

Studienfahrt 2025 nach Jersey

**Auf den Spuren des zweiten Weltkrieges
Eine Studienreise der VHS Hagen in Kooperation mit
Arbeit & Leben zur Kanalinsel Jersey**

Kurs 6080

Do 15.5. – Mi 21.5.2025 (7 Tage)

Die Kanalinseln vor der französischen Küste sind die einzigen britischen Inseln, die im 2. Weltkrieg von der deutschen Wehrmacht besetzt wurden. Auf dieser Reise wollen wir zeigen, welche Folgen die Besetzung für die Menschen auf den Inseln hatte und wie sie im Alltag damit umgingen. Wir werden aber auch auf die langjährige Geschichte der Inseln und ihre heutige Stellung im Vereinigten Königreich eingehen.

Die gesamte Studienreise wird geführt und begleitet von unserem Englischdozenten Edgar Marsh.

Weitere Infos sowie Anmeldemöglichkeit folgen in Kürze unter:



Bodyforming – Fitness after work

Nach Weihnachten den Körper wieder in Form zu bringen oder einfach etwas für die Fitness zu tun – das steht bei der VHS Hagen ganz hoch im Kurs. Ab Mitte Januar gibt es das neue Kursangebot „Bodyforming – Fitness after work“ – jeden Freitag von 14.00 bis 15.00 Uhr. Ein wechselndes Bewegungsangebot zum ganzheitlichen Körpertraining mit gezielten Übungen für Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und Kräftigung. Im Zentrum stehen Bauch, Hüften, Po und Rücken. Dieser Kurs bringt Sie nicht nur ins Schwitzen, sondern verbessert auch Ihre Körperwahrnehmung.

Kurs 3720 – Villa Post **11x**
Fr 17.01.–11.04.25 14.00–15.00 Uhr
55,- € Heike Saschek

Dating Bake Night

Wenn es etwas gibt, was gut zusammenpasst, ist es etwas Süßes und die Liebe. Die Dozentin Rosanna Pignataro lädt 12 Singles, 6 Frauen und 6 Männer, im Alter von 25 bis 50 zu einem besonderen Kennlernabend ein!

„Wir werden zusammen backen, lachen und Süßes genießen. Und wer weiß... der Valentinstag steht vor der Tür“, fasst sie ihr neues Kursangebot schmunzelnd zusammen.

Kurs 3868 – Villa Post

Di 11.02.25 17.00–20.45 Uhr
41,- € Rosanna Pignataro



Gartenvorstadt Hohenhagen

Ein architektonisches Gesamtkunstwerk

Karl Ernst Osthaus begründete 1906 die Villenkolonie Hohenhagen und lud Künstler und Architekten nach Hagen ein. Den Hohenhof ließ er von dem belgischen Künstler-Architekten Henry van de Velde 1906/08 erbauen. Im Anschluss an die Besichtigung des Hohenhofes schließt sich ein Rundgang am Stirnband zu den Lauweriks-Häusern und der Villa Cuno von Peter Behrens an.

Kurs 1177B

Treffpunkt: vor dem Hohenhof, Stirnband 10
Mi 19.03.25 16.00–18.00 Uhr
9,- € Dr. Elisabeth May



Hohenhof – © Birgit Andrich

Nähwerkstatt am Vormittag

Lust auf Nähen? Schneidermeisterin Katrin Hofmeister möchte Ihnen ihre Leidenschaft für dieses schöne und kreative Handwerk näherbringen: „Ich werde mir Mühe geben, all Ihre Wünsche zusammen mit Ihnen umzusetzen“. Ob Anfänger oder Fortgeschritten, Sie sind willkommen. Bitte folgende Materialien mitbringen: Stoff, Schere, Stecknadeln, Kopierpapier und Rad, Garn, Messband, Geodreieck, Handmaß, Kreise und ganz viel Spaß. Bei Fragen hierzu, auch zur Stoffauswahl, steht die Dozentin bereits vorab mit Ratschlägen zur Verfügung. (bei Bedarf bitte melden)

Kurs 2672 – Villa Post 10x
Do 23.01.–27.03.25 09.00–12.00 Uhr
40 UStd. 185,- € Katrin Hofmeister

Meine Ziele erfolgreich umsetzen

Wer kennt nicht die immer wiederkehrenden guten Vorsätze und Wünsche, etwas im Leben verändern zu wollen und es dann doch nicht zu tun (z. B. Stress reduzieren, gesünder leben, wichtige Entscheidungen treffen, Selbstbewusstsein stärken, emotionale Belastungen überwinden). Selbst wenn man genau weiß, was man verändern möchte, gelingt es oft nicht, dies auch dauerhaft umzusetzen. Der Wille allein scheint also häufig nicht auszureichen, um eine gewollte Veränderung zu verwirklichen. Im Seminar erfahren Sie Schritt für Schritt, wie Sie Ihre Veränderungswünsche erfolgreich umsetzen und Ihre Ziele langfristig erreichen können. Grundlage dafür ist das Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®), eine Selbstmanagement-Methode zur gezielten Entwicklung von neuen Handlungsmöglichkeiten. Die im Seminar erworbenen Kompetenzen ermöglichen Ihnen, auch zukünftige Situationen, in denen Sie etwas verändern möchten, eigenständig in den Griff zu bekommen. Für die Teilnahme am Seminar sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.

Kurs 3286 – Villa Post 2x
Sa 15.02.25 09.30–16.30 Uhr
So 16.02.25 09.30–12.30 Uhr
13 UStd. 69,- € Marion Wassermann

Tanz Zeichnen

Das Modell, eine Tänzerin oder ein Tänzer, bewegt sich für eine Weile durch den Raum und bleibt schließlich in einer Position stehen, sitzen oder liegen, in der er/sie es bequem eine Zeitlang aushalten kann. Die Kursteilnehmer:innen versuchen, die Bewegung oder die Pose des Modells zeichnerisch zu erfassen. Dabei soll es nicht so sehr darauf ankommen feinere Details, wie z.B. das Gesicht, zu zeichnen, sondern eher die große Bewegung des Körpers und der Gliedmaßen.

Kurs 2304 – Villa Post 8x
Mo 27.01.–24.03.25 17.00–18.30 Uhr
16 UStd. 80,- € Klaus Binke

Kunst-Tag – Großformatiges Arbeiten auf Leinwand mit Acryl

Wer gerne einen kreativen Tag mit netten Menschen und der Acrylmalerei verbringen möchte ist hier richtig. An diesem Kunst-Tag wird ein Bild fertiggestellt, das Sie mit nach Hause nehmen. Sie bringen eine Leinwand im Format Ihrer Wahl mit sowie verschiedene Acrylfarben und Pinsel. Auch das Motiv, das Sie malen möchten bringen Sie mit (Postkarte, Foto, etc.). Die Kursleiterin begleitet Sie dann, dieses Motiv auf die Leinwand zu übertragen und in einer angeleiteten Maltechnik fertigzustellen. Sie entdecken Techniken der Komposition, der Farbwirkungen im Bild und auch schwierige Perspektiven oder Motive in Szene zu setzen. Der Kunst-Tag schließt mit einer gemeinsamen Bildbesprechung bei einem Glas Sekt oder Selters ab und wir feiern unsere Kreativität. Die Kursleitung ist Künstlerin mit Ausstellungen in der BRD – ihre Kurse unterstützen die individuelle künstlerische Handschrift der Kurs-Teilnehmenden sowie deren eigenständigen Themenfindungen für die selbstständige Arbeit zu Hause.

