und einfache grammatische Strukturen. Ziel ist es, dass die Teilnehmenden sich in alltäglichen Situationen verständigen können, zum Beispiel sich vorstellen, über den Alltag sprechen, im Restaurant bestellen, einkaufen oder sich in der Stadt orientieren. Von Beginn an wird Türkisch aktiv angewendet.

- **Nr. A42400** Dzheylyan Kyuchukova  
15. September, dienstags, 18:00 - 19:30 Uhr  
22 Unterrichtsstunden, 11 Termine  
€ 80,60 (ermäßigt € 66,30) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 119,10 (ermäßigt € 97,10) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
€ 152,10 (ermäßigt € 123,50) bei 5 Teilnehmer\*innen  
€ 187,90 (ermäßigt € 152,10) bei 4 Teilnehmer\*innen  
Liebigsschule B, Bismarckstraße 21, Raum 204  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 07. September



## Beruf

## EDV

### Grundlagen der EDV

#### EDV-Grundlagen und Internet-Nutzung (Teil I)

Dieser Kurs ist für Anfänger\*innen bestimmt und erfordert keine Vorkenntnisse. Er ist aber ebenso geeignet für Teilnehmer\*innen, die eine Auffrischung ihrer Kenntnisse wünschen, da es ihnen an systematischem Überblick fehlt, bzw. deren PC-Nutzung bereits länger zurückliegt. Schwerpunkte sind das Kennenlernen des Betriebssystems Windows und eine Einführung in die Internet-Nutzung. Die in diesem Kurs vermittelten Kenntnisse und Fertigkeiten sind Voraussetzung für das spätere Arbeiten mit den Anwendungsprogrammen Word, Excel und PowerPoint. Gerne können Sie Ihren eigenen Laptop mitbringen.

- **Nr. A50101** Karl-Horst Hausmann  
29. Oktober, donnerstags, 18:00 - 21:15 Uhr  
20 Unterrichtsstunden, 5 Termine  
€ 94,50 (ermäßigt € 78,50) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 144,50 (ermäßigt € 118,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Lahnaue"  
(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 22. Okt.

#### Aufbaukurs: EDV-Grundlagen und Internet-Nutzung

Dieser Kurs richtet sich in erster Linie an Absolvent\*innen des Kurses "EDV-Grundlagen und Internet-Nutzung", aber auch Quereinsteiger\*innen mit entsprechenden Vorkenntnissen sind willkommen. Schwerpunkt ist das Arbeiten mit Dateien und Ordnern im Windows Explorer und das Erzeugen geeigneter Ordnerstrukturen, um die erstellten Dateien sinnvoll abzuspeichern. Bei der Internetnutzung steht die E-Mail-Funktion im Vordergrund. Themen im Einzelnen: Erzeugen eigener Ablagestrukturen; Kopieren, Verschieben, Umbenennen und Löschen von Dateien und Ordnern; Umgang mit Datenträgern (CD, DVD, USB-Stick); Einrichten einer E-Mail-Adresse; Senden und Empfangen von E-Mails; Versenden und Abspeichern von Anhängen. Gerne können Sie Ihren eigenen Laptop mitbringen.

- **Nr. A50103** Karl-Horst Hausmann  
03. Dezember, donnerstags, 18:00 - 21:15 Uhr  
12 Unterrichtsstunden, 3 Termine  
€ 57,70 (ermäßigt € 48,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 87,70 (ermäßigt € 72,10) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Lahnaue"  
(barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 26. November

Wir befinden uns gerade in der Umstellungsphase von Windows 10 auf Windows 11. Bringen Sie bitte Ihren Laptop mit, wenn Sie mit Windows 11 arbeiten möchten.

#### Neu Online - Reisen selber buchen – individuell und sicher

Die digitale Welt bietet eine Vielzahl von Möglichkeiten, (Geschäfts-)Reisen selbstständig und dadurch individuell zugeschnitten, einfach und günstig zu buchen. Im Rahmen dieser Veranstaltung erfahren Sie, wie Sie Ihre (Geschäfts-)Reise ganz einfach selbst planen und buchen können! Behandelt werden die Grundlagen der Online-Reisebuchung inkl. der neutralen Vorstellung verschiedener Buchungsplattformen und -portale und deren Vergleich, das Vermeiden versteckter Kosten und das Erkennen vorhersehbarer Risiken. Hinweis: Das hier vermittelte Wissen basiert auf der langjährigen Erfahrung des Dozenten, es stellt keine Rechtsberatung dar und es besteht ferner kein Garantiesanspruch.

- **Nr. A11110** Kai Kaufmann  
14. September, Montag, 17:00 - 20:15 Uhr  
1 Termin  
20,00 € (keine Ermäßigung)  
Dieser Kurs findet über Zoom statt.  
An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 14. September (bis 12 Uhr)



### Textverarbeitung mit Word

#### Arbeiten mit MS-Office

##### Grundlagen von Word, Excel und PowerPoint und deren geschickte Verknüpfen

Dieser Kurs ist für alle gedacht, die bereits Grundkenntnisse im Umgang mit dem Computer haben und nun ihr Wissen auffrischen und vertiefen möchten. Dieser praxisorientierte Kurs greift die grundlegenden Befehle von Word, Excel und PowerPoint auf. Zudem erhalten Sie Tipps und Tricks zum effizienten Verknüpfen dieser drei Anwendungen. Gerne können Sie Ihren eigenen Laptop mitbringen. Voraussetzungen: Kenntnisse in Grundlagen der EDV.

- **Nr. A50111** Jürgen Peuker  
28. und 29. November, Samstag und Sonntag, 09:00 - 16:15 Uhr  
16 Unterrichtsstunden, 2 Termine  
€ 76,10 (ermäßigt € 63,30) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 116,10 (ermäßigt € 95,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Lahnaue"  
(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 19. Nov.

### Word - Basiswissen

Dieser Kurs bietet anhand zahlreicher Übungen den effektiven Einstieg in die vielfältigen Möglichkeiten des meistgenutzten Textverarbeitungsprogramms. Ziel ist die erste, sichere und selbstständige Anwendung von Word und das ansprechende Gestalten von Textdokumenten. Gerne können Sie Ihren eigenen Laptop mitbringen.

- **Nr. A50113** Steffen Reul  
30. und 31. Oktober, Freitag, 18:00 - 21:15 Uhr  
Samstag, 10:00 - 17:00 Uhr  
12 Unterrichtsstunden, 2 Termine  
€ 57,70 (ermäßigt € 48,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 87,70 (ermäßigt € 72,10) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Lahnaue"  
(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 22. Okt.

### Professionelle Textgestaltung mit Word

Dieser Kurs wendet sich an alle, die bereits Grundkenntnisse besitzen und ihre Kenntnisse vertiefen möchten. Ziel ist das sichere, praktische Beherrschen der wichtigen Arbeitswerkzeuge von Word, die ein schnelles und professionelles Gestalten von Textdokumenten gestatten. Gerne können Sie Ihren eigenen Laptop mitbringen.

- **Nr. A50114** Steffen Reul  
20. und 21. November, Freitag, 18:00 - 21:15 Uhr  
Samstag, 10:00 - 17:00 Uhr  
12 Unterrichtsstunden, 2 Termine  
€ 57,70 (ermäßigt € 48,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 87,70 (ermäßigt € 72,10) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Lahnaue"  
(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 12. Nov.

## Tabellenkalkulation mit Excel

### Excel-Basiswissen

Dieser Kurs bietet anhand zahlreicher Übungen den effektiven Einstieg in die vielfältigen Möglichkeiten des meistgenutzten Tabellenkalkulationsprogramms. Ziel ist die erste, sichere und selbstständige Anwendung von Excel und das ansprechende Gestalten von Tabellen und Mappen. Gerne können Sie Ihren eigenen Laptop mitbringen.

- € 76,10 (ermäßigt € 63,30) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 116,10 (ermäßigt € 95,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Lahnaue"  
(barrierefreier Zugang)
- **Nr. A50115** Jörg Raiber  
14. und 15. November, Samstag und Sonntag, 09:00 - 16:15 Uhr  
16 Unterrichtsstunden, 2 Termine  
An-/Abmeldeschluss: Freitag, 06. November

- **Nr. A50117** Marc Michael Groth  
07. September, montags, 18:00 - 21:15 Uhr  
16 Unterrichtsstunden, 4 Termine  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 31. August

### Professionelles Arbeiten mit Excel

Dieser Kurs wendet sich an alle, die bereits Grundkenntnisse besitzen und ihre Kenntnisse vertiefen möchten. Ziel ist das sichere, praktische Beherrschen der wichtigen, nahezu mächtigen Arbeitswerkzeuge von Excel, die ein schnelles und professionelles Gestalten von Tabellen gestatten. Gerne können Sie Ihren eigenen Laptop mitbringen.

- **Nr. A50119** Marc Michael Groth  
09. November, montags, 18:00 - 21:15 Uhr  
16 Unterrichtsstunden, 4 Termine  
€ 76,10 (ermäßigt € 63,30) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 116,10 (ermäßigt € 95,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Lahnaue"  
(barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Montag, 02. November

## Multimedia

### Einführung in das Tablet und Smartphone mit Android-Betriebssystem

Lernen Sie in diesem Kurs die wichtigsten Grundlagen Ihres Tablets oder Smartphones mit dem Betriebssystem Android kennen. Die Einrichtung und Bedienung, die am häufigsten genutzten Anwendungen, Energiespartipps und Fragen zur sicheren Nutzung des Gerätes werden auch praktisch vermittelt. Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone oder Tablet inkl. Ladekabel mit. Eine begrenzte Zahl von Leih-Tablets sind in der VHS vorhanden. Sprechen Sie uns an!

- **Nr. A50121** André Peuker  
14. November, Samstag, 09:00 - 16:15 Uhr  
8 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 39,30 (ermäßigt € 32,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 59,30 (ermäßigt € 48,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Lahnaue"  
(barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 05. November

### Aufbaukurs für Tablets und Smartphones mit dem Betriebssystem Android

Lernen Sie in diesem Kurs fortgeschrittene Nutzungsmöglichkeiten und Anwendungen Ihres Tablets oder Smartphones mit Android-Betriebssystem kennen. Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone inkl. Ladekabel mit. Eine begrenzte Zahl von Leih-Tablets sind in der VHS vorhanden. Sprechen Sie uns an!

