

The background of the entire page is a vibrant photograph of a town square. In the background, a large Gothic church with two prominent spires and a red-tiled roof stands against a clear blue sky. In the foreground, there are colorful flowers in planters, including purple and white pansies. A semi-transparent white circle is centered over the image, containing the main text. The VHS logo, consisting of the letters 'vhs' in a bold, lowercase sans-serif font followed by a cluster of colorful dots (yellow, red, blue, and black), is positioned in the top right corner.

**vhs**

Volkshochschule  
der Stadt Ansbach

# Kursprogramm Mai 2026

## Inhalt

Alles Wichtige auf einen Blick.....	3
Sprachkurse.....	4
EDV-Kurse.....	5
Wissenschaftlicher Vortrag .....	5
Führungen in Ansbach .....	6
Entspannung, Qigong und Tai Chi .....	7
Waldbaden.....	9
Tanz.....	11
Kochen & Backen.....	11
Kräuterführung.....	14
Trommeln.....	15
Malen .....	16
Online-Veranstaltungen .....	18
Kochen & Backen für Kinder .....	19

### Neue Kurse: immer am 1. und 15. des Monats!

Kein langes Warten mehr  
auf den Semesterstart!

Ab sofort finden Sie regelmäßig  
neue Kurse auf unserer Internetseite.



Entdecken Sie hier  
alle aktuellen Kurse:  
[www.vhs-ansbach.de](http://www.vhs-ansbach.de)

## Alles Wichtige auf einen Blick

### Anmeldung und Information

Volkshochschule Stadt Ansbach  
Kannenstraße 16  
91522 Ansbach  
Telefon 0981 51-311  
E-Mail [vhs@ansbach.de](mailto:vhs@ansbach.de)  
Internet [www.vhs-ansbach.de](http://www.vhs-ansbach.de)

Weitere Informationen zu Kursinhalten und Teilnahmebedingungen erhalten Sie online oder direkt bei uns.



### Unsere Symbole kurz erklärt



Neues Kursangebot



Dieser Kurs ist kostenlos

### Informationen zur Kursteilnahme

Damit bei Ihrem Kursstart alles glatt läuft, haben wir hier die wichtigsten Hinweise für Sie zusammengestellt:

- Es gelten die aktuellen AGB der Volkshochschule, die Sie auf unserer Internetseite oder in der Geschäftsstelle finden.
- Informationen zu Ermäßigungen und zur kostenlosen Teilnahme von Begleitpersonen bei Merkzeichen „B“ im Schwerbehindertenausweis finden Sie ebenfalls dort.
- Das komplette Kursangebot und weitere Details: [www.vhs-ansbach.de](http://www.vhs-ansbach.de)



# Deutsch als Fremdsprache für Beruf und Alltag Intensivkurs C1.1

262-101546

Sie möchten Ihre Deutschkenntnisse gezielt für Beruf und Alltag verbessern? Dieser intensive C1-Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Vorkenntnissen auf B2-Niveau. Sie erweitern Ihre mündlichen und schriftlichen Fähigkeiten, trainieren sicheres Auftreten in beruflichen und alltäglichen Situationen und arbeiten mit praxisnahen Themen.

Der Unterricht umfasst anspruchsvolle Übungen, Textarbeit sowie die Vertiefung von Grammatik und Wortschatz. Ein Lehrbuch mit begleitender App unterstützt das Lernen auch außerhalb des Kurses. Regelmäßige Hausaufgaben sind Bestandteil des Kurses.



**Dozentin: Soha Zeidan**

**Di. u. Do. 12.05. - 28.07.26, 18.00 - 20.00 Uhr,  
18 Termine**

**288.- €, bzw. ermäßigt 202.- €**

**Einzelpreis bei 5 Anmeldungen. Tarife für größere  
Gruppen finden Sie in den AGB (unter 24 Termine).**



## Outlook 2021

262-20250

### Grundlagen kompakt

Microsoft Outlook ist weit mehr als ein E-Mail-Programm – es ist die zentrale Schaltstelle für Ihre Kommunikation, Terminplanung und Organisation. In diesem kompakten Grundkurs lernen Sie die wichtigsten Funktionen kennen, um Outlook im Berufs- und Privatleben effizient zu nutzen.

Sie erfahren, wie Sie E-Mails übersichtlich verwalten, Termine und Besprechungen koordinieren, Aufgaben strukturieren und Kontakte pflegen. Schritt für Schritt machen Sie sich mit der Benutzeroberfläche vertraut und richten Outlook optimal nach Ihren Bedürfnissen ein.