Kurs 2310 – Villa Post
Sa 23.11.2024 10:00–15:15 Uhr
57,- € Cornelia Regelsberger

Modezeichnung

Schnupperkurs

In diesem Schnupperkurs können Sie Ihre kreative Seite im Modezeichnen entdecken! Dieser Kurs richtet sich an Anfänger und bietet einen Einstieg in die Welt der Modeskizzen und -illustrationen. Lernen Sie verschiedene Techniken kennen, von Schnellskizzen bis hin zur Erstellung von Collagen, und entwickeln Sie Ihr eigenes individuelles Stilgefühl. Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der Modekunst und lassen Sie Ihrer Fantasie freien Lauf! Der Inhalt des Kurses eignet sich außerdem als Unterstützung bei der Erstellung einer Bewerbungskreativmappe für ein Design- oder Modestudium.

Kurs 2313 – Villa Post
Do 28.11.24 18.00–19.30 Uhr
19,- € Isabel Bernat

Bildungsurlaube

Diese Kurse entsprechen den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG). Für die Teilnahme am Kurs kann Bildungsurlaub beantragt werden. Eine Anmeldebestätigung mit Programmablauf für den Arbeitgeber wird nach Anmeldung zugesandt. Diese Veranstaltungen können auch von Teilnehmenden besucht werden, die keinen Anspruch auf Bildungsurlaub geltend machen.

Rhetorik I+II

Vortragen und Verhandeln Intensivkurs

In diesem Kurs lernen Sie typisches Kommunikationsverhalten kennen und stärken Ihre Redekompetenz durch praktische Übungen. Sie werden in die Grundlagen der Kommunikation eingeführt, lernen Methoden der Gesprächsführung kennen und vertiefen Ihr Verständnis für verschiedene Gesprächstypen und -stile. Darüber hinaus erarbeiten Sie gute Argumentationstechniken, bauen Sympathie auf, erkennen körpersprachliche Signale und gehen souverän mit Einwänden und Gegenargumenten um. Ihr selbstsicheres Auftreten wird dadurch gestärkt.

Kurs 4008 – Villa Post **5x**
Mo–Fr 02.12.–06.12.24 09–16 Uhr
40 UStd. 230,- € Hans Kronawitter



Ausbildung NLP-Basic, DVNLP

Verbessern Sie mit erstaunlich wirksamen psychologischen Kommunikationsmöglichkeiten Ihre Lebensqualität im Privatleben und im Beruf. Schulen Sie Ihre Wahrnehmung, gestalten Sie Beziehungen, werden Sie für Erfolg oder Konfliktlösungen flexibel in Ihrem Verhalten und stärken Sie Ihre Resilienz. Erleben Sie, dass erfolgreiche Kommunikation mit sich selbst und anderen auch einfach Freu(n)de macht. Der NLP-Basic Kurs ist erfahrungsorientiert und bildet mit der Vermittlung grundlegender Kenntnisse und Fähigkeiten in NLP-Kommunikations- und Verhaltensmethoden einen fundierten Einstieg in die NLP-Ausbildung. Die Zertifizierung nach DVNLP erfolgt bei vollständiger Teilnahme am Kurs. Judith Nachtwey ist Lehrtrainerin, DVNLP.

Kurs 4025 – Villa Post **5x**
Mo–Fr 03.02.–07.02.25 09–17.15 Uhr
48 UStd. 565,- € Judith Nachtwey

Finanzbuchführung I

Die doppelte Buchführung einschließlich der Aspekte Inventur, Inventar und Bilanz ist der inhaltliche Schwerpunkt dieses Lehrgangs. Darüber hinaus erfahren Sie die wesentlichen Unterschiede zwischen den verschiedenen Buchhaltungssystemen, buchen auf Bestands- und Erfolgskonten und arbeiten mit der Umsatzsteuer bei Ein- und Verkäufen. Sie lernen die Bedeutung von Kontenrahmen, Kontenplänen sowie Personal- und Lagerbuchungen kennen.

Kurs 4100 – Villa Post **5x**
Mo–Fr 02.12.–06.12.24 09–17.30 Uhr
50 UStd. 200,- € Michael Tomath

Wirtschaftsspanisch



Warum nicht das Angenehme mit dem Nützlichen verbinden? Als Anfänger:in oder Wiedereinsteiger:in können Sie die Sprache für Alltagssituationen und für berufliche Zusammenhänge lernen. Die Grammatik bleibt gleich. Es ist eine Frage des Wortschatzes. Und so werden wir uns in angenehmer Atmosphäre mit einer fiktiven Firma vertraut machen und anhand von leichten Texten und Dialogen verschiedene Situationen, z.B. das Kennenlernen oder Angaben zum Unternehmen durchspielen und erfahren. Teilnehmende sollten Vorkenntnisse auf mindestens A1 Niveau mitbringen.

Kurs 6693 – Villa Post **5x**
Mo–Fr 24.02.–28.02.25 10–15.30 Uhr
30 UStd. 180,- € Elke Goebels



Adobe Photoshop, Illustrator, InDesign

und ihr programmübergreifendes Zusammenspiel

Die Adobe Creative Suite bietet eine breite Palette von Funktionen für den Datenaustausch zwischen den Programmen Adobe Photoshop, Illustrator und InDesign, die der Verbesserung, Vereinfachung und Beschleunigung von Arbeitsabläufen dienen. Am Beispiel eines Projekts erfahren Sie, wie die einzelnen Komponenten in der Praxis optimal zusammenarbeiten.

Kurs 4640 – Villa Post **5x**
Mo–Fr 02.12.–06.12.24 09–16 Uhr
40 UStd. 200,- € Elke Fischer

Essbare Wildpflanzen

erkennen, sammeln und nachhaltig in Ernährung und Gesundheit integrieren

Die Selbstversorgung mit essbaren Wildpflanzen ist Teil einer gesunden Ernährung und zugleich Teil einer nachhaltigen Lebensweise. Denn diese wertvollen Nahrungsmittel sind regional, saisonal und ur-bio. Sie brauchen keine Züchtung oder Düngung, verursachen keine Transport- oder Verpackungskosten. Außerdem sind sie für jeden, der sie sicher erkennt kostenlos verfügbar. Grundkenntnisse über essbare Wildpflanzen sind erwünscht. Wir lernen weitere Pflanzen kennen und vertiefen Sonderthemen wie Streckmehle aus Laub oder Kätzchen, Inhaltsstoffe, Pflanzenfamilien, Köstliches von Nadelbäumen, Verwendung von Samen und Wurzeln. Der Bildungsurlaub ist geeignet für Menschen aus dem Umfeld Kindergarten, Schule, Berufsbildung, Weiterbildung, Erholung, Heilberufe, Küche, Hauswirtschaft, Garten- und Landschaftsbau. Für Anfänger und Fortgeschrittene.