- **Nr. A50122** André Peuker  
28. November, Samstag, 09:00 - 16:15 Uhr  
8 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 39,30 (ermäßigt € 32,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 59,30 (ermäßigt € 48,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Vetzberg"  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 19. November

## iPhone und iPad entspannt kennenlernen Teil I

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Bedienung Ihres persönlichen Gerätes kennen. iPhone und iPad sind leicht zu bedienen, viele Aufgaben können ohne spezielle Computerkenntnisse umgesetzt werden. Bringen Sie, falls vorhanden, Ihr iPad mit.

- **Nr. A50124** Karl-Horst Hausmann  
07. November, Samstag, 09:00 - 16:15 Uhr  
8 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 39,30 (ermäßigt € 32,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 59,30 (ermäßigt € 48,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Lahnau"  
(barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 29. Oktober

## iPhone/iPad entspannt kennenlernen (Spezial) - Fotokurs

Mit dem iPhone kann man "fast" wie mit einem herkömmlichen Fotoapparat schöne Fotos "schießen". Das Smartphone ist leicht und man hat es eigentlich immer dabei. In diesem speziellen Fotokurs lernen Sie, wie Sie das Beste aus Ihrem iPhone/iPad herausholen und die schönsten Fotos machen. Was Sie in dieser Schulung lernen: Wir sprechen über Handhabung und Technik, aber auch über künstlerische bzw. kreative Aspekte des Fotografierens und mögliche Hilfsmittel zu deren Umsetzung. Inhalte des Kurses:

- Die Kameratechnik
- Die "beste" Foto-App
- Welche Apps sind sonst noch nützlich?
- iPhone mit Stativ nutzen
- Effekte und Perspektiven
- Bilder einfach bearbeiten und wiederfinden
- Fotos übertragen und drucken
- Weiteres Fotozubehör für das iPhone

Bitte ein aufgeladenes iPhone/iPad mit ausreichendem Speicherplatz mitbringen.

- **Nr. A50128** Karl-Horst Hausmann  
21. November, Samstag, 09:00 - 16:15 Uhr  
8 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 39,30 (ermäßigt € 32,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 59,30 (ermäßigt € 48,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Schwanenteich"  
(barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 12. November

## Werde zum Social-Media-Profi! (Grundlagen)

Perfekt für alle, die gerade erst in die Welt von Instagram eintauchen und noch wenig Erfahrung mit Social Media haben. Bitte Smartphone, Tablet oder Laptop incl. Ladekabel mitbringen. Um Instagram nutzen zu können, ist eine Registrierung vor dem Kurs erforderlich.

- **Nr. A50141** Torsten Jaunich  
12. Dezember, Samstag, 10:00 - 17:00 Uhr  
8 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 63,30 (ermäßigt € 52,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 92,10 (ermäßigt € 75,10) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Lahnau"  
(barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 03. Dezember

## Werde zum Social-Media-Profi! (Fortgeschrittene)

Dieser Fortgeschrittenenkurs richtet sich an alle, die bereits Grundlagen in Instagram haben und ihre Fähigkeiten auf das nächste Level heben möchten. Wir fokussieren uns auf Strategien, fortgeschrittene Techniken und Insider-Tipps, um Ihre Reichweite zu maximieren und eine authentische Community aufzubauen. Bitte Smartphone, Tablet oder Laptop incl. Ladekabel mitbringen.

- **Nr. A50143** Torsten Jaunich  
19. Dezember, Samstag, 10:00 - 17:00 Uhr  
8 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 63,30 (ermäßigt € 52,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 92,10 (ermäßigt € 75,10) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Lahnau"  
(barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 10. Dezember



## Einführung in die KI, ChatGPT, Gemini und KI-Apps

Der Kurs bietet einen ersten Überblick über KI-Chatbots bis zur KI-Bildgenerierung und richtet sich an alle, die mehr über KI erfahren möchten und ein Interesse an KI/Al haben. Der Workshop wird in Form von Vorträgen, Übungen und Diskussionen durchgeführt und ermöglicht den Teilnehmer\*innen die Inhalte selbst zu entdecken und mit ChatGPT, Gemini und KI-Bildgeneratoren zu experimentieren. Zusammen designen wir LIVE Bilder mit der KI. Bitte bringen Sie Ihren Laptop und ihr Smartphone inklusive Ladekabel mit. Um die KI-Systeme selbst zu nutzen, müssen Sie sich registrieren.

- **Nr. A50145** Torsten Jaunich  
24. Oktober, Samstag, 10:00 - 17:00 Uhr  
8 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 63,30 (ermäßigt € 52,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 92,10 (ermäßigt € 75,10) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Lahnau"  
(barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 15. Oktober

## EDV-Kurse "60plus"

**EDV-Basiswissen****Word 2019 und Grundwissen der Funktionen des Betriebssystems****Windows für Teilnehmer\*innen ab 60 Jahren**

Die Nutzung der multimedialen Computertechnik in fast allen Lebensbereichen und Altersgruppen ist nicht aufzuhalten. Auch für Sie gibt es viele Gründe, endlich mitzumachen. Nach einer Einführung in das Betriebssystem Windows lernen Sie, Ihre Arbeitsumgebung am PC mit verschiedenen Standardeinstellungen und angelegten Ordnern individuell anzupassen. Sie lernen, Programme auf der Festplatte zu suchen, starten und schließlich anzuwenden. Mit dem Programm Word 2019 wenden wir uns der Textverarbeitung zu. Wir erstellen Texte, formatieren und speichern sie ab. Zudem ist ein wichtiger Teil des Kurses die Sicherheit bei der Nutzung Ihres PC. Gerne können Sie Ihren eigenen Laptop mitbringen.

■ **Nr. A50161** Jürgen Peuker

22. Oktober, donnerstags, 09:00 - 12:15 Uhr

16 Unterrichtsstunden, 4 Termine

€ 76,10 (ermäßigt € 63,30) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 116,10 (ermäßigt € 95,30) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Schwanenteich"

(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 15. Okt.

**EDV-Club für Teilnehmer\*innen ab 60 Jahre -****Neueinsteiger\*innen und Stammteilnehmer\*innen**

Vorkenntnisse: Kurs "EDV-Aufbaukurs für Teilnehmer\*innen ab 60 Jahre" oder gleichwertige Kenntnisse.

■ **Nr. A50181** Jürgen Peuker

21. Oktober, mittwochs, 09:30 - 12:45 Uhr

20 Unterrichtsstunden, 5 Termine

€ 94,50 (ermäßigt € 78,50) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 144,50 (ermäßigt € 118,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Schwanenteich"

(barrierefreier Zugang)

An-/Abmeldeschluss: Mittwoch, 14. Oktober

## Betriebswirtschaftliche und kaufmännische Praxis

**Finanzbuchführung - Grundlagen (Teil I)****vhs-Berufsweiterbildungskurs mit Zertifikatsabschluss**

Im Kurs werden folgende Themen behandelt: Notwendigkeit und Bedeutung der Buchführung, Inventar, Inventur, Bilanz, Errichten von Bestandskonten und Buchen einfacher Geschäftsvorfälle mit Abschluss; einfache und zusammengesetzte Buchungssätze; Kontenrahmen, Erfolgskonten einschließlich direkte Abschreibung, Privatkonto, Wareneinkaufs- und Warenverkaufskonto, Umsatzsteuer, Preisnachlässe, Boni, Skonti, Rabatte, Buchen nach Belegen, Kontokorrent. Bitte Taschenrechner, Lineal, Bleistift und T-Kontenblock mitbringen. Im Kurs werden die Lehrbücher "Finanzbuchführung 1-Lehrbuch" und Finanzbuchführung 1-Übungen und Musterklausuren" des Hueber Verlages verwendet. Bitte bringen Sie auch diese Unterlagen zu Kursbeginn mit.

■ **Nr. A50401** Frank Waßmuth

19. September, samstags, 08:30 - 13:30 Uhr

54 Unterrichtsstunden, 9 Termine

€ 194,20 (ermäßigt € 159,10) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 288,70 (ermäßigt € 234,70) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Schwanenteich"

(barrierefreier Zugang)

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 10. September

## Berufliche Kompetenz

## Sozial- und Persönlichkeitskompetenzen

**Einführung in das Zürcher Ressourcenmodell**

Hierbei handelt es sich um eine wissenschaftlich fundierte und weit verbreitete Methode, wie wir uns selbst strukturiert unterstützen können. Wir alle haben zur Bewältigung kritischer Situationen unbewusste Fähigkeiten und Kraftquellen zur Verfügung. Wie können wir diese Ressourcen in kritischen oder problematischen Situationen erfolgreich abrufen? Der Kurs möchte hierauf Antworten geben.

■ **Nr. A50601** Björn Rech

21. November, Samstag, 09:30 - 16:30 Uhr

8 Unterrichtsstunden, 1 Termin

€ 30,90 (ermäßigt € 25,70) ab 9 Teilnehmer\*innen

€ 44,90 (ermäßigt € 36,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen

Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Gleiberg"

An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 12. November

**Konflikte konstruktiv lösen: Gewaltfreie Kommunikation**

Die "Gewaltfreie Kommunikation" ist ein Kommunikations- und Konfliktlösungsprozess. An diesem Tag werden Zusammenhänge und Hintergründe erläutert, gleichzeitig wird die Gelegenheit gegeben sein, an Beispielen mit Freude und Leichtigkeit zu üben.

■ **Nr. A50611** Björn Rech

31. Oktober, Samstag, 09:30 - 16:30 Uhr

8 Unterrichtsstunden, 1 Termin

€ 30,90 (ermäßigt € 25,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
 € 44,90 (ermäßigt € 36,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
 Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Vetzberg"  
 An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 15. Oktober

### "NIE WIEDER SPRACHLOS!"

Manchmal ist es nur ein "dummer Spruch" oder eine harmlose Frage, die mich verstummen lässt. Ich ringe nach einer passenden Antwort, erröte, werde wütend oder schäme mich gar. Und Stunden später fällt mir die passende Antwort ein. Das ist ärgerlich und lässt mich oft hilflos zurück. Wenn Sie solche Situationen auch kennen und gerne wieder Ihre eigene Sprache finden wollen, haben Sie in diesem Seminar vielfältige Trainingsmöglichkeiten, um Ihre Kommunikation in schwierigen beruflichen und privaten Situationen zu optimieren.