Entdecken Sie, wie Sie Ihren Arbeitsalltag mit Outlook einfacher, strukturierter und übersichtlicher gestalten können.

Um am Kurs teilzunehmen sind EDV-Grundkenntnisse erforderlich!



**Dozent: Florian Frey**

**Mo. 04.05. - 18.05.26, 17.30 - 19.45 Uhr,  
3 Termine**

**75.- €, bzw. ermäßigt 66.- €  
inkl. Lehrbuch zum Kurs (18.- €).**

## Radioaktive Strahlung: geheimnisvoll, gefährlich, gruselig?

262-35341

### Vortrag



**Dozent: Peter Will**

**Fr. 22.05.26, 19.00 - 20.30 Uhr,  
1 Termin**

**8.- €, bzw. ermäßigt 6.- €**

neu

---

**Ansbach von innen:**

262-37141

**Führung durch die Innenhöfe in der Altstadt**

Prächtige Fassaden und Straßenzüge, aber was verbirgt sich dahinter? Gehen Sie mit auf eine Entdeckungstour durch Ansbacher Innenhöfe und erleben Sie einen neuen Blick auf Altbekanntes.

Anfangen beim Schlosshof über den Beringershof und den Museumshof gibt es auch Blicke in sonst unzugängliche Innenhöfe.



**Dozent: Alexander Biernoth**  
**Mi. 20.05.26, 16.30 - 18.00 Uhr,**  
**1 Termin**  
**8.- €, bzw. ermäßigt 6.- €**

---

**Katterbach & Urlas:**

262-38241

**Tour durch die Kaserne der US Army**

Sie wollten schon immer einmal hinter die „Mauern“ der US Army blicken?

Diese Tour führt Sie mit dem Bus durch die Kaserne in Katterbach und das neue Wohngebiet am Urlas. Jacqueline Haderlein vom Deutsch-Amerikanischen Verbindungsbüro hält die Führung und Sie erfahren viel Interessantes rund um das Leben und Arbeiten in Katterbach und im Urlas.



**Dozentin: Jacqueline Haderlein**  
**Di. 02.06.26, 8.45 - 12.00 Uhr,**  
**1 Termin**  
**18.- €, bzw. ermäßigt 12.- €**  
**zzgl. der Kosten für das Essen.**  
**Anmeldeschluss: 19.05.26**

**Blockaden lösen, Energie tanken:**

262-40231

**Die Kraft der Gruppenhypnose**

Workshop zum Kennenlernen



**Dozentin: Isabela Ramsey**  
Fr. 08.05.26, 18.00 - 19.30 Uhr,  
1 Termin  
15.- €, bzw. ermäßigt 11.- €

**Qigong unter freiem Himmel**

262-42003



**Dozentin: Isabell Merbach**  
Mi. 06.05. - 10.06.26, 18.00 - 19.00 Uhr,  
6 Termine  
34.- €, bzw. ermäßigt 24.- €



## Einführung in das traditionelle Taijiquan (Tai Chi) 262-42105

Traditionelles Taijiquan (Tai Chi) ist keine gewöhnliche Sportart und auch keine Entspannungsgymnastik. Es ist eine jahrhundertalte Bewegungskunst, die Kraft, Weichheit und Achtsamkeit auf einzigartige Weise verbindet. Durch bewusste Körperausrichtung und sanfte Mobilisierung der Gelenke lernen Sie, Spannungen abzubauen und den eigenen Körper harmonisch zu bewegen. In diesem Kurs lernen Sie die Basis-Übungen und ersten Bewegungen des Sizheng-Taijiquan kennen, entwickelt von Meister Chen Peishan (20. Generation der Chen-Familie). Schritt für Schritt erlernen Sie die Grundlagen dieser Kunst und erfahren, wie regelmäßiges Üben zu mehr Geschmeidigkeit, Kraft und innerer Gelassenheit führen kann. Wie es ein chinesisches Sprichwort beschreibt:

„Wer regelmäßig Taijiquan übt, wird geschmeidig wie ein Kind, stark wie ein Holzfäller und gelassen wie ein Weiser.“

Um am Kurs teilzunehmen benötigen Sie keine Vorkenntnisse. Der Kurs ist als Kleingruppe geplant (max. 8 Personen).