Kurs 3022 – Villa Post **3x**
Mo–Mi 07.04.–09.04.25 09.30–16.30 Uhr
24 UStd. 150,- € Claudia Maschner

Wie verändert KI unser Leben? Welche Chancen bieten KI-Systeme im beruflichen Büroalltag? Wird KI uns eine Flut von Fake News bringen oder sogar entgegenwirken? Kommen Nachrichten aus der Maschine? Kann KI bei gewaltfreier Kommunikation helfen? Und welche Richtung schlägt die KI-Forschung für die Zukunft ein? In fünf kostenfreien Online-Veranstaltungen stellen ausgewiesene Expertinnen und Experten die wichtigsten KI-Entwicklungen vor und kommen gern mit den Teilnehmenden ins Gespräch.

Game Changer KI

Aktuelle Forschungen zur Künstlichen Intelligenz

Kurs 4330V – Onlinekurs

Do 14.11.24 19.00–20.30 Uhr
entgeltfrei Sascha Kaden

medienkundig!

Gewaltfreie Kommunikation – Powered by KI

Kurs 4331V – Onlinekurs

Di 19.11.24 19.00–20.30 Uhr
entgeltfrei Richard Schut

Nachrichten aus der Maschine?

KI und Automatisierung im Journalismus

Kurs 4332V – Onlinekurs

Do 28.11.24 19.00–20.30 Uhr
entgeltfrei Sandra Mooshammer

Workshop zur Künstlichen Intelligenz am Beispiel von ChatGPT und Dall-E

Dieser Workshop bietet einen interessanten Einblick in die Welt der Künstlichen Intelligenz (KI). Erfahren Sie, wie ChatGPT komplexe Gespräche führen, Fragen beantworten und Texte generieren kann und wie Dall-E aus Textbeschreibungen Bilder erzeugt.

Kurs 4320Z – Onlinekurs

Mi 04.12.24 18.00–19.30 Uhr
2 UStd. 10,- € Elke Fischer

Kurs 4322 – Villa Post

Mi 29.01.25 17.30–19.45 Uhr
3 UStd. 15,- € Elke Fischer

KI als Motor und Widersacher von Fake News

Kurs 4333V – Onlinekurs

Di 03.12.24 19.00–20.30 Uhr
entgeltfrei Dr. Christian Papsdorf

ChatGPT zeit- und gewinnbringend im Berufsleben einsetzen

Kurs 4334V – Onlinekurs

Di 10.12.24 19.00–20.30 Uhr
entgeltfrei Martin Ettl



ChatGPT & Co.

Künstliche Intelligenz als Werkzeug im Alltag und Beruf

In diesem Kurs erkunden Sie die faszinierende Welt der KI-Chatbots und lernen, wie diese innovativen Tools effizient und produktiv im Beruf und im Privaten eingesetzt werden können. Die Anwendungsmöglichkeiten sind vielfältig: Texterstellung für unterschiedliche Kommunikationsformate, effizientere Recherche, innovative Ideenfindung, effektive Organisation und kreatives Schreiben. In praktischen Übungen haben Sie auch die Möglichkeit, die KI-Chatbots auszuprobieren und lernen, wie man Prompts korrekt stellt, um an die gewünschten Ergebnisse zu kommen.

Kurs 4324Z – Onlinekurs

Fr 29.11.24 18.00–21.45 Uhr
5 UStd. 35,- € Kamilla Nowicki



KI im Unternehmen – wie gelingt ein vertrauenswürdiger Einsatz?

Beim Einsatz von Künstlicher Intelligenz (KI) fragen sich heute viele Unternehmen, wie sie ethische Leitlinien berücksichtigen können. Ob Transparenz, Erklärbarkeit, Fairness, Sicherheit oder Datenschutz: Es gibt konkrete Maßnahmen, die eine Implementierung von vertrauenswürdiger KI unterstützen. Dieser Vortrag beleuchtet aus der Sicht eines IT-Unternehmens den Einsatz von KI und die notwendigen Maßnahmen, um vertrauenswürdige KI-Lösungen zu finden.

Kurs 0124Z – Onlinekurs

Di 03.12.24 19.30–21.00 Uhr
entgeltfrei Andrea Martin

KI-generierte Bilder

Werkzeuge für Alltag und Beruf

Die Künstliche Intelligenz revolutioniert unseren Alltag auf textlicher wie auch visueller Ebene. Bilder oder Grafiken können somit durch reine Texteingabe generiert werden. Doch was verbirgt sich hinter diesem mystischen Prozess und wie sieht es mit den rechtlichen Aspekten der Bildnutzung aus? In diesem Kurs tauchen wir in die Welt der KI ein und schauen uns die verschiedenen Facetten dieser Technologie an. Die Teilnehmenden lernen, wie man präzise und detaillierte Textanweisungen formuliert, um die künstliche Intelligenz dazu zu bringen, eigene visuelle Vorstellungen zum Leben zu erwecken.

Kurs 4328Z – Onlinekurs

Do 05.12.24 18.00–21.45 Uhr
5 UStd. 35,- € Kamilla Nowicki



Infoveranstaltung zur Ausbildung in Mediation

ab 25.04.2025

Mediation ist ein Verfahren zur freiwilligen, konstruktiven Beilegung von Konflikten. Der Lehrgang richtet sich an Personen, die ihre Konflikt- und Sozialkompetenz verbessern wollen. Sie erlernen Alternativen zu ihrem bisherigen Konfliktverhalten. Sie erwerben die Fähigkeit, in der Familie, zwischen Freunden und Kollegen oder mit Kunden und Vorgesetzten konstruktiv und friedensstiftend zu agieren. In dieser Informationsveranstaltung stellt Ihnen die Referentin Frau Ridder die Ausbildung genauer vor und beantwortet auch gerne Fragen.

Kurs 4070Z – Onlinekurs

Di 28.01.25 18.30–20.00 Uhr
entgeltfrei Monique Ridder

Die erfolgreiche Bewerbung

In einer zunehmend konkurrenzorientierten Arbeitswelt ist es entscheidend, sich von anderen Bewerbern abzuheben und mit einer überzeugenden Bewerbung zu glänzen. Egal, ob Sie gerade in den Arbeitsmarkt einsteigen, eine berufliche Neuorientierung anstreben oder Ihre Karriere vorantreiben möchten – wir unterstützen Sie dabei, Ihre Bewerbungsstrategie zu perfektionieren und Ihre Jobchancen signifikant zu erhöhen.

Kurs 4030 – Villa Post 3x
Mi 27.11.–11.12.24 17.30–19.45 Uhr
9 UStd. 45,- € Wolfgang Kroggel

Mit Canva einzigartige Designs kreieren

Dank der benutzerfreundlichen Oberfläche und der intuitiven Drag-and-Drop-Funktion erstellen Sie mühelos beeindruckende Grafiken, Social-Media-Posts, Präsentationen, Flyer, Einladungen und vieles mehr. In dieser kurzen Einführung lernen Sie die grundlegenden Funktionen kennen und haben die Möglichkeit, diese auszuprobieren. Hinweise: Die Teilnehmenden werden gebeten, sich vor dem Kurs einen kostenlosen Account bei Canva anzulegen. Für diesen Online-Kurs empfehlen wir die Verwendung eines zweiten Monitors oder zusätzlich eines Tablets.