#### ■ Nr. A50613 Hartmut Grün

24. Oktober, Samstag, 09:30 - 16:30 Uhr  
 8 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
 € 51,30 (ermäßigt € 42,00) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
 Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Gleiberg"  
 An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 15. Oktober

### Die Schlüsselrolle der Empathie: Optimal kommunizieren

Im privaten und im beruflichen Bereich spielt die Beziehung, die wir zu unserem Gegenüber aufbauen, eine wichtige Rolle. Im Kurs werden wir Empathie praktisch üben und erfahren. Es werden zudem Wege für eine optimale Kommunikation aufgezeigt.

#### ■ Nr. A50617 Hartmut Grün

28. November, Samstag, 10:00 - 14:30 Uhr  
 6 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
 € 26,80 (ermäßigt € 22,30) ab 9 Teilnehmer\*innen  
 € 39,10 (ermäßigt € 32,10) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
 Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Gleiberg"  
 An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 19. November

### Sketchnoting: Das kreative Tool für leichteres Lernen

Nutzen Sie den "Bildüberlegenheitseffekt" und lernen Sie, wie Sie Informationen visuell protokollieren. Nein, dafür müssen Sie nicht zeichnen können! Wir kombinieren Texte mit einfachen Zeichnungen und strukturieren mit Rahmen, Pfeilen und Farben. So werden Lernzettel, Rezepte, Anleitungen, Urlaubserinnerungen oder Vortragsmitschriften kreativ gestaltet, so machen Lernen oder Wissensvermittlung plötzlich Spaß. Sketchnotes eignen sich hervorragend für Kinder ab 10 Jahren, kommen und lernen Sie gemeinsam! Ich persönlich verwende die Sketchnotes analog, d. h. mit Stiften auf Papier. Sie können die Methode natürlich auch mittels Tablet oder iPad erlernen, dazu sollten Sie aber Ihre Zeichenapp schon kennen. Bringen Sie gerne Ihr Notizbuch und Ihre Lieblingsstifte mit.

#### ■ Nr. A50621 Ines Höfliger

07. November, Samstag, 09:00 - 16:00 Uhr  
 8 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
 € 30,90 (ermäßigt € 25,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
 € 44,90 (ermäßigt € 36,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
 Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Gleiberg"  
 An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 29. Oktober

### Bullet Journaling: Organisieren Sie sich mit Ihrem ganz eigenen Journal

Sie möchten entspannt sein und trotzdem alle Aufgaben und Termine im Blick haben? Neue Routinen etablieren und Ziele endlich erreichen? Dann ist das individuelle Selbstmanagement-Tool "Bullet Journaling" genau richtig für Sie. Lernen Sie, wie Sie Ihr Journal optimal auf Ihre Bedürfnisse anpassen und mit Spaß und Kreativität mehr Struktur in Ihr Leben bringen. Bringen Sie gerne Ihr Notizbuch/Journal und Ihre Lieblingsstifte mit.

#### ■ Nr. A50623 Ines Höfliger

28. November, Samstag, 09:00 - 16:00 Uhr  
 8 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
 € 30,90 (ermäßigt € 25,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
 € 44,90 (ermäßigt € 36,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
 Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Gleiberg"  
 An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 19. November



### Nutzen Sie die Kraft von Flipcharts

Ansprechende und aussagekräftige Flipcharts für effektive Informationsvermittlung und Kommunikation. Bilder mit Farben, gut lesbarer Schrift und Struktur wecken Neugier, fesseln Aufmerksamkeit und bleiben in Erinnerung.

Inhalte:

- Grundlagen und Materialkunde
- Schriften, Ankerbilder, Struktur- und Verbindungselemente
- Gesichter und Figuren
- Tipps und Tricks

#### ■ Nr. A50625 Ines Höfliger

31. Oktober, Samstag, 09:00 - 16:00 Uhr  
 8 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
 € 30,90 (ermäßigt € 25,70) ab 9 Teilnehmer\*innen  
 € 44,90 (ermäßigt € 36,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
 Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Gleiberg"  
 An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 22. Oktober



## LernRaum Alltag

Lesen, Schreiben, Rechnen, digitale Medien nutzen oder Informationen rund um Gesundheit und Alltag verstehen – all das gehört zur Grundbildung und begleitet uns jeden Tag. Gute Grundkenntnisse helfen dabei, selbstständig Entscheidungen zu treffen, Neues zu lernen und den Alltag sicher zu meistern.

Mit unserem Angebot „LernRaum Alltag“ möchten wir Menschen dabei unterstützen, ihre Fähigkeiten Schritt für Schritt auszubauen – in einer angenehmen Lernatmosphäre, ohne Druck und orientiert an den persönlichen Bedürfnissen. Dabei greifen wir unterschiedliche Themen des täglichen Lebens auf: von Lesen und Schreiben über digitale Grundbildung bis hin zu Gesundheit, Finanzen, Kommunikation und Orientierung im Alltag.

### Lesen. Schreiben. Weiterkommen.

#### Fit in Lesen und Schreiben

In diesem Kurs lernen Sie, besser zu lesen und zu schreiben. Er ist für Menschen, die beim Lesen oder Schreiben noch Hilfe brauchen. Wir lernen in einer kleinen Gruppe. Jeder lernt in seinem eigenen Tempo. Wir üben, was für Sie wichtig ist – zum Beispiel das Alphabet, Zahlen, Wörter und kurze Sätze.

- **Nr. A40405** Leonore Blütgen-Walther  
08. September - 01. Dezember, 16:00 - 17:30 Uhr  
(außer am 10.11.)  
20 Unterrichtsstunden, 10 Termine, gebührenfrei  
VHS in der Kongresshalle (Eingang über Treppe),  
Südanlage 3 A, Raum 3

### Digital durchstarten

#### EDV-Grundlagen und Internet-Nutzung (Teil I)

Dieser Kurs ist für Anfänger\*innen bestimmt und erfordert keine Vorkenntnisse. Er ist aber ebenso geeignet für Teilnehmer\*innen, die eine Auffrischung ihrer Kenntnisse wünschen, da es ihnen an systematischem Überblick fehlt, bzw. ihre PC-Nutzung bereits länger zurückliegt. Schwerpunkte sind das Kennenlernen des Betriebssystems Windows und eine Einführung in die Internet-Nutzung. Die in diesem Kurs vermittelten Kenntnisse und Fertigkeiten sind Voraussetzung für das spätere Arbeiten mit den Anwendungsprogrammen Word, Excel und PowerPoint. Gerne können Sie Ihren eigenen Laptop mitbringen.

- **Nr. A50101** Karl-Horst Hausmann  
29. Oktober, donnerstags, 18:00 - 21:15 Uhr  
20 Unterrichtsstunden, 5 Termine  
€ 94,50 (ermäßigt € 78,50) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 144,50 (ermäßigt € 118,50) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Lahnaue"  
(barrierefreier Zugang)  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 22. Oktober

#### Aufbaukurs: EDV-Grundlagen und Internet-Nutzung

Dieser Kurs richtet sich in erster Linie an Absolvent\*innen des Kurses "EDV-Grundlagen und Internet-Nutzung", aber auch Quereinsteiger\*innen mit entsprechenden Vorkenntnissen sind willkommen. Schwerpunkt ist das Arbeiten mit Dateien und Ordern im Windows Explorer und das Erzeugen geeigneter Ordnerstrukturen, um die erstellten Dateien sinnvoll abzuspeichern. Bei der Internetnutzung steht die E-Mail-Funktion im Vordergrund. Themen im Einzelnen: Erzeugen eigener Ablagestrukturen; Kopieren, Verschieben, Umbenennen und Löschen von Dateien und Ordern; Umgang mit Datenträgern (CD, DVD, USB-Stick); Einrichten einer E-Mail-Adresse; Senden und Empfangen von E-Mails; Versenden und Abspeichern von Anhängen.

- **Nr. A50103** Karl-Horst Hausmann  
03. Dezember, donnerstags, 18:00 - 21:15 Uhr  
12 Unterrichtsstunden, 3 Termine  
€ 57,70 (ermäßigt € 48,10) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 87,70 (ermäßigt € 72,10) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Lahnaue"  
(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 26. Nov.



#### Einführung in das Tablet und Smartphone mit Android-Betriebssystem

Lernen Sie in diesem Kurs die wichtigsten Grundlagen Ihres Tablets oder Smartphones mit dem Betriebssystem Android kennen. Die Einrichtung und Bedienung, die am häufigsten genutzten Anwendungen, Energiespartipps und Fragen zur sicheren Nutzung des Gerätes werden auch praktisch vermittelt. Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone oder Tablet inkl. Ladekabel mit. Eine begrenzte Zahl von Leih-Tablets sind in der VHS vorhanden. Sprechen Sie uns an!

- **Nr. A50121** André Peuker  
14. November, Samstag, 09:00 - 16:15 Uhr  
8 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 39,30 (ermäßigt € 32,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 59,30 (ermäßigt € 48,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Lahnaue"  
(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 05. Nov.

## Aufbaukurs für Tablets und Smartphones mit dem Betriebssystem Android

Lernen Sie in diesem Kurs fortgeschrittene Nutzungsmöglichkeiten und Anwendungen Ihres Tablets oder Smartphones mit Android-Betriebssystem kennen. Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone inkl. Ladekabel mit. Eine begrenzte Zahl von Leih-Tablets sind in der VHS vorhanden. Sprechen Sie uns an!

- **Nr. A50122** André Peuker  
28. November, Samstag, 09:00 - 16:15 Uhr  
8 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 39,30 (ermäßigt € 32,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 59,30 (ermäßigt € 48,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Vetzberg"  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 19. November



## iPhone und iPad entspannt kennenlernen Teil I

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Bedienung Ihres persönlichen Gerätes kennen. iPhone und iPad sind leicht zu bedienen, viele Aufgaben können ohne spezielle Computerkenntnisse umgesetzt werden. Bringen Sie, falls vorhanden, Ihr iPad mit.

- **Nr. A50124** Karl-Horst Hausmann  
07. November, Samstag, 09:00 - 16:15 Uhr  
8 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 39,30 (ermäßigt € 32,90) ab 9 Teilnehmer\*innen  
€ 59,30 (ermäßigt € 48,90) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Lahnau"  
(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 29. Okt.