**Dozent: Dr. Julian Braun**  
**Sa. 09.05.26, 10.00 - 12.00 Uhr,**  
**1 Termin**  
**19.- €, bzw. ermäßigt 14.- €**

### Sie interessieren sich für einen anderen Kurs?

Teilen Sie uns Ihren Wunsch mit. Wir informieren Sie, sobald Ihr Wunschkurs tatsächlich angeboten wird.

[ogy.de/kurswunsch](https://www.ogy.de/kurswunsch)



## Waldbaden: Die Kraft der Natur auf barrierearmen Wegen entdecken

Waldbaden kann das körperliche und seelische Wohlbefinden stärken.

In einer kleinen Gruppe wird der Wald gemeinsam, langsam und achtsam erlebt. Im Unterschied zu einem Spaziergang steht beim Waldbaden nicht die Bewegung, sondern das bewusste Wahrnehmen im Vordergrund. Durch angeleitete Sinnesübungen richtet sich die Aufmerksamkeit auf Geräusche, Gerüche, Farben und Strukturen des Waldes. Unsere erfahrene Kursleiterin verbindet zudem sprachliche Impulse mit dem unmittelbaren Erleben der Natur – ganz nach dem Grundsatz: „Jedes Wort wirkt“.

Dieser Kurs bietet Ihnen die Gelegenheit, Waldbaden kennenzulernen und neue Kraftquellen in der Natur zu entdecken. Er eignet sich für Naturinteressierte, die gerne Zeit im Freien verbringen, ebenso wie für Menschen, die Entschleunigung und achtsame Naturerfahrungen suchen. Wenn Sie die Begegnung mit der Natur vermissen oder nicht allein in den Wald gehen möchten, haben Sie hier die ideale Möglichkeit.

Diese Veranstaltung ist auch für Menschen mit eingeschränkter Mobilität geeignet, die beim Gehen auf unterstützende Hilfsmittel wie Stock, Rollator oder E-Rollstuhl angewiesen sind. Die gewählte Route durch den Tiergartenwald ist etwa 1,5 km lang. Sie ist nicht vollständig barrierefrei, jedoch barrierearm. Daher sollten Sie sich im Wald eigenständig bewegen können.

### Termin zum Kennenlernen

262-42404



**Dozentin: Sigrid Strobel**  
Do. 07.05.26, 10.00 - 12.00 Uhr,  
1 Termin  
20.- €, bzw. ermäßigt 14.- €

neu

### Kurs

262-42405



**Dozentin: Sigrid Strobel**  
Do. 21.05. - 09.07.26, 10.00 - 12.00 Uhr,  
6 Termine  
100.- €, bzw. ermäßigt 70.- €

neu

## Waldbaden: Die Kraft der Natur entdecken

Waldbaden kann das körperliche und seelische Wohlbefinden stärken.

In einer kleinen Gruppe wird der Wald gemeinsam, langsam und achtsam erlebt. Im Unterschied zu einem Spaziergang steht beim Waldbaden nicht die Bewegung, sondern das bewusste Wahrnehmen im Vordergrund. Durch angeleitete Sinnesübungen richtet sich die Aufmerksamkeit auf Geräusche, Gerüche, Farben und Strukturen des Waldes. Unsere erfahrene Kursleiterin verbindet zudem sprachliche Impulse mit dem unmittelbaren Erleben der Natur – ganz nach dem Grundsatz: „Jedes Wort wirkt“.

Dieser Kurs bietet Ihnen die Gelegenheit, Waldbaden kennenzulernen und neue Kraftquellen in der Natur zu entdecken. Er eignet sich für Naturinteressierte, die gerne Zeit im Freien verbringen, ebenso wie für Menschen, die Entschleunigung und achtsame Naturerfahrungen suchen. Wenn Sie die Begegnung mit der Natur vermissen oder nicht allein in den Wald gehen möchten, haben Sie hier die ideale Möglichkeit.

Die gewählte Route durch den Tiergartenwald ist nicht barrierefrei.

### Termin zum Kennenlernen

262-42407



**Dozentin: Sigrid Strobel**  
**Do. 07.05.26, 17.00 - 19.30 Uhr,**  
**1 Termin**  
**25.- €, bzw. ermäßigt 18.- €**

neu

### Kurs

262-42408



**Dozentin: Sigrid Strobel**  
**Do. 21.05. - 09.07.26,**  
**17.00 - 19.30 Uhr, 6 Termine**  
**125.- €, bzw. ermäßigt 88.- €**

neu

---

## **Bewegung und Tanz** **für die reifere Generation 60+**

261-45224

Dieser Kurs fördert auf abwechslungsreiche Weise die Beweglichkeit, das Gleichgewicht und die geistige Fitness – mit Musik, einfachen Schrittfolgen und spielerischen Elementen.