Kurs 4326Z – Onlinekurs

Sa 16.11.24 10.00–16.00 Uhr
7 UStd. 56,- € Kamilla Nowicki



Tastschreiben für Kids

Dieses Trainingsprogramm aktiviert die rechte Gehirnhälfte, in der die Kreativität, Bilder, Träume und Gefühle angesprochen werden. Dabei werden Sprache und Musik harmonisch miteinander verbunden, mit den Bildern des abstrakten Lehrstoffes verknüpft und vor dem geistigen Auge visualisiert. Das „Lernen mit Assoziationen“ spricht insbesondere Kinder an. Bitte ein Tuch zum Abdecken der Tastatur und Buntstifte mitbringen. Der Kurs richtet sich an Kinder ab 8 Jahre.

Kurs 4802 – Haus des DBB 2x
Sa 30.11.24 09.30–13.00 Uhr
So 01.12.24 09.30–13.00 Uhr
9 UStd. 57,- € Dieter Faßdorf

Imkerei für Anfänger:innen

Wer die Bienenhaltung zum Hobby machen möchte oder beabsichtigt, Näheres über das Leben im und am Bienenstock zu erfahren, ist in dem Kurs richtig. Neben der Ernte eines naturbelassenen Honigs spielt die Bienenhaltung für den Haushalt der Natur eine wichtige Rolle. Durch ihre Bestäubungstätigkeit sind die Bienen in hohem Maße am Erhalt der Artenvielfalt beteiligt. Etwa 80% der blühenden Pflanzen sind auf Insekten angewiesen. Hiervon übernimmt die Honigbiene einen erheblichen Anteil. Zunächst erhalten Sie einführende Informationen zur Honigbiene und ihrer Haltung. Die Kenntnisse werden Sie im Frühjahr/ Sommer in der Imkerei des Westfälischen Freilichtmuseums an den dortigen Bienenvölkern praktisch anwenden und vertiefen. Für die praktische Arbeit erhalten Sie bei Bedarf eine Imkerhaube.

Kurs 5100 – Villa Post

9x
Mi+Sa 29.01.–05.07.25 17.30–19.00 Uhr
26 UStd. 137,- €

Thomas Friese/Ilka Meise



Wirksame Maßnahmen gegen Schimmelbildung in Wohnräumen

Nicht immer gibt er sich mit schwarzer, grauer, grüner oder roter Färbung auf Wandoberflächen zu erkennen. Sie fühlen sich möglicherweise krank und wissen nicht warum? Sowohl Pilzsporen als auch Stoffwechselprodukte (Mykotoxine), die von Schimmelpilzen abgegeben werden, können Ursache einer Vielzahl von Befindlichkeitsstörungen sein. Der sachkundige Dozent, Architekt und Energieberater, referiert über bauphysikalische Zusammenhänge, die für das Entstehen eines Pilzmilieus verantwortlich sind. Er zeigt Methoden auf, mit denen Sie Pilzsporen aufspüren und gibt Ratschläge zur Prophylaxe und Sanierung.

Kurs 5210 – Villa Post

Do 23.01.25 18.30–20.45 Uhr
3 UStd. 10,50 € Torsten Heumann

#LASS ES RAUS
und werde jetzt Dozent in der vhs!
Irene kennt Strategien, die jeden weiterbringen
www.vhs-hagen.de



Süße Mitbringsel zum Nikolaus

Aus gekauften Keksen und Gebäck zaubern wir kleine süße Mitbringsel mit Hilfe von Frosting, Schokoglasur und Zuckerguss. Wir dekorieren mit Puderzucker, essbarem Glitzer, Streuseln und Perlen. Dabei liegt der Schwerpunkt auf Klasse und nicht auf Masse.



Kurs 3865 – Villa Post

Di 03.12.2024 17.00–20.00 Uhr
33,- € Rosanna Pignataro

Weihnachtessen ganz ohne Fleisch



Weihnachtliche Gerichte mal ganz ohne Fleisch kochen ist so einfach und bedarf nur ein bisschen Aufmerksamkeit bei der Wahl der Zutaten. Jede Menge Inspirationen für ein gelungenes Weihnachtsfest mit der ganzen Familie.

Kurs 3832 – Villa Post

Mi 04.12.24 18.00–21.45 Uhr
45,- € Esther Hildebrandt

Geschenke aus der Küche – zum Weihnachtsfest

Weihnachten steht immer ganz plötzlich vor der Tür... Kleine Geschenke aus der Küche sind oft schnell gemacht und außerdem sehr persönlich.



Kurs 3840 – Villa Post

Mo 16.12.24 18.00–21.45 Uhr
39,- € Esther Hildebrandt

'Tis the Season - Christmas Carols

In this festive English lesson we'll practice the tradition of Christmas caroling. We'll explore the lyrics and meanings of popular Christmas songs, focusing on pronunciation, vocabulary, and rhythm, and of course sing them as a group. Make sure to wear your best Christmas sweater and bring plenty of holiday spirit!



Kurs 6078 – Villa Post

Mi 18.12.24 18.30–20.00 Uhr
10,- € David Arman Altug

Vegane Plätzchen backen

Svenja Maleschka, Köchin im CaféBistro Mundial im AllerWeltHaus, zeigt, wie man leckere, vegane Weihnachtsplätzchen backt. Ob fruchtig mit Marmeladenfüllung, schokoladig und vor allem echte Klassiker wie Vanillekipferl, es ist alles dabei. Dabei achten die Weihnachtsbäcker auf Biozutaten, sowie Produkte aus dem fairen Handel.



Kurs 3875 – Villa Post

Mi 27.11.24 16.00–20.00 Uhr
35,- € Svenja Maleschka

Vegane Pralinen & Konfekt

In diesem Kurs mit Svenja Maleschka gibt es Rezepte und Ideen, um leckere Pralinen & Konfekt mit wenig Aufwand herzustellen. Im Rahmen des Workshops gibt es neben viel Spaß in der Küche und reichlich Gaumenkitzel auch Informationen dazu, wo die Zutaten herkommen und unter welchen Umständen sie angebaut werden. Bevor die Süßigkeiten kreierte werden, gibt es noch einen kleinen Abendimbiss. Kursgebühr inklusive einem Heißgetränk und Zutaten.



Kurs 3876 – AllerWeltHaus, Potthofstr. 22, Café Mundial

Mi 04.12.24 18.00–21.00 Uhr
35,- € Svenja Maleschka



Feliz Navidad – Spanische Weihnacht

Feliz Navidad – costumbres navideñas en España

Die Weihnachtszeit ist in jedem Land eine ganz besondere Zeit, so auch in Spanien. In gemütlicher Runde wollen wir einige Sitten und Gebräuche kennenlernen. Dies wird jedoch nicht in einem Vortrag geschehen, sondern in kommunikativer Form. Anhand einfacher Texte und Dialoge, die Sie auch ohne Vorkenntnisse bewältigen können, werden auch Sie gegen Ende des Vormittags voller neuer Eindrücke sagen: ¡Feliz Navidad!