## Online - Reisen selber buchen – individuell und sicher

Die digitale Welt bietet eine Vielzahl von Möglichkeiten, (Geschäfts-)Reisen selbstständig und dadurch individuell zugeschnitten, einfach und günstig zu buchen. Im Rahmen dieser Veranstaltung erfahren Sie, wie Sie Ihre (Geschäfts-)Reise ganz einfach selbst planen und buchen können! Behandelt werden die Grundlagen der Online-Reisebuchung inkl. der

neutralen Vorstellung verschiedener Buchungsplattformen und -portale und deren Vergleich, das Vermeiden versteckter Kosten und das Erkennen vorhersehbarer Risiken. Hinweis: Das hier vermittelte Wissen basiert auf der langjährigen Erfahrung des Dozenten, es stellt keine Rechtsberatung dar und es besteht ferner kein Garantieanspruch.

- **Nr. A11110** Kai Kaufmann  
14. September, Montag, 17:00 - 20:15 Uhr, 1 Termin  
20,00 € (keine Ermäßigung)  
Dieser Kurs findet über Zoom statt.  
An-/Abmeldeschluss: Sonntag, 14. September (bis 12 Uhr)

## Sicher shoppen im Internet

Das Einkaufen im Internet wird zunehmend beliebter. Das wissen auch Kriminelle, die versuchen, mit unterschiedlichen Methoden an Geld oder sensible Daten zu gelangen. Im Vortrag erhalten Sie jede Menge Tipps, wie Sie das Risiko eines Betrugs reduzieren können. Auch das Thema "Kleinanzeigen-Portale" wird im Vortrag behandelt. Der Vortrag ist aus der Veranstaltungsreihe "Sicherheit im Internet" des Polizeipräsidiums Mittelhessen.

- **Nr. A10310** Ulrich Kaiser, Kriminalhauptkommissar  
01. Oktober, Donnerstag, 18:15 - 19:45 Uhr  
1 Termin, gebührenfrei  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Wieseck"  
(barrierefreier Zugang), An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 24. Sept.

## Mit Worten weiterkommen

### "NIE WIEDER SPRACHLOS!"

Manchmal ist es nur ein "dummer Spruch" oder eine harmlose Frage, die mich verstummen lässt. Ich ringe nach einer passenden Antwort, erröte, werde wütend oder schäme mich gar. Und Stunden später fällt mir die passende Antwort ein. Das ist ärgerlich und lässt mich oft hilflos zurück. Wenn Sie solche Situationen auch kennen und gerne wieder Ihre eigene Sprache finden wollen, haben Sie in diesem Seminar vielfältige Trainingsmöglichkeiten, um Ihre Kommunikation in schwierigen beruflichen und privaten Situationen zu optimieren.

- **Nr. A50613** Hartmut Grün  
24. Oktober, Samstag, 09:30 - 16:30 Uhr  
8 Unterrichtsstunden, 1 Termin  
€ 51,30 (ermäßigt € 42,00) bei 6 bis 8 Teilnehmer\*innen  
Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, Raum "Gleiberg"  
An-/Abmeldeschluss: Donnerstag, 15. Oktober

### Schon gewusst?

Inhaber\*innen des Gießen-Passes erhalten eine Ermäßigung von 50 % auf die Kursgebühr.

Bitte benutzen Sie bei Kursanmeldungen die vorgedruckten Anmeldekarten aus dem Anhang.  
(Ab Seite 79)

### Kursleiter\*innenverzeichnis

Ab sofort können Sie online Einsicht in unser Kursleiter\*innenverzeichnis nehmen. Dies geht am schnellsten über den nachfolgenden QR-Code:



### Kooperationspartner\*innen

Ab sofort können Sie online eine Übersicht über unsere Kooperationspartner\*innen erhalten. Dies geht am schnellsten über den nachfolgenden QR-Code:



### Social-Media

Sie finden unsere Volkshochschule nicht nur über unsere Webseite: [www.vhs-giessen.de](http://www.vhs-giessen.de), sondern auch über die Social-Media-Plattformen Facebook und Instagram. Wir freuen uns über Ihren Besuch über die nachfolgenden QR-Codes:



**vhs**  
Volkshochschule  
Universitätsstadt  
Giessen

Die Volkshochschule  
Vielleicht der  
Beginn von etwas  
ganz Großem.  
Wir bilden die digitale  
Gesellschaft.

#zukunftsor\_t\_vhs [www.vhs-giessen.de](http://www.vhs-giessen.de)

## Übersicht Bildungsurlaube vhs der Universitätsstadt Gießen

### Yoga und Gesundheit - Stressbewältigung durch Bewegung, Achtsamkeit, Meditation, Atmung und andere Entspannungstechniken

■ Nr. **A30144**, 12. - 16. Oktober, nähere Informationen siehe S. 34

### Perspektivwechsel: Stress lass nach - die eigenen Stärken leben

■ Nr. **A30601**, 05. - 09. Oktober, nähere Informationen siehe S. 36

### Gute Vorsätze für meine Gesundheit

■ Nr. **A30621**, 18. - 22. Januar, nähere Informationen siehe S. 37

### Raus aus der Stress-Falle

■ Nr. **A30626**, 12. - 16. Oktober, nähere Informationen siehe S. 37

### Englisch für die Verwaltung und kaufmännische Berufe A2 - B1

■ Nr. **A40644**, 12. - 16. Oktober, nähere Informationen siehe S. 56

### Englisch – Auffrischkurs A2 – B1

■ Nr. **A40645**, 12. - 16. Oktober, nähere Informationen siehe S. 57

### Business English B1

■ Nr. **A40653**, 12. - 16. Oktober, nähere Informationen siehe S. 57

### Spanische Woche A2

■ Nr. **A42220**, 12. - 16. Oktober, nähere Informationen siehe S. 63

### Wenn Hände sprechen – Einführung in die Deutsche Gebärdensprache und die Gehörlosenkultur

■ Nr. **A42800**, 30.11. - 04.12., nähere Informationen siehe S. 53

### Information, Beratung und Anmeldung: vhs Gießen

E-Mail: [vhs@giessen.de](mailto:vhs@giessen.de)

Tel.: 0641/ 306-1467 (Sprachen) oder -1469 (Sonstige)

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

## Übersicht Bildungsurlaube vhs des Landkreises Gießen

### Züricher Ressourcen Modell®

**K-0750385**, 10. - 14. August 2026, 09:00 - 16:30 Uhr

5 Termine, vhs-Haus Lich

### Fit in Beruf und Alltag durch Yoga

**K-0751357**, 10. - 14. August 2026, 09:00 - 16:30 Uhr

5 Termine, vhs-Haus Lich

### Stimmig sein - mit sich und anderen

**J-0750225**, 17. - 21. August 2026, 09:00 - 16:00 Uhr

5 Termine, vhs-Haus Lich

### Rhetorik und Kommunikation

**K-0113101**, 17. - 21. August 2026, 09:00 - 16:00 Uhr

5 Termine, vhs-Haus Lich

### Life Balance

**K-0431224**, 07. - 11. September 2026, 09:00 - 17:00 Uhr

5 Termine, vhs-Haus Lich

### Mit Tai Chi/Qi Gong gesund u. leistungsfähig im Berufsalltag

**K-0750323**, 07. - 11. September 2026, 09:00 - 16:30 Uhr

5 Termine, vhs-Haus Lich

### Erwachen Ihrer mentalen Kraft auch für Hochsensible (Bildungsurlaub für Teilzeitkräfte)

**K-0430030**, 14. - 18. September 2026, 09:30 - 13:45 Uhr

5 Termine, vhs-Haus Lich

### WORD und EXCEL - MS Office effizient nutzen

**K-0754153**, 28. September - 02. Oktober 2026, 08:30 - 16:00 Uhr

5 Termine, vhs-Haus Lich

### Visual Thinking

**K-0750224**, 26. - 30. Oktober 2026, 09:00 - 16:00 Uhr

5 Termine, vhs-Haus Lich

### Datenanalyse und -verwaltung mit Excel und Access

**K-0754516**, 02. - 06. November 2026, 08:30 - 16:00 Uhr

5 Termine, vhs-Haus Lich

### Erfolgreich sein - Mensch bleiben

**K-0750329**, 02. - 06. November 2026, 09:00 - 16:00 Uhr

5 Termine, vhs-Haus Lich

### Mit Tai Chi/Qi Gong gesund u. leistungsfähig im Berufsalltag

**K-0750324**, 07. - 11. Dezember 2026, 09:00 - 16:30 Uhr

5 Termine, vhs-Haus Lich

### Information, Beratung und Anmeldung: vhs Landkreis Gießen

E-Mail: [kvhs.giessen@lkgi.de](mailto:kvhs.giessen@lkgi.de)

Tel.: 0641/ 9390-5700, Web: [www.vhs-kreis-giessen.de](http://www.vhs-kreis-giessen.de)

Gemäß Hessischem Weiterbildungsgesetz ist es eine Pflichtaufgabe von kreisfreien Städten, Landkreisen und kreisangehörigen Gemeinden mit mehr als 50.000 Einwohnern, ein der Nachfrage entsprechendes qualitatives und quantitatives Bildungsangebot für Erwachsene bereitzustellen. Diese Aufgaben erfüllt die Stadt Gießen durch ihre Volkshochschule. Die Volkshochschule hat als Bildungsdienstleisterin die Aufgabe, die Grundversorgung an Weiterbildung sicherzustellen und durch ihre Angebote die Weiterbildungsbeteiligung zu erhöhen. Ihre Bildungsangebote in den Bereichen der allgemeinen, politischen, beruflichen und kulturellen Weiterbildung umfasst Inhalte, die die Entfaltung der Persönlichkeit fördern, die Fähigkeit zur Mitgestaltung des demokratischen Gemeinwesens stärken und die Anforderungen der Arbeitswelt bewältigen helfen. Bildung als kommunale Dienstleistung orientiert sich an den vier Lerndimensionen der UNESCO für das Lebenslange Lernen: Lernen Wissen zu erwerben, Lernen zu handeln, Lernen zusammen zu leben und Lernen das Leben zu gestalten.

Das sind wir:  
**Identität und Werte**

Wir, die vhs der Universitätsstadt Gießen, sind die kommunale Weiterbildungseinrichtung der Stadt. Unsere Arbeit beruht auf den Grundwerten einer demokratischen Grundordnung, auf Meinungsvielfalt und Toleranz. Wir sind überparteilich, nicht an bestimmte Weltanschauungen, Konfessionen oder soziale Gruppierungen gebunden.

Das wollen wir:  
**Teilnehmer und Ziele**

Wir ermöglichen lebenslanges Lernen für Menschen unterschiedlicher Herkunft und unterschiedlichen Alters, unabhängig von ihrer sozialen Lage und ihrer Nationalität. Unsere Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind Erwachsene und Jugendliche, die an Kultur- und Bildungsangeboten interessiert sind. Wir fühlen uns bildungsfernen Bevölkerungsgruppen verpflichtet und möchten sie mit unseren Angeboten erreichen. Durch unser breit gefächertes Programm werden Menschen zusammengeführt und vielfältige Lernprozesse ermöglicht. So leisten wir einen Beitrag zu Chancengleichheit und Integration.