Jede Einheit beginnt mit einem sanften Warm-up, das den Körper mobilisiert und den Kreislauf anregt. Daran schließt sich eine kleine, leicht erlernbare Schrittfolge an, die rhythmisch zur Musik ausgeführt wird. Zum Abschluss sorgt eine Spieleinheit mit kognitiven Impulsen für zusätzlichen Schwung und fördert die Beweglichkeit.

Der Kurs richtet sich an alle ab 60 Jahren, die ihre Gesundheit stärken und Freude an Bewegung erleben möchten – ganz ohne Vorkenntnisse.



**Dozentin: Alexandra Auer-Thuy**  
**Fr. 15.05. - 10.07.26, 10.00 - 11.00 Uhr,**  
**7 Termine**  
**47.- €, bzw. ermäßigt 33.- €**

---

## **Bowls, Salate und Dressings** **kreativ kombinieren**

262-49011

Bowls stehen für frische Zutaten, farbenfrohe Vielfalt und ausgewogenen Genuss. In diesem Kurs lernen Sie die moderne Bowlküche ebenso kennen wie die klassische Salatzubereitung. Sie kombinieren Salate, saisonales Gemüse, Fisch, Meeresfrüchte, helles Fleisch und passende Kohlenhydrate. Ein besonderer Fokus liegt auf stimmigen Dressings.

Praktische Tipps und Anregungen zu gesunden Ernährungsmöglichkeiten im Alltag runden den Kurs ab.



**Dozentin: Petra Müller**  
**Mi. 06.05.26, 18.00 - 22.00 Uhr,**  
**1 Termin**  
**42.- €, bzw. ermäßigt 34.- €**  
**inkl. Lebensmittelpauschale (15.- €).**

neu

## Natürlich Backen

262-49013

### Dinkel-Roggen-Brötchen und wilde Gartenkräuter

In diesem praxisnahen Kurs erfahren Sie, wie einfach und genussvoll eine natürliche und gesunde Ernährung sein kann. Schritt für Schritt erklärt Ihnen unsere erfahrene Kursleiterin die Herstellung von Vollwert-Dinkel-Roggen-Brötchen: vom frischen Mahlen des vollen Korns über die Teigherstellung bis zum Backen. Begleitend erhalten Sie verständliche Einblicke in die Bedeutung von Vollkorn, Ballaststoffen und einer vitalstoffreichen Vollwerternährung. Darüber hinaus richtet sich der Blick auf wilde Gartenkräuter. Essbare Pflanzen wie Schafgarbe, Spitzwegerich und weitere Arten werden gemeinsam erkundet, sicher bestimmt und gesammelt. Aus den Kräutern entstehen eine aromatische Bio-Wildkräuterbutter sowie in Olivenöl eingelegter Schafskäse.

Den Abschluss bildet eine gemeinsame Mahlzeit, bei der die selbst hergestellten Lebensmittel verkostet werden. Der Kurs möchte Freude am Selbermachen wecken, Anregungen für den Alltag geben und dazu ermutigen, die eigene Gesundheit bewusst in den Blick zu nehmen.

Es werden ausschließlich hochwertige Bio-Lebensmittel verwendet. Der Kurs findet in einer kleinen Gruppe mit maximal 8 Personen statt. So bleibt ausreichend Zeit für Austausch und Fragen.



**Dozentin: Ingrid Margareta Rudolf**

**Sa. 09.05.26, 9.00 - 12.00 Uhr,**

**1 Termin**

**34.- €, bzw. ermäßigt 28.- €**

**inkl. Lebensmittelpauschale (12.- €).**

---

**Körner-Küche:**

262-49015

## **Gerichte aus alten und neuen Getreidesorten**

Entdecken Sie, wie vielseitig und lecker Getreide sein kann! In diesem Kurs lernen Sie, aus verschiedenen Getreidesorten gesunde Gerichte zuzubereiten.