Kurs 6691 – Villa Post

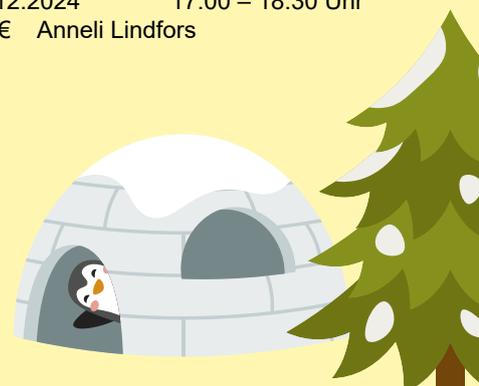
Sa 14.12.24 10.00–12.30 Uhr
15,- € Elke Goebels

Weihnachten in Schweden

In Schweden ist Weihnachten ein wichtiges Familienfest. Nimm an dem Kurs teil und finde heraus, wie Weihnachten in Schweden gefeiert wird. Gibt es spezielle Weihnachtsgerichte und Gebäck., wer ist Lucia und was hat Donald Duck mit Weihnachten zu tun? Die Unterrichtssprache ist Deutsch, aber Sie werden auch einige schwedische Wörter und Begriffe lernen. Välkomna!

Kurs 6835 – Onlinekurs

Fr 13.12.2024 17:00 – 18:30 Uhr
12,00 € Anneli Lindfors



Porträtfotografie



Sie erfahren Geheimnisse der professionellen Porträtfotografie, fotografieren ein professionelles Fotomodell unter Anleitung eines Fotoexperten. Bitte bringen Sie Ihre eigene DSLR-, DSLM-, Bridge-, MFT-Kamera mit manuellen Einstellungsmöglichkeiten mit.

Kurs 5010 – Villa Post

Sa 18.01.25 10.00–17.00 Uhr
8 UStd. 91,50 € Thomas Bocian

Apple iPhone & Co

Einschalten und lossurfen

Zunächst lernen Sie Grundeinstellungen und erhalten Tipps für die erste Benutzung. Sie surfen, hören Musik und mailen und schauen sich in App-Stores um. Bringen Sie bitte Ihr iPhone mit aktuellem iOS inkl. Netzteil mit.



Kurs 4366 – Haus des DBB

Sa 25.01.25 09.00–16.00 Uhr
8 UStd. 48,- € Sedat A. Cengiz

Erste Schritte mit dem Android-Smartphone

In diesem Kurs lernen Sie die grundlegenden Funktionen Ihres Geräts kennen, wie das Speichern von Telefonnummern, das Versenden von Nachrichten und das Organisieren Ihres Bildschirms. Sie lernen, wie Sie Ihr Gerät bedienen und wie Sie Apps installieren, um Ihr Smartphone individuell zu gestalten.



Kurs 4306 – Haus des DBB

Mo+Di 10.02.–11.02.25 16.30–19.45 Uhr
8 UStd. 54,- € Dieter Faßdorf

PC-Grundlagen für Ältere

Sie erlernen praxisnah den Umgang mit einem Windows PC. Sie passen die Windowsoberfläche an Ihre Bedürfnisse an und verwalten Objekte wie Laufwerke, Ordner und Dateien. Zudem erhalten Sie einen Ausblick auf weiterführende digitale Inhalte.

Kurs 4704 – Haus des DBB

Mo 27.01.–24.02.25 09.30–12.45 Uhr
20 UStd. 96,- € Dieter Faßdorf

Koken & Kletsen



Niederländischer Kochabend

Die niederländische Küche hat mehr zu bieten als Frittieretes. Wir werden das typische Gericht „Stamppot“ kochen – mit Kartoffeln, Gemüse und wer möchte auch Fleisch. Während wir gemeinsam kochen und gesellig essen, gibt es für Anfänger:innen eine Einführung in die niederländische Sprache und für Fortgeschrittene die Möglichkeit, vorhandene Sprachkenntnisse auszubauen. Jedes Sprachlevel ist willkommen.



Kurs 6742 – Villa Post

Fr 17.01.25 17.00–20.00 Uhr
4 UStd. 30,00 € Maxie Strate

Spanisch-Schnupperkurs



Sie waren schon einmal oder öfter in Spanien oder beabsichtigen dorthin zu reisen? Dann ist dieser Schnupperkurs genau das Richtige für Sie! Anhand von leichten Dialogen erhalten Sie einen ersten Einblick in diese wunderbare Sprache und lernen Wichtiges über die Aussprache und erste grammatische Regeln. Landeskundliche Informationen runden den Kurs ab.



Kurs 6681 – Villa Post

Sa 25.01.25 10.00–13.15 Uhr
20,- € Elke Goebels

Vegetarisches 3-Gänge Menü für kalte Wintertage

Köstliche winterliche Gerichte ganz ohne Fleisch, aber genauso lecker. Wir kochen frische und moderne Gerichte.

Kurs 3833 – Villa Post

Do 30.01.25 18.00–21.45 Uhr
45,- € Esther Hildebrandt

Süße Geschenke zum Valentinstag



Wie wäre es mit einer süßen Überraschung aus der Küche zum Valentinstag? Natürlich handgemacht.

Kurs 3842 – Villa Post

Mi 12.02.25 18.00–21.45 Uhr
39,- € Esther Hildebrandt

Wir kochen afghanisch



Kurs 3854 Mash Palau Mo 13.01.25
Kurs 3855 Kichiri Quroot Fr 14.02.25
Kurs 3856 Aschak Do 13.03.25

jeweils Villa Post 17.00–20.00 Uhr
30,- € Gul Ghotai Sayed Nadir Shah



Spanisch Module

Unsere Spanischmodule sind zur Wiederholung und Vertiefung geeignet. Sie wollen nur kurz Ihr Wissen auffrischen: dann ¡bienvenidos!

Regelmäßige Verben**Kurs 6683 – Villa Post**

Fr 29.11.24 10.00–11.30 Uhr
10,- € Elke Goebels

Das Verb „ir“**Kurs 6685 – Villa Post**

Fr 29.11.24 11.30–13.00 Uhr
10,- € Elke Goebels

Uno, dos, tres**Kurs 6687 – Villa Post**

Fr 13.12.24 10.00–12.30 Uhr
15,- € Elke Goebels

Englisch Nachhilfe für Schüler:innen

Manchmal braucht es ein bisschen extra Übung, damit der Unterrichtsstoff verstanden wird. In dieser Kleingruppe werden wichtige Grammatikregeln, die Zeitformen und nützliche Satzbausteine für eine gelungene Textproduktion wiederholt. Ihr habt Probleme bei den Hausaufgaben oder versteht ein Thema nicht, das bei der nächsten Englischarbeit vorkommt? Bringt einfach alles mit – unser Dozent hilft euch, wieder den Durchblick zu bekommen, so dass ihr (und eure Eltern) relaxt durch die nächsten Klassenarbeiten kommt. Der Kurs ist für Schülerinnen und Schüler ab Klasse 6 geeignet.