Das tun wir:  
**Unsere Leistungen**

- Unser Kursangebot ist vielseitig und aktuell: Wir orientieren uns hier an den Wünschen unserer Teilnehmerinnen und Teilnehmer und berücksichtigen dabei die gesellschaftlichen, politischen, kulturellen, sozialen und wirtschaftlichen Entwicklungen unserer Region.
- Wir bieten in unserem Programm die Möglichkeit vielfältiger Lernerfahrung in unterschiedlichen Bereichen: Mensch und Umwelt, Kultur und Freizeit, Sprachen, Beruf und Qualifikation und Gesundheitsbildung.
- Zusätzlich bieten wir maßgeschneiderte Bildungsangebote an und erbringen Dienstleistungen in Kooperation mit unterschiedlichen Einrichtungen.
- In Zusammenarbeit mit Prüfungs-Institutionen bieten wir eine Reihe von anerkannten Abschlüssen und Zertifikaten an.
- Wir leisten kostenlose individuelle Bildungs- und Lernberatung, die den Bedürfnissen der Menschen nach persönlicher Orientierung gerecht wird.
- Es gehört zu unserem Service, dass wir für Teilnehmerinnen und Teilnehmer gut erreichbar sind. Wir veröffentlichen unsere Angebote zweimal im Jahr in unserem Programmheft und im Internet und geben weitere Informationen an die örtliche Presse.
- Wir gehen kostenbewusst mit öffentlichen Geldern um und gestalten die Kursgebühren nach sozialverträglichen Gesichtspunkten.

Das können wir:  
**Fähigkeiten und Ressourcen**

- Wir, die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Volkshochschule Gießen, arbeiten engagiert und effektiv im Sinne unserer Kundinnen und Kunden. Wir arbeiten Hand in Hand, freundlich, zuverlässig und flexibel.
- Unsere Kursleiterinnen und Kursleiter sind fachlich qualifiziert und arbeiten motiviert im Sinne unserer Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Sie bilden sich in Fortbildungen auf fachlicher und pädagogischer Ebene weiter.
- Unser Haus, die ‚vhs in der Wetterwarte‘ ist für uns ein Haus, in dem alle willkommen sind und das von seiner Atmosphäre und seiner Ausstattung uns und unseren Kundinnen und Kunden Möglichkeiten bietet, anderen zu begegnen, neue Ideen auszuprobieren, mit Freude zu lernen und zu arbeiten. Ein Großteil unserer Kurse findet in den Gießener Schulen statt. Auch hier versuchen wir, im Rahmen unserer Möglichkeiten eine angenehme Lernatmosphäre zu schaffen.
- Die Volkshochschule Gießen finanziert ihre Arbeit durch Zuwendungen der Stadt Gießen und des Landes Hessen, sowie durch Teilnehmerentgelte.
- Die Volkshochschule Gießen ist Mitglied im Deutschen und im Hessischen Volkshochschulverband. Dadurch erhalten wir umfassende Informationen und strukturelle Unterstützung. Wir kooperieren verstärkt mit den Volkshochschulen der Region, um unsere Stellung in der regionalen Weiterbildungslandschaft zu festigen und auszubauen.
- Wir arbeiten kontinuierlich an der Verbesserung unserer Arbeit

Das haben Sie davon:  
**Gelungenes Lernen**

Gelungenes Lernen ist für uns nicht nur die Vermittlung von Lerninhalten, sondern auch soziales und emotionales Lernen. Es orientiert sich an den Wünschen, Möglichkeiten und Lebenserfahrungen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Gelungenes Lernen bietet die Möglichkeit, sich aktiv am Lernprozess zu beteiligen, und ermöglicht es, die gewonnenen Erfahrungen im persönlichen und beruflichen Alltag umzusetzen.

# Volkshochschule Gießen, Fröbelstraße 65, 35394 Gießen

Tel. 0641/306-1466/-1467/-1469 /-1472• Fax.: 0641-306-2474

Anmeldung für das \_\_\_\_\_ . Semester 20 \_\_\_\_\_

Kurs-Nr. \_\_\_\_\_ Kursleiter/ -in und Kurstitel \_\_\_\_\_  
 m  w  d

Name, Vorname \_\_\_\_\_

Geburtsdatum \_\_\_\_\_ E-Mail-Adresse (Diese wird von der vhs verwendet, um  
 Sie über das Programm zu informieren. Widerspruch per  
 E-Mail ist jederzeit möglich unter vhs-news@giessen.de)

Straße, Hausnummer \_\_\_\_\_

Plz, Wohnort \_\_\_\_\_

Telefon (tagsüber) \_\_\_\_\_ Telefon (abends) \_\_\_\_\_

**Unterschrift** (bei Minderjährigen Erziehungsberechtigte/r) \_\_\_\_\_

**Pflichtfelder für Anmeldungen zu Deutsch-Kursen:**

Geburtsland \_\_\_\_\_ Geburtsort \_\_\_\_\_

## Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)

Ich erkenne die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der vhs Gießen an. Wir informieren Sie gemäß § 18 Abs. 2 HDSG, dass Ihre Daten in einer automatisierten Datei gespeichert und dort spätestens nach 10 Jahren gelöscht werden. Daten zum Gebühreneinzug werden an unsere Bank übermittelt.

## Ermäßigungsgrund (ist mit der Anmeldung nachzuweisen)

- Minderjährige
- Schüler, Studenten, Referendare, Azubis
- Wehr- und Zivildienstleistende
- Bundesfreiwilligendienstleistende
- Empfänger von Sozialgeld oder AIG II
- Empfänger von Hilfe zum Lebensunterhalt, Grundsicherung im Alter und Erwerbsminderung nach dem SGB XII
- Schwerbehinderte Menschen u. Gleichgestellte
- Ehrenamts- oder Jugendleitercard
- Gießen-Pass

## Zahlungsart

(bitte ankreuzen)

### Einzugsermächtigung

Bitte füllen Sie dafür das SEPA-Lastschriftmandat auf der Rückseite aus. Wenn Sie bereits Forderungen der vhs Gießen per Einzugsermächtigung zahlen, werden diese im Rahmen der SEPA-Einführung auf ein sogenanntes SEPA-Lastschriftmandat umgestellt. Ihre Einzugsermächtigung bleibt weiterhin gültig und Sie müssen nichts weiter unternehmen.

### Überweisung

Keine Angabe der Bankverbindung erforderlich.

## Datenschutz

Ich willige ein, dass die vhs Gießen meine Kontaktdaten zum Zwecke der Kontaktaufnahme und Kommunikation speichert und verarbeitet. Näheres hierzu finden Sie auf der Rückseite unter der Datenschutz-Grundverordnung.

## Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)

Mit Ihrer Unterschrift auf der Anmeldekarte erkennen Sie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der vhs Gießen an.

Sie können die AGB an folgenden Stellen einsehen:

- im Programmheft
- unter [www.vhs-giessen.de](http://www.vhs-giessen.de)
- in der Geschäftsstelle der vhs an der Infotafel am Eingang

## Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO)

Seit dem 25. Mai 2018 entfaltet die EU-Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) ihre Wirksamkeit. Der Datenschutz für Bürgerinnen und Bürger in der Europäischen Union wird hierdurch deutlich gestärkt. Die vhs Gießen legt besonderen Wert auf die Sicherheit und den vertrauensvollen Umgang bei der Verarbeitung persönlicher Daten.

Sie sind gemäß § 15 DSGVO jederzeit berechtigt, gegenüber der vhs Gießen um umfangreiche Auskunftserteilung zu den zu Ihrer Person gespeicherten Daten zu ersuchen. Gemäß § 17 DSGVO können Sie jederzeit gegenüber der vhs Gießen die Berichtigung, Löschung und Sperrung einzelner personenbezogener Daten verlangen. Sie können darüber hinaus jederzeit ohne Angaben von Gründen von Ihrem Widerspruchsrecht Gebrauch machen und die erteilte Einwilligungserklärung mit Wirkung für die Zukunft abändern oder gänzlich widerrufen. Sie können den Widerruf entweder postalisch oder per E-Mail, über [vhs@giessen.de](mailto:vhs@giessen.de), an den Vertragspartner übermitteln. Es entstehen Ihnen dabei keine anderen Kosten als die Portokosten.

## SEPA-Lastschriftmandat

Bitte ausgefüllt und unterschrieben zurücksenden an:

Magistrat der Stadt Gießen  
Volkshochschule  
Fröbelstraße 65  
35394 Gießen

Für Rückfragen:

**Telefon**  
0641 306-1465  
**E-Mail**  
[vhs@giessen.de](mailto:vhs@giessen.de)

**Telefax**  
0641 306-2474

<b>Zahlungsart:</b> Wiederkehrende Zahlungen
---

<b>Gläubiger</b> Stadtverwaltung Gießen Berliner Platz 1 35390 Gießen
<b>Gläubiger-identifikationsnr.</b> DE04ZZZ00000051986

Gültigkeit ab:	Bezeichnung der Abgabensart / Gebühr
	Kurs-Nr.:
Name des Kreditinstituts	
BIC	
IBAN	
<b>DE</b>	
Anschrift (freiwillige Angabe)	

Die Einzugsermächtigung wird zukünftig auch für alle weiteren Kursanmeldungen genutzt. Sie können jederzeit Ihre Einzugsermächtigung widerrufen. Dies ist schriftlich an die o. g. Adresse oder auch per Mail an [vhs@giessen.de](mailto:vhs@giessen.de) möglich.