Freuen Sie sich auf abwechslungsreiche Rezepte, von knusprigem Knäckebrot über Einkornstängle bis hin zu saftigem Vollkornbrot. Auch Hauptgerichte kommen nicht zu kurz: Gemeinsam kochen wir zum Beispiel ein Rote-Bete-Risotto oder ein Grünkern-Rosenkohl-Curry. Zum krönenden Abschluss dürfen süße Köstlichkeiten wie Flammeri oder Crumble nicht fehlen.

Neben dem Kochen erfahren Sie alles Wichtige über die ernährungsphysiologischen Vorteile von Getreide und wie Sie es leicht in Ihren Alltag integrieren können. Praktische Tipps und Tricks für Einkauf und Zubereitung runden den Kurs ab.



**Dozentin: Monika Haspel**

**Di. 19.05.26, 18.45 - 21.45 Uhr,**

**1 Termin**

**33.- €, bzw. ermäßigt 27.- €**

**inkl. Lebensmittelpauschale (13.- €).**

**neu**

---

**Wie süß darf's sein?**

262-49413

**Macht Haushaltszucker glücklich,  
süchtig oder krank?**



**Dozentin: Ingrid Margareta Rudolf**

**Sa. 09.05.26, 13.00 - 16.00 Uhr,**

**1 Termin**

**30.- €, bzw. ermäßigt 24.- €**

**inkl. Lebensmittelpauschale (8.- €).**

**Kräuterführung:**

262-49611

## **Frische Luft trifft „wilde Kräuter“**

Von „After Eight á la Wiese“ bis Waldmeisterbowle

Erleben Sie Wildkräuter mit allen Sinnen!

Bei jeder Kräuterführung werden saisonale Pflanzen entdeckt, bestimmt und ihre Nutzungsmöglichkeiten vorgestellt.

Unsere zertifizierte Kräuterpädagogin gibt praxisnahe Tipps zur sicheren Erkennung und der vielfältigen Verwendung der ausgewählten Kräuter. Jede Führung widmet sich einem besonderen Thema.

Bei der Kräuterführung im Mai lernen Sie Wildkräuter kennen, die zum Aromatisieren geeignet sind (z. B. Gundermann oder Waldmeister).

Die Strecke beträgt ca. 3 km und führt teilweise querfeldein, sowie auf Wald- und Wiesenwegen. Bitte beachten Sie, dass die Wege nicht barrierefrei sind. Es wird festes Schuhwerk und dem Wetter angepasste Kleidung empfohlen.



**Dozentin: Antje Körber**

**Do. 21.05.26, 17.00 - 18.30 Uhr,**

**1 Termin**

**13.- €, bzw. ermäßigt 10.- €**

**Westafrikanisches Trommeln:**

262-51820

## **Anfängerkurs für alle mit Rhythmus im Blut**

In diesem Kurs erwartet Sie mehr als nur Musikunterricht. Lernen Sie verschiedene Trommeltechniken kennen und die afrikanischen Trommelnoten lesen und spielen.

Mit viel Spaß und Freude wollen wir Körper, Geist und Motorik mit unterschiedlichen afrikanischen Trommelrhythmen in Einklang bringen und unser Rhythmusgefühl schulen. Durch das gemeinsame Trommeln vieler weltbekannter Rhythmen können Sie im Kurs ein außergewöhnliches Gemeinschafts- und Lebensgefühl erfahren.

Wenn Sie Musik lieben – perfekt! Für diesen Kurs benötigen Sie keine anderen Voraussetzungen!

Dieser Kurs ist als Kleingruppe geplant (maximal 8 Personen).



**Dozent: Lothar Schmidt**

**Mi. 06.05. - 24.06.26, 20.00 - 21.00 Uhr,**

**8 Termine**

**53.- €, bzw. ermäßigt 39.- €**

**inkl. Leihgebühr für Trommeln (5.- €).**



## Kreatives Aquarellmalen: Grundlagen und Techniken

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der Aquarellmalerei und entdecken Sie die vielfältigen Ausdrucksmöglichkeiten dieser wunderbaren Kunstform!

Unser Aquarellkurs bietet Ihnen die perfekte Gelegenheit, in einer inspirierenden Gemeinschaft Gleichgesinnter kreativ zu werden. Hier können Sie ohne Leistungsdruck Ihre künstlerischen Fähigkeiten entfalten und sich vom Austausch mit anderen Teilnehmenden beflügeln lassen.

In diesem Kurs erlernen Sie die theoretischen und praktischen Grundlagen der Aquarellmalerei. Unsere erfahrene Kursleiterin zeigt