Kurs 6076 – Villa Post 3x

Sa 23.11.–07.12.24 10.00–12.15 Uhr
9 UStd. 36,- € Alexander Nowak

A1/A2 Easy English Conversation

Im Mittelpunkt stehen leichte Konversation und grammatikalische Wiederholungen, die auf die Wünsche der Teilnehmenden abgestimmt sind. Ihr Wortschatz und auch Grammatikstrukturen werden anhand von interaktiven Sprachübungen und einfachen kurzen Texten gezielt trainiert und erweitert. Der Kurs ist für Teilnehmer:innen geeignet, die bereits das Niveau A1 erreicht haben, aber ihre Sprachkenntnisse, die vielleicht schon vor längerer Zeit erworben wurden, auffrischen und festigen möchten. Ein Kursbuch ist nicht erforderlich.

Kurs 6049 – Villa Post 15x

Mo 03.02.–02.06.25 09.00–10.30 Uhr
30 UStd. 99,- € David Arman Altug

B1/B2 English Conversation

In this course we will focus mainly on improving your fluency and expanding your vocabulary. You have a lot of opportunities to talk about subjects that interest you in a relaxed and friendly atmosphere. Grammar points are looked at on a „need to know“ basis. Animated discussions are welcome. Come and join us!

Kurs 6054 – Villa Post 15x

Mo 03.02.–02.06.25 10.45–12.15 Uhr
30 UStd. 99,- € David Arman Altug

C1 Englisch

The focus of this course is on spoken English taught by a native speaker of American English. It is aimed at learners who can communicate well on general topics and want to maintain and improve their English skills. We will read, write and talk about topics from all areas of life - from business to everyday topics to hobbies - to reduce any fear and shyness about speaking English at work or on holiday. We will also learn and repeat any necessary grammar, while also focusing on idioms and expressions used by native speakers to help your English sound more natural and fluent. You'll comfortably shoot the breeze with English speakers in no time!

Kurs 6059 15x

Mi 19.02.–11.06.25 19.15–20.45 Uhr
30 UStd. 135,- € David Arman Altug

Neue Kurse für Anfänger:innen**A1.1 Italienisch In Planung****A1.1 Spanisch****Kurs 6695 – Ricarda-Huch-Gymnasium**

Voswinckelstr. 1 15x
Di 04.02.–27.05.25 19:15–20:45 Uhr
30 UStd. 90,- € Alida Rothe

A1.1 Neugriechisch**Kurs 6737 – Villa Post 12x**

Di 11.02.–13.05.25 19.15–20.45 Uhr
24 UStd. 96,- € Foteni Pliaki

A1.1 Niederländisch**Kurs 6745 – Villa Post 17x**

Fr 14.02.–20.06.25 09.00–10.30 Uhr
34 UStd. 99,90 € Kirsten Wahle

Kochen und Sprechen

Probieren Sie auch unsere neue Rubrik „Kochen und Sprechen“ aus.

In diesen Kursen werden Sie nicht nur die italienische oder japanische Küche näher kennenlernen, sondern auch noch nützliche Wörter und Redewendungen in der Zielsprache, die man zu Tisch benötigt. Für ein rundum exklusives Kocherlebnis!

Alle Kurse zum Thema „Kochen und Sprechen“ finden Sie hier:



... beachten Sie auch unseren Niederländischen Kochabend „Koken & Kletsen“ auf Seite 7

Urlaubsvorbereitung

En el bar



Die typische Bar ist eine Institution in Spanien. Wir schauen uns eine – leider nur fiktiv – an und lernen anhand von einfachen Dialogen und Texten hilfreichen Wortschatz für Ihren nächsten Besuch dort. Und nebenbei besprechen wir auch noch die eine oder andere grammatische Regel wie der unterschiedliche Gebrauch von hay-está-es und Präpositionen wie auf, vor, hinter. Also ¡bienvenidos!

Kurs 6690 – Villa Post

Sa 30.11.24 09.30–12.45 Uhr
4 UStd. 20,- € Elke Goebels

English for holidays



Sie wollen demnächst im (englischsprachigen) Ausland Urlaub machen? Dann werden Sie in diesem Kurs sprachlich dafür fit gemacht. Sie lernen typische Redewendungen, die für einen Urlaubsaufenthalt nützlich sind, wie z.B. etwas im Restaurant bestellen, nach dem Weg fragen, ein Gespräch an der Hotelrezeption führen. Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits Grundkenntnisse in Englisch mitbringen. Ein Kursbuch ist nicht erforderlich.

Kurs 6042 – Ricarda-Huch-Gymnasium, Voswinkelstr. 1 15x

Mo 03.02.–02.06.25 17.30–19.00 Uhr
30 UStd. 90,- € Anne Kramer

Schwedisch für den Urlaub



Hjärtligt välkomna zum Kurs Schwedisch für den Urlaub! Herzlich willkommen! Schwedisch ist nicht nur die Sprache in Schweden, sondern neben Finnisch offizielle Landessprache in Finnland. Schwedisch wird von etwas mehr als 10 Millionen Menschen als Muttersprache gesprochen und gehört zu den germanischen Sprachen. Schweden hat mit seinen über 100.000 Seen viel an Natur zu bieten. Wussten Sie, dass die schwedische Hauptstadt Stockholm auf 16 Inseln erbaut wurde? Für unseren Dozenten Thony Restel, der in Schweden studierte und dort auch als Lehrer arbeitete, ist Schweden mit seinen bunten Häusern, vielen Seen, Wald, Fernblick und gelassenen Menschen das Land, „in dem die Augen so richtig schön entspannt Urlaub machen können“. Entspannung pur.

Also nichts wie los, Schwedisch lernen und dann ab in den Urlaub!

Vi ses! Bis bald!

Kurs 6837VC – Onlinekurs 7x

Di 21.01.–04.03.25 19.00–20.30 Uhr
14 UStd. 57,40 € Thony Restel

Italienisch für den Urlaub



Sie möchten in den Sommermonaten nach Italien reisen? Dann bietet Ihnen dieser Kurs die ideale Vorbereitung. Dozentin Michela Dilillo wohnt in Mailand und bietet diesen Kurs online über die vhs.cloud an. Deutschland durfte sie über ein Erasmus-Programm während des Studiums kennenlernen. Nun freut sie sich Ihnen die Italienische Sprache und Kultur näher zu bringen. Gespräche an der Hotelrezeption, eine Bestellung im Restaurant oder auch mal nach dem Weg fragen können – das sind u.a. die Ziele dieses Urlaubskurses. Und wenn gewünscht, dann gibt es auch den ein oder anderen Urlaubstipp!

Kurs 6530VC – Onlinekurs 7x

Do 27.02.–10.04.25 18.00–19.30 Uhr
14 UStd. 57,40 € Michela Dilillo

Weitere Kurse zur Urlaubsvorbereitung, die im Frühjahr 2025 stattfinden, finden Sie hier:



Eröffne anderen Perspektiven.



Werde
Kursleiter*in
[www.vhs-hagen.de/
kursleitungen-gesucht](http://www.vhs-hagen.de/kursleitungen-gesucht)

Koloniale Spuren in Westfalen-Lippe

Eine digitale Quellensammlung für die Kultur- und Bildungsarbeit



Spuren des Kolonialismus finden sich überall im Land. Um das für die Bildungs- und Kulturarbeit an konkreten Beispielen erkennen zu können, wird eine Sammlung historischer Schriftquellen, Bilder und Objekte erstellt, die dann als Arbeitsmaterial gratis im Internet zur Verfügung stehen. Die Veranstaltung findet im Rahmen des von der LWL-Kulturstiftung geförderten Themenjahrs „POWR! Postkoloniales Westfalen-Lippe“ statt.