Ort und Datum	Unterschrift (evtl. Firmenstempel)
---------------	------------------------------------

<b>Mandatsreferenz</b> Vom Zahlungsempfänger einzutragen!
--

**§ 1 Allgemeines**

- 1) Diese AGB gelten für alle Veranstaltungen der Volkshochschule (vhs), auch für solche, die im Wege der elektronischen Datenübermittlung durchgeführt werden.
- 2) Studienreisen und Exkursionen, die einen Dritten als Veranstalter\*in und Vertragspartner\*in ausweisen, sind keine Veranstaltungen der vhs. Insoweit tritt die vhs nur als Vermittler\*in auf.
- 3) Soweit in den Regelungen dieser AGB die weibliche Form verwendet wird, geschieht dies lediglich zur sprachlichen Vereinfachung. Die Regelungen gelten gleichermaßen auch für männliche/diverse Beteiligte und für juristische Personen.
- 4) Rechtsgeschäftliche Erklärungen (z. B. Anmeldungen und Kündigungen) bedürfen, soweit sich aus diesen AGB oder aus dem Verbraucher/der Verbraucherin zustehenden Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften nichts anderes ergibt, der Schriftform oder einer kommunikationstechnisch gleichwertigen Form (Telefax, E-Mail, Login-Homepage der vhs). Erklärungen der vhs genügen der Schriftform, wenn eine nicht unterschriebene Formularbestätigung verwendet wird.

**§ 2 Vertragsschluss und Informationen zum Vertrag**

- 1) Die Ankündigung von Veranstaltungen ist unverbindlich.
- 2) Der Veranstaltungsvertrag kommt vorbehaltlich der Regelung des Abs. 3 entweder durch Annahmeerklärung der vhs zustande oder aber dadurch, dass die 2-Wochen-Frist verstreicht, ohne dass die vhs das Vertragsangebot abgelehnt hat. Falls Kurse bereits voll sind, erfolgt eine Benachrichtigung durch die vhs. Abmeldungen sind nur in schriftlicher Form bis einen Tag vor Kursbeginn bzw. vor Ablauf des Abmeldeschlusses bei Studienfahrten und -reisen sowie Tages- und Wochenendkursen möglich.
- 3) Ist in der Ankündigung der Veranstaltung ein Anmeldeschlusstermin angegeben, so bedarf eine Anmeldung, die erst nach Anmeldeschluss bei der vhs eingeht, abweichend von Abs. 2 einer ausdrücklichen Annahmeerklärung. Erfolgt diese nicht bis Kursbeginn, gilt die Anmeldung als abgelehnt.
- 4) Mündliche oder fernmündliche Anmeldungen sind abweichend von § 1 Abs. 4 verbindlich, wenn sie sofort oder innerhalb von 10 Tagen mündlich oder schriftlich angenommen werden.
- 5) Probeweiser Kursbesuch ist nur einmalig und nur ohne Anmeldung möglich, soweit im Kurs noch Platz ist. Bei Kursen mit Anmeldeschluss ist ein probeweiser Besuch ausgeschlossen. Zweimaliger Kursbesuch wird als Anmeldung gewertet.
- 6) Das gesetzliche Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften wird durch die Regelungen der Absätze 2 und 4 nicht berührt.
- 7) Die Vertragssprache ist deutsch.
- 8) Im Falle einer Online-Anmeldung kann die/der Anmeldende Eingabefehler dadurch korrigieren, dass sie den "zahlungspflichtig buchen"-Button nicht betätigt, sondern stattdessen in ihrem Browserfenster auf die vorherigen Seiten klickt und im jeweiligen Eingabefenster die Angaben zur Anmeldung wie den ausgewählten Kurs, die Anmeldeadresse usw. korrigiert.
- 9) Die vhs speichert das Kursangebot, den die/der Anmeldende gesondert per E-Mail anfordern kann. Die/der Anmeldende hat darüber hinaus die Möglichkeit, das Kursangebot über die Nutzung der Druckfunktion ihres Browsers auszudrucken.

**§ 3 Vertragspartner\*in und Teilnehmer\*in**

- 1) Mit Abschluss des Veranstaltungsvertrags werden vertragliche Rechte und Pflichten nur zwischen der vhs als Veranstalter\*in und der Anmeldenden (Vertragspartner\*in) begründet. Die Anmeldende kann das Recht zur Teilnahme auch für eine dritte Person (Teilnehmer\*in) begründen. Diese ist der vhs namentlich zu benennen. Eine Änderung in der Person der Teilnehmer\*in bedarf der Zustimmung der vhs. Diese darf die Zustimmung nicht ohne sachlichen Grund verweigern.
- 2) Für die Teilnehmer\*in gelten sämtliche die Vertragspartner\*in betreffenden Regelungen sinngemäß.
- 3) Die vhs darf die Teilnahme von persönlichen und/oder sachlichen Voraussetzungen abhängig machen.
- 4) Die vhs ist berechtigt, aber nicht verpflichtet, Teilnehmer\*innenkarten auszugeben. In einem solchen Fall ist die Vertragspartner\*in verpflichtet, die Karte mitzuführen und sich auf Verlangen einer Bevollmächtigten der vhs auszuweisen. Geschieht das aus von der Vertragspartner\*in zu vertretenden Gründen nicht, kann die Vertragspartner\*in von der Veranstaltung ausgeschlossen werden, ohne dass dadurch ein Anspruch auf Rückerstattung der geleisteten Gebühr entsteht.
- 5) Die Kurse finden nur mit mindestens 10, spezielle Kurse mit mindestens 6, 8, 12 oder 15 Teilnehmern statt. Parallelkurse mit geringer Teilnehmer\*innenanzahl können (innerhalb der Höchstgrenzen) zusammengelegt werden. Maßgebend ist dabei nicht die Zahl der Anwesenden, sondern die Zahl der verbindlichen Anmeldungen.

**§ 4 Gebühr und Veranstaltungstermin**

- 1) Die Veranstaltungsgebühr wie auch der Veranstaltungstermin und die -dauer ergeben sich aus der bei Eingang der Anmeldung aktuellen Ankündigung der vhs (Programm, Aushang, Preisliste etc.).
- 2) Die Gebührenpflicht entsteht mit der Anmeldung. Es ergeht hierzu eine gesonderte Zahlungsaufforderung. Die Gebühr wird bei Ablehnung der Anmeldung und eventuell bereits gezahlter Gebühr in voller Höhe zurückerstattet. Die Gebühreinzahlung erfolgt an die Kämmerei der Universitätsstadt Gießen oder wird bei erteilter Vollmacht abgebucht.
- 3) Die Gebühr ist bei jedem Kurs einzeln angegeben. Soweit zwei Gebührenhöhen genannt sind, gilt die ermäßigte Gebühr für Minderjährige, Schüler\*innen, Student\*innen, Referendar\*innen, Auszubildende, Wehrdienstleistende, Bundesfreiwilligendienstleistende, Empfänger\*innen von Sozialgeld oder ALG II des SGB II, Empfänger\*innen von Hilfe zum Lebensunterhalt, Grundsicherung im Alter und Erwerbsminderung nach dem SGB XII, schwerbehinderte Menschen und Gleichgestellte und Inhaber\*innen der Ehrenamts- oder Jugendleitercard. Inhaber\*innen des Gießen-Passes zahlen bei Kursen und Vorträgen 50 % der Normalgebühr. Zuschläge zu den Gebühren für zusätzliche Aufwendungen, wie z. B. Lernmittel, Material, Benutzungskosten etc. sind nicht ermäßigungsfähig. Ermäßigungsgründe müssen bei der Anmeldung oder bis spätestens eine Woche nach der Anmeldung nachgewiesen werden, anderenfalls werden sie nicht berücksichtigt.
- 4) Die Kursdauer ist bei jedem Kurs in Unterrichtseinheiten (= 45 Minuten) angegeben. Zusätzlich ist die Zahl der Kurstermine angegeben. In der Regel findet nach zwei Unterrichtseinheiten eine 15-minütige Pause statt.
- 5) Auf Wunsch kann die regelmäßige Teilnahme an Kursen bescheinigt werden. Für die Ausstellung von Teilnahmebescheinigungen wird eine Bearbeitungsgebühr erhoben.

6) Die Einzelheiten regelt die Gebührenordnung für die vhs Gießen, einzusehen über die Homepage der Stadt Gießen [www.giessen.de](http://www.giessen.de) – Stadtrecht – Gebührenordnung der vhs oder als printversion in den Geschäftsräumen der vhs.

### § 5 Organisatorische Änderungen

1) Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch eine bestimmte Dozent\*in durchgeführt wird. Das gilt auch dann, wenn die Veranstaltung mit dem Namen einer Dozent\*in angekündigt wurde.

2) Die vhs kann aus sachlichem Grund und in einem der Vertragspartner\*in zumutbaren Umfang Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern.

3) Muss eine Veranstaltungseinheit aus von der vhs nicht zu vertretenden Gründen ausfallen (beispielsweise wegen Erkrankung einer Dozent\*in), kann sie nachgeholt werden. Ein Anspruch hierauf besteht jedoch nicht. Wird die Veranstaltung nicht nachgeholt, gilt § 6 Abs. 2 Satz 2 und Satz 3 und Abs. 3 sinngemäß.

4) An gesetzlichen oder kirchlichen Feiertagen finden Veranstaltungen grundsätzlich nicht statt.

### § 6 Rücktritt und Kündigung durch die vhs

1) Die Mindestzahl der Vertragspartner\*innen wird in der Ankündigung der Veranstaltung angegeben. Sie beträgt mangels einer solchen Angabe 10 Personen. Wird diese Mindestzahl nicht erreicht, kann die vhs vom Vertrag zurücktreten. Kosten entstehen der Vertragspartner\*in hierdurch nicht.

2) Die vhs kann ferner vom Vertrag zurücktreten oder ihn kündigen, wenn eine Veranstaltung aus Gründen, die die vhs nicht zu vertreten hat (z.B. Ausfall einer Dozent\*in wegen Krankheit) ganz oder teilweise nicht stattfinden kann. In diesem Fall wird die Gebühr nach dem Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zum Gesamtumfang der Veranstaltung geschuldet. Das gilt dann nicht, wenn die Berechnung der erbrachten Teilleistung für die Vertragspartner\*in unzumutbar wäre, insbesondere wenn die erbrachte Teilleistung für die Vertragspartner\*in ohne Wert ist.

3) Die vhs wird die Vertragspartner\*in über die Umstände, die sie nach Maßgabe der vorgenannten Abs. 1 und 2 zum Rücktritt berechtigen, informieren und ggf. die vorab entrichtete Gebühr erstatten.

4) Einzelheiten zu den Gebührenerstattungen sind in der Gebührenordnung der vhs der Stadt Gießen unter § 5 geregelt.