Kurs 1464B

AllerWeltHaus, Potthofstr. 22

Di 19.11.24 18.30–20.00 Uhr
pay what you want Dr. Fabian Fechner
Barbara Schneider

Faire Nuss-Schoko-Kreation

Workshop



Der Workshop lädt zu einer kleinen Bildreise nach Ghana ein, und erläutert die vielen Schritte, die nötig sind, bis die fertige Kakaobohne exportiert werden kann. Anschließend werden gemeinsam einfache Schoko-Nuss-Kreationen aus Zutaten des Fairen Handels hergestellt.

Kurs 1485 – Villa Post

Di 11.03.25 18.00–19.30 Uhr
10,- € Claudia Pempelforth

Klimahandel – Wie unsere Zukunft verkauft wird



Seit über einem halben Jahrhundert wissen wir um die erschreckenden Auswirkungen von Umweltzerstörung und Klimawandel. Zwar häufen sich internationale Umwelt- und Klimakonferenzen, doch warum handeln wir nicht konsequent gegen die verheerenden Bedrohungen? Mojib Latif wendet sich in diesem Vortrag der Frage zu, warum unsere Welt trotz besseren Wissens weiterhin auf gefährliche Weise den Ast absägt, auf dem sie sitzt.

Kurs 0133Z – Onlinekurs

Mi 22.01.25 19.30–21.00 Uhr
entgeltfrei Prof. Dr. Mojib Latif

Film „Waste Land“ und Ausstellung „Wegwerfgesellschaft“



Passend zur Ausstellung „Von der Wegwerfgesellschaft zur Kreislaufwirtschaft“, wird ein Ausschnitt des Films „Waste Land“ gezeigt. Die Ausstellung beschäftigt sich mit den anwachsenden Abfallbergen der modernen Konsumgesellschaft. Der Film dokumentiert den Alltag der Menschen auf einer der damals größten Müllhalden der Welt in Rio de Janeiro. In vielen Ländern des Südens sind offene Halden zugleich Arbeitsplatz als auch Lebensraum von Menschen. Die Ausstellung ist vom 20.01–15.02.25 in der VHS zu sehen.

Kurs 1483B – Villa Post

Mi 29.01.25 18.00–20.00 Uhr
Pay what you want Bunmi Bolaji, Markos A. da Costa Melo

Die Hagener Juden vor 1933: erfolgreich, gebildet, integriert – eine Spurensuche

Die Erinnerung an die Juden in Deutschland und so auch in Hagen ist geprägt von den unsäglichen Verbrechen in der Zeit nach 1933. Darüber gerät leicht aus dem Blick, dass die Hagener Juden in der Zeit davor feste Wurzeln in ihrer Heimatstadt hatten. Der Holocaust beraubte Hagen einer gut integrierten Minderheit, was für zahlreiche weitere Lebensbereiche, insbesondere den der Bildung, gezeigt werden soll. Zahlreiche historische Fotos und andere visuelle Präsentationen veranschaulichen den Vortrag.

Kurs 1304 – Villa Post

Fr 15.11.24 18.00–20.15 Uhr
entgeltfrei Dr. Günter Müller

Die Harkorts und die Eisenbahnen

Ein kleiner Rückblick auf eine umtriebige und visionäre Familie

Vor 200 Jahren, also 1825, war Friedrich Harkort vermutlich der erste Deutsche, der über „Railroads“ (Eisenbahnen) einen Zeitungsartikel verfasste. Auch seine Brüder Johann Caspar und Gustav waren Industrie- und Eisenbahnpioniere. Das 200-jährige Jubiläum der „Railroads“-Veröffentlichung nimmt Stadtheimpflegger Michael Eckhoff zum Anlass, auf ein wichtiges Kapitel sowohl der Hagener als auch der deutschen Wirtschafts- und Industriegeschichte zurückzublicken.

Kurs 1101B – Villa Post

Do 20.03.25 19.00–20.30 Uhr
5,- € Michael Eckhoff

Bekanntere und bedeutendere Hagener Persönlichkeiten zwischen ca. 1880 und ungefähr 1980 – eine kleine Auswahl

Stadtheimpflegger Michael Eckhoff präsentiert eine Reihe von Hagener Persönlichkeiten und stellt seine Auswahl in den Kontext der Stadtgeschichte.

Kurs 1127 – Villa Post 6x

Do 30.01–06.03.25 19.30–21.00 Uhr
12 UStd. 29,- € Michael Eckhoff

Der Weg nach Europa von der Antike bis zum Mittelalter

Den langen Weg vom 3 bis ins 13. Jahrhundert über ein Jahrtausend nicht nur europäischer sondern auch deutscher Geschichte zeichnet die Seminarreihe anhand archäologischer und historischer Quellen nach, wobei neben der Entwicklung der Sachkultur auch die Entwicklung des Rechtswesens mit den ersten europäischen Gesetzestexten und die Entwicklung der Buchkunst seit der Spätantike bis zum Mittelalter sowie der Weg des Christentums seit dem 3. Jahrhundert bis zum Mittelalter mit der Entwicklung vom Merowingerreich bis zum Reich der Stauer beleuchtet werden.

Kurs 1701 – Stadteibücherei Hohenlimburg,

Stennertstr. 6-8 9x

Mi 26.03–25.06.25 19.00–20.45 Uhr
20 UStd. 84,- € Elmar-Björn Krause

Mein Name ist Sara Becker (Bild, links), verheiratet und habe zwei Kinder im Kindergartenalter. Ich arbeite, seit der Rückkehr aus meiner Elternzeit im Dezember 2023, bei der VHS der Stadt Hagen. Zuständig bin ich für die Verwaltungsaufgaben im Bereich Politik und Geschichte sowie Arbeit und Beruf und arbeite daher eng mit meinen Kollegen Rafael Stange und Holger Flick zusammen.

Ich freue mich auf das neue Semester mit den tollen und vielfältigen Kursangeboten, an denen ich selber gerne teilnehme.



Mein Name ist Jessica Linek (Bild, rechts) und bin seit Oktober 2023 bei der VHS Hagen. Ich arbeite als Vorzimmerkraft für die Fachbereichsleitung und der VHS-Leitung, Bianca Sonnenberg. Ich bin ein wenig Mädchen für alles, unter anderem arbeite ich bei den Schulabschlüssen mit, habe bei dem diesjährigen Urlaubskorb mitgewirkt und bin zuständig für diverse Verwaltungs- und Personalaufgaben.

Auch dieses Jahr, freue ich mich, dass es in diesem Semester so tolle, bunte und vielfältige Kursangebote gibt.

Ich selber besuche aktuell einen Sprachkurs, der sehr viel Freude und Erfahrung mit sich bringt.