5) Die vhs kann unter den Voraussetzungen des § 314 BGB kündigen. Ein wichtiger Grund liegt insbesondere in folgenden Fällen vor:

- Gemeinschaftswidriges Verhalten in Veranstaltungen trotz vorangehender Abmahnung und Androhung der Kündigung durch die Dozent\*in, insbesondere Störung des Informations- bzw. Veranstaltungsbetriebes durch Lärm- und Geräuschbelästigungen oder durch querulatorisches Verhalten,
- Ehrverletzungen aller Art gegenüber der Dozent\*in, gegenüber Vertragspartner\*innen oder Beschäftigten der vhs,
- Diskriminierung von Personen wegen persönlicher Eigenschaften (Alter, Geschlecht, Hautfarbe, Volks- oder Religionszugehörigkeit etc.),
- Missbrauch der Veranstaltungen für parteipolitische oder weltanschauliche Zwecke oder für Agitationen aller Art,
- Beachtliche Verstöße gegen die Hausordnung.

Statt einer Kündigung kann die vhs die Vertragspartner\*in auch von einer Veranstaltungseinheit ausschließen.

Der Vergütungsanspruch der vhs wird durch eine solche Kündigung oder durch einen Ausschluss nicht berührt.

### § 7 Kündigung und Widerruf durch die Vertragspartner\*in

1) Weist die Veranstaltung einen Mangel auf, der geeignet ist, das Ziel der Veranstaltung nachhaltig zu beeinträchtigen, hat die Vertragspartner\*in die vhs auf den Mangel hinzuweisen und ihr innerhalb einer zu setzenden angemessenen Nachfrist Gelegenheit zu geben, den Mangel zu beseitigen. Geschieht dies nicht, kann die Vertragspartner\*in nach Ablauf der Frist den Vertrag aus wichtigem Grund kündigen.

2) Die Vertragspartner\*in kann den Vertrag ferner kündigen, wenn die weitere Teilnahme an der Veranstaltung wegen organisatorischer Änderungen (§ 5) unzumutbar ist. In diesem Fall wird die Gebühr nach dem Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zur gesamten Veranstaltung geschuldet. Das gilt dann nicht, wenn die Berechnung der erbrachten Teilleistung für die Vertragspartner\*in unzumutbar wäre, insbesondere wenn die erbrachte Teilleistung für die Vertragspartner\*in wertlos ist.

3) Ein etwaiges gesetzliches Widerrufsrecht (z.B. bei Fernabsatzgeschäften) bleibt unberührt.

4) Macht die Vertragspartner\*in von einem ihr zustehenden gesetzlichen Widerrufsrecht Gebrauch, so hat sie bereits erhaltene Unterrichtsmaterialien auf ihre Kosten zurückzusenden, soweit diese als Paket versandt werden können.

### § 8 Schadenersatzansprüche

1) Schadenersatzansprüche der Vertragspartner\*in gegen die vhs sind ausgeschlossen, außer bei Vorsatz und grober Fahrlässigkeit.

2) Der Ausschluss gemäß Abs. 1 gilt ferner dann nicht, wenn die vhs schuldhaft Rechte der Vertragspartner\*in verletzt, die dieser nach Inhalt und Zweck des Vertrags gerade zu gewähren sind oder deren Erfüllung die ordnungsgemäße Durchführung des Vertrags überhaupt erst ermöglicht und auf deren Einhaltung die Vertragspartner\*in regelmäßig vertraut (Kardinalpflichten), ferner nicht bei einer schuldhaften Verletzung von Leben, Körper oder Gesundheit.

### § 9 Schlussbestimmungen

1) Das Recht, gegen Ansprüche der vhs aufzurechnen, wird ausgeschlossen, es sei denn, der Gegenanspruch ist rechtskräftig festgestellt oder unbestritten.

2) Ansprüche gegen die vhs sind nicht abtretbar.

3) Angaben zu Alter und Geschlecht dienen ausschließlich statistischen Zwecken. Der vhs ist die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten zu Zwecken der Vertragsdurchführung gestattet. Die Vertragspartner\*in kann dem jederzeit widersprechen.

4) Die vhs übernimmt keinerlei Haftung bei Diebstahl oder Sachschaden. Bei Unfällen haftet sie nur, soweit sie ein Verschulden trifft.

5) Die vhs-Veranstaltungen finden in gemieteten Räumen statt. Es gilt die jeweilige Hausordnung, die von den Teilnehmer\*innen einzuhalten ist. Rauchen ist in den Räumen nicht gestattet. Die vhs behält sich vor nach Mitteilung an die Beteiligten, aus organisatorischen Gründen die im Programm angegebenen Unterrichtsräume zu wechseln.

**Gebührenordnung  
für die Volkshochschule der Universitätsstadt Gießen  
vom 11.12.1987<sup>1)</sup>**

**§1  
Gebührenerhebung<sup>3)</sup>**

Für die Teilnahme an Veranstaltungen der Volkshochschule (vhs) werden, sofern sie nicht gebührenfrei durchgeführt werden, Gebühren nach den Bestimmungen dieser Satzungen erhoben.

**§2  
Höhe der Gebühren<sup>2), 3), 4), 5), 6)</sup>**

(1) Die Gebühren für Kurse und Seminare werden nach der Zahl der Unterrichtseinheiten (Dauer 45 Minuten) zu einer auf eine Euro-Dezimalstelle auf- bzw. abgerundeten Gesamtgebühr berechnet.

(2) Die Höhe der Gebühr für die Teilnahme an Kursen und Seminaren ist nach der Zahl der jeweils angemeldeten Gebührenpflichtigen gestaffelt und beträgt pro Unterrichtseinheit bei

1. mindestens 9 angemeldeten Personen:

- |  |         |
|--|---------|
| a) Regelgebühr und Kurse „Deutsch als Fremdsprache“<br>(selbstzahlende Personen) | 3,25 €, |
| b) EDV-Kurse und Bildungsurlaube   | 4,00 €, |

2. 6 bis 8 angemeldeten Personen:

- |  |         |
|--|---------|
| a) Regelgebühr und Kurse „Deutsch als Fremdsprache“<br>(selbstzahlende Personen) | 5,00 €, |
| b) EDV-Kurse und Bildungsurlaube   | 6,50 €. |

Die Höhe der Kursgebühr wird jeweils in der Ankündigung des Kurses bzw. dem gültigen Semesterplan angegeben.

(3) Bei Kursen als Sondermaßnahmen (z. B. geschlossene Veranstaltungen, Kursen bzw. Veranstaltungen in Kooperation mit Dritten), die besondere Aufwendungen erfordern oder nur eine geringe Belegung zulassen, können die Teilnehmergebühren abweichend von Abs. 2 das bis zu Zehnfache der Normalgebühr betragen.

(4) Für zusätzliche Aufwendungen (z. B. Lernmittel, Material, Benutzung von Geräten, Raummieten, GEMA, VG Wort, Software in EDV-Kursen) werden Zuschläge zu den Gebühren in Höhe von 0,10 bis 2,00 € pro Unterrichtseinheit (im Einzelfall pro Kurs von 5,00 bis zu 100,00 €) erhoben.

(5) Für die Ausstellung von Teilnahmebescheinigungen wird eine Bearbeitungsgebühr erhoben

- a) in Höhe von 2,50 € je Bescheinigung aus den letzten 10 Jahren,  
b) in Höhe von 10,00 € je Bescheinigung aus Semestern, die mehr als 10 Jahren zurückliegen.

(6) Für Prüfungen, die die vhs im Auftrag des Hessischen Volkshochschulverbandes oder anderer Institution durchführt, werden Gebühren von 20,00 bis 500,00 € erhoben, entsprechend den von der vhs abzuführenden Beträgen.

(7) Die Höhe der Gebühr für die Teilnahme an Einzelveranstaltungen (z. B. Vorträgen) beträgt im Normalfall 5,00 € für eine Veranstaltung von 2 Unterrichtseinheiten. Sie kann im Einzelfall (je nach Größe und Aufwand der Veranstaltung) bis zu 15,00 € betragen. Die Höhe der Gebühr wird in der Ankündigung der Veranstaltung angegeben.

(8) Die Gebühr für Studienfahrten (eintägig) beträgt 30,00 bis 240,00 €, für Studienreisen (mehrtägig) 90,00 bis 500,00 € pro Tag. Die Höhe der Gebühr wird in der Ankündigung der Veranstaltung angegeben.

(9) Soweit eine Gebühr für eine umsatzsteuerpflichtige Tätigkeit anfällt, erhöht sie sich um den jeweils gültigen Satz der Umsatzsteuer.

**§3  
Gebührenpflicht,  
Entstehung und Fälligkeit der Gebühr<sup>3), 5), 6)</sup>**

(1) Gebührenpflichtig sind alle Teilnehmer\*innen von Veranstaltungen der vhs, soweit die Veranstaltungen nicht gebührenfrei sind.

(2) Die Gebührenpflicht entsteht

- a) bei Kurs- bzw. Seminarveranstaltungen mit der Anmeldung oder, falls keine Anmeldung erfolgt ist, mit dem zweimaligen Besuch eines Kurses;  
b) bei Einzelveranstaltungen mit dem Besuch der Veranstaltung.

(3) Die Gebührenpflicht entfällt, wenn eine Anmeldung vor einem im Semesterplan angegebenen Anmeldeschluss bzw. vor Kursbeginn (falls kein Anmeldeschluss angegeben ist) schriftlich gegenüber der Geschäftsstelle der vhs widerrufen wird. Ummeldungen von einem zu einem anderen Kurs, die ebenfalls nur in der Geschäftsstelle der vhs vorgenommen werden können, führen nicht zu einem Erlöschen der Gebührenpflicht.

(4) Die Gebühren sind fällig

- a) bei Kursen und Seminaren 4 Wochen nach Kursbeginn, bei Teilnahme ohne Anmeldung mit der Entstehung der Gebührenpflicht gem. Abs. 2;  
b) bei Einzelveranstaltungen mit der Anmeldung bzw. der Teilnahme an der Veranstaltung.

(5) Bei Studienreisen ist eine bei der Anmeldung fällig werdende Anzahlung zu leisten. Der Restbetrag wird spätestens 2 Wochen vor Reiseantritt fällig. Die vhs kann unter Berücksichtigung ihrer eigenen Zahlungspflichten frühere Fälligkeitstermine, auch für Teilbeträge, bestimmen.

**§4  
Gebührenfreie Veranstaltungen,  
Gebührenermäßigung und -befreiung<sup>3), 4), 5), 6)</sup>**

(1) Kurse und Prüfungen, deren Kosten durch Sonderzuschüsse gedeckt werden, sind gebührenfrei.

(2) Einzelne Veranstaltungen für besondere Zielgruppen und Veranstaltungen in Zusammenarbeit mit Vereinen oder sonstigen Organisationen können gebührenfrei oder zu ermäßigten Gebühren durchgeführt werden.

(3) Die nach § 2 Abs. 2 zu entrichtenden Gebühren ermäßigen sich für Minderjährige, Schüler, Auszubildende, Studenten, Referendare, Wehrdienst-, Zivildienst- und Bundesfreiwilligendienstleistende, Empfänger von Sozialgeld oder Arbeitslosengeld II des SGB II, Empfänger von Hilfe zum Lebensunterhalt, Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung nach dem SGB XII, schwerbehinderte Menschen und Gleichgestellte, Inhaber der Ehrenamts- oder Jugendleitercard um 20 %. Ermäßigungsgründe sind bei der Anmeldung, spätestens aber innerhalb von einer Woche nach der Anmeldung geltend zu machen. Später eintretende oder später geltend gemachte Ermäßigungsgründe werden nicht berücksichtigt. Zuschläge für zusätzliche Aufwendungen (§ 2 Abs. 5) fallen nicht unter die Ermäßigung.

(4) Bei Einzelveranstaltungen erhalten die in Abs. 3 genannten Personen eine Ermäßigung, die in vollen € einem Drittel der Gebühr am nächsten kommt.

(5) Unberührt bleiben Ermäßigungsregelungen, die durch andere Satzungen (z. B. für den Gießen-Pass) festgelegt werden.

(6) Es kann ferner Gebührenermäßigung oder -stundung gewährt werden, wenn dies mit Rücksicht auf die besonderen wirtschaftlichen Verhältnisse des Teilnehmers oder aus anderen Billigkeitsgründen geboten erscheint.

## § 5 Gebührenerstattung <sup>3), 4), 5), 6)</sup>

(1) Die Teilnahmegebühren werden zurückerstattet

a) in voller Höhe, wenn eine angekündigte Veranstaltung nicht zustande kommt oder wenn gemäß § 3 Abs. 3 die Gebührenpflicht entfällt,

b) anteilig, wenn aus Gründen, die die vhs zu vertreten hat, Kursstunden entfallen und nicht nachgeholt werden oder wenn Gebührenpflichtige wegen einer zeitlichen oder inhaltlichen Änderung eines laufenden Kurses von diesem zurücktreten,

c) anteilig, wenn Gebührenpflichtige aus zwingenden Gründen (z. B. längere Krankheit, Wohnortwechsel) an der Kursteilnahme verhindert sind und dies durch eine Bescheinigung nachweisen; in diesem Falle wird eine Bearbeitungsgebühr von 2,50 € einbehalten.

(2) Erstattungsansprüche nach Abs. 1 Buchstabe c) erlöschen, wenn sie nicht innerhalb von 6 Wochen nach Eintritt der Verhinderung geltend gemacht werden.

(3) Bei dem Rücktritt von einer Studienfahrt (eintägig) nach Anmeldeschluss oder bei Nichtteilnahme wird die volle Gebühr einbehalten.

(4) Bei Rücktritt von einer Studienreise (mehrtägig) werden unabhängig vom Anmeldeschluss die der vhs entstandenen Kosten und eine Bearbeitungsgebühr einbehalten; diese Bearbeitungsgebühr beträgt:

a) 5,00 €	bei einem Reisepreis bis	500,00 €,
b) 10,00 €	bei einem Reisepreis bis	1.000,00 €,
c) 15,00 €	bei einem Reisepreis über	1.000,00 €.

## § 6 In-Kraft-Treten

Diese Gebührensatzung tritt am 01. Januar 1988 in Kraft. Gleichzeitig treten alle früheren Entgeltregelungen außer Kraft.

1) Veröffentlicht in der „Gießener Allgemeinen“ und im „Gießener Anzeiger“ am 18.12.1987

2) § 2 geändert durch die 1. Satzung zur Änderung der Gebührenordnung für die Volkshochschule der Universitätsstadt Gießen vom 21.08.1992 (veröffentlicht in der „Gießener Allgemeinen“ und im „Gießener Anzeiger“ am 22.08.1992), durch die 2. Satzung zur Änderung der Gebührenordnung für die Volkshochschule der Universitätsstadt Gießen vom 11.07.1994 (veröffentlicht in der „Gießener Allgemeinen“ und im „Gießener Anzeiger“ am 16.07.1994), durch die 3. Satzung zur Änderung der Gebührenordnung für die Volkshochschule der Universitätsstadt Gießen vom 17.07.1996 (veröffentlicht in der „Gießener Allgemeinen“ und im „Gießener Anzeiger“ am 24.07.1996), durch die 4. Satzung zur Änderung der Satzung für die Volkshochschule der Universitätsstadt Gießen vom 05.11.1999 (veröffentlicht in der „Gießener Allgemeinen“ und im „Gießener Anzeiger“ am 12.11.1999) und durch die 5. Satzung zur Änderung der Satzung für die Volkshochschule der Universitätsstadt Gießen vom 15.03.2000 (veröffentlicht in der „Gießener Allgemeinen“ und im „Gießener Anzeiger“ am 17.03.2000).

3) §§ 1, 2, 3, 4 und 5 geändert durch die 6. Satzung zur Änderung der Gebührenordnung für die Volkshochschule der Universitätsstadt Gießen vom 19.06.2001 (veröffentlicht in der „Gießener Anzeiger“ am 03.07.2001).

4) § 2 Abs. 1, Abs. 2 Satz 1, Abs. 4, 5, 6 und 7, Abs. 8 Satz 1 und 2, Abs. 9 Satz 1, § 4 Abs. 3 Satz 1 Buchst. a, Abs. 4 und § 5 Abs. 1 Buchst. c und Abs. 4 geändert durch die 7. Satzung zur Änderung der Gebührenordnung für die Volkshochschule der Universitätsstadt Gießen vom 13.11.2008 (veröffentlicht in der „Gießener Allgemeinen“ und im „Gießener Anzeiger“ am 13.12.2008).

5) § 2 Abs. 2 Satz 1, Abs. 3, 5 und 7, § 3 Abs. 4 Buchst. a, § 4 Abs. 3 Satz 1, Abs. 4 und § 5 Abs. 1 Buchst. a, b und c geändert durch die 8. Satzung zur Änderung der Gebührenordnung für die Volkshochschule der Universitätsstadt Gießen vom 16.05.2013 (veröffentlicht in der „Gießener Allgemeinen“ und im „Gießener Anzeiger“ am 18.07.2013).

6) § 2 Abs. 2 Satz 1 Nr. 1, § 2 Abs. 2 Satz 1 Nr. 1 Buchst. a, § 2 Abs. 2 Satz 1 Nr. 1 Buchst. b, § 2 Abs. 2 Nr. 1 Buchst. c wird gestrichen, § 2 Abs. 2 Satz 1 Nr. 2, § 2 Abs. 2 Satz 1 Nr. 2 Buchst. a, § 2 Abs. 2 Satz 1 Nr. 2 Buchst. b, § 2 Abs. 2 Satz 1 Nr. 2 Buchst. c wird gestrichen, § 2 Abs. 2 Satz 1 Nr. 3 wird gestrichen, § 2 Abs. 4 wird gestrichen, Abs. 5 bis 8 werden zu Abs. 4 bis 8, § 2 Abs. 7 Satz 1, nach § 2 Abs. 8 neuer Abs. 9 angefügt, § 3 Abs. 4 Buchst. a § 4 Abs. 1, § 4 Abs. 3 Satz 2, § 4 Abs. 3 Satz 3 wird die Angabe „§ 2 Abs. 5“ durch die Angabe „§ 2 Abs. 4“ ersetzt, § 5 Abs. 1, § 5 Abs. 1 Buchst. b, § 5 Abs. 1 Buchst. c geändert durch die 9. Satzung zur Änderung der Gebührenordnung für die Volkshochschule der Universitätsstadt Gießen vom 13.07.2023. (veröffentlicht in der „Gießener Allgemeinen“ und im „Gießener Anzeiger“ am 29.07.2023) Die Satzungsänderung ist damit am 30.7.2023 in Kraft getreten.

---

## Unsere Kursorte

Auf der Rückseite des Programmheftes finden Sie einen Stadtplan mit unseren Kursorten.

Nachfolgend erhalten Sie die genauen Adressen der Kursorte:

- 1) Volkshochschule Gießen (Hauptgebäude): Fröbelstraße 65, 35394 Gießen
- 2) Liebigschule: Bismarckstraße 21, 35390 Gießen
- 3) Kongresshalle: Südanlage 3 und Südanlage 3 A, 35390 Gießen
- 4) Rathaus Gießen: Berliner Platz 1, 35390 Gießen
- 5) Ricarda-Huch-Schule (Turnhalle 2): Dammstraße. 26, 35390 Gießen
- 6) Bogensportclub Gießen e.V., Bogenschießanlage, Monroe-Road 8, 35394 Gießen
- 7) Selbstverteidigungsschule Gießen-Wieseck, Gießener Str. 75, 35396 Gießen
- 8) Korczakschule: Alter-Steinbacher-Weg 26, 35394 Gießen
- 9) Georg-Büchner-Schule (Küche): Reichenberger Straße 3, 35396 Gießen
- 10) Nordstadtverein e. V.: Reichenberger Straße 9, 35396 Gießen
- 11) Ev.-Freikirchliche Gemeinde: Marburger Str. 37, 35390 Gießen
- 12) Ev. Pankratius Gemeinde: Georg-Schlosser-Str. 9, 35390 Gießen
- 13) Puls und Raum, Lilienweg 27a, 35396 Gießen

Sie finden unsere Kursräume mit den genauen Wegbeschreibungen auch über diesen QR-Code:





- 1** = Volkshochschule Gießen
- 2** = Liebigsschule
- 3** = Kongresshalle
- 4** = Rathaus Gießen
- 5** = Ricarda-Huch-Schule, Turnhalle 2
- 6** = Bogensportclub Gießen e.V.
- 7** = Selbstverteidigungsschule Gießen-Wieseck
- 8** = Korczak-Schule
- 9** = Georg-Büchner-Schule
- 10** = Nordstadtverein e.V.
- 11** = Evang.- Freikirchl. Gemeinde
- 12** = Ev. Pankratius Gemeinde
- 13** = Puls und Raum

Nachdruck, Vervielfältigung und Veröffentlichung jeder Art sowie die Anfertigung von Vergrößerungen und Verkleinerungen sind nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Stadtvermessungsamtes der Stadt Gießen statthaf.

Juni 2008