Schaut vorbei, es lohnt sich! 😊

Der virtuelle VHS-Adventskalender

Auch in diesem Jahr bietet die VHS einen virtuellen Adventskalender an, ABER 😊 nun wirken unsere lieben Kolleginnen und Kollegen der Max-Reger-Musikschule, der Stadtbücherei und vom Kulturbüro der Stadt Hagen mit.

Es wird also bunter!

Jeden Tag eine kleine Überraschung, zum Schmunzeln, zum Nachmachen, Sehen oder Anhören, zur Anregung oder um einfach den Tag virtuell zu versüßen. Das Deckblatt des Adventskalenders zeigt übrigens – Dank dem Stadtarchiv – ein weihnachtliches Hagen. Wo und wann wohl?!

Freut Euch, es weihnachtet sehr.



#LASS ES RAUS

und werde jetzt Dozent*in in der vhs!

einfach melden!

www.vhs-hagen.de

Klaus zeigt gerne neue Perspektiven auf

Volkshochschule Hagen

Folgen Sie uns auf unseren Social-Media-Kanälen!



facebook



Instagram



YouTube



1802 Wohnungseigentumsrecht Do 14.11.2024 18:00–21:15 Uhr	3454 Kum Nye Yoga Workshop Sa 25.01.2025 09:30–12:30 Uhr	6654 A2 Conversación fácil Di 04.03.2025 09:00–10:30 Uhr
0116Z Kant: Die Revolution des Denkens Do 14.11.2024 19:30–21:00 Uhr	4366 Apple iPhone & Co Sa 25.01.2025 09:00–16:00 Uhr	4342 Instagram für Einsteiger:innen: Sa 08.03.2025 09:00–14:00 Uhr
6064 English teatime Fr 15.11.2024 16:00–17:30 Uhr	2516 Silberschmieden Di 28.01.2025 18:00–20:15 Uhr	4016 Präsentationstraining für Frauen So 09.03.2025 11:30–14:30 Uhr
3280 Sei deines Glückes Schmied ... Sa 16.11.2024 09:00–12:00 Uhr	3115 Einf. in die buddhistische Meditation Sa 01.02.2025 09:00–13:00 Uhr	4335 Fachkräfte nachhaltig gewinnen Mo 10.03.2025 09:00–16:00 Uhr
2031 Philosophie mit Vergnügen Sa 16.11.2024 10:00–16:00 Uhr	1153 Bunker-Tour Sa 01.02.2025 11:30–14:30 Uhr	1907 Pflegestufe/Pflegegrade Di 11.03.2025 18:00–19:30 Uhr
1804 Betriebskostenabrechnungen Sa 16.11.2024 10:00–13:15 Uhr	4025 Ausbildung NLP-Basic, DVNLP Mo 03.02.2025 09:00–17:15 Uhr	1801 Mietrecht Di 11.03.2025 18:00–20:15 Uhr
4360 Apple MacBook optimal nutzen Mo 18.11.2024 17:30–20:45 Uhr	6038 B1 Update your English Mo 03.02.2025 17:30–19:00 Uhr	1313H Von Lhasa bis ans Gelbe Meer Di 11.03.2025 18:00–19:30 Uhr
0118Z Islamismus in Palästina Do 21.11.2024 19:30–21:00 Uhr	6046 Great British ... Mo 03.02.2025 17:30–19:00 Uhr	4014 Präsentationstraining Sa 15.03.2025 10:00–17:00 Uhr
5162 Grundkurs Motorsägen nach DGUV Sa 23.11.2024 08:30–12:30 Uhr	6426 B1 La France aux cent visages Di 04.02.2025 09:00–10:30 Uhr	3870 Rollcake, heute wird gewickelt Di 18.03.2025 17:00–20:45 Uhr
4440 Word Einführung Do 28.11.2024 17:30–20:45 Uhr	6032 A2 Update your English Di 04.02.2025 17:30–19:00 Uhr	6105E Vokabeln lernen im Sekundentakt Di 18.03.2025 16:00–18:00 Uhr
3124 Meditationswochenende Sa 30.11.2024 09:00–16:00 Uhr	6814 B1 Polnisch – online Mi 05.02.2025 19:00–20:30 Uhr	1323 Eröff. d. Ausst., Come out, Hagen!“ Mi 19.03.2025 19:00–20:00 Uhr
3230 Ayurveda Sa 30.11.2024 10:00–13:45 Uhr	6430 B1/B2 Conversation française Do 06.02.2025 10:00–11:30 Uhr	1487B Medizin auf Augenhöhe Mi 19.03.2025 18:00–20:00 Uhr
1852 Sicher wohnen – Einbruchschutz Do 05.12.2024 18:00–19:30 Uhr	6518 B1 Conversazione in italiano Do 06.02.2025 19:15–20:45 Uhr	1489 Bildung f. Nachhaltige Entwicklung Fr 21.03.2025 17:00–19:00 Uhr
5142 Obstbaumschnitt Sa 07.12.2024 09:00–12:30 Uhr	6090 Englisch Nachhilfe Sa 08.02.2025 10:00–12:15 Uhr	4348Z Social-Media-Marketing Sa 22.03.2025 14:00–17:00 Uhr
4702 PC-Grundlagen für Ältere Mo 16.12.2024 17:30–20:45 Uhr	6714 A2 Finnisch Mo 10.02.2025 19:45–21:15 Uhr	4370 Einf. und Nutzung der iCloud Sa 22.03.2025 09:00–16:00 Uhr
1930 Das 1x1 der Geldanlage Di 17.12.2024 18:00–20:30 Uhr	6826 B1 Portugiesisch Konversation Mi 12.02.2025 18:00–19:30 Uhr	6074 Vorber. zentr. Abschlusspr. Englisch Sa 22.03.2025 10:00–13:15 Uhr
6422 A2 Conversation française Mi 08.01.2025 (15x), 10:00–11:30 Uhr	6057 B1/B2 Business English Mi 12.02.2025 18:30–20:00 Uhr	2106 Schauspieltraining So 23.03.2025 11:30–14:30 Uhr
6838VC Schwedisch für den Urlaub Mi 15.01.2025 19:00–20:30 Uhr	2662 Nähen für den Karneval Fr 14.02.2025 16:00–20:00 Uhr	5003 Kameratechnik und Bildkomposition Mo 24.03.2025 17:30–20:45 Uhr
5010 Porträtfotografie Sa 18.01.2025 10:00–17:00 Uhr	2525 Origami – Falten für das Frühjahr Sa 15.02.2025 10:00–14:00 Uhr	4034H Einf. i. d. Gewaltfr. Kommunikation Di 25.03.2025 09:30–15:30 Uhr
2007 Baukunst und Design der 1920er Di 21.01.2025 19:00–20:30 Uhr	1203B Hagener Kinos Fr 21.02.2025 17:00–19:15 Uhr	1813 Schutz v. Mietnomaden und Messies Do 27.03.2025 1 8:00–20:15 Uhr
2891 Bridge für Anfänger:innen Do 23.01.2025 17:00–18:30 Uhr	3126 Meditationswochenende Sa 22.02.2025 09:00–16:00 Uhr	2321 Acrylmalerei für Anfänger:innen Sa 29.03.2025 (1x), 10:15–15:30 Uhr

Das nächste Update erscheint im Frühjahr 2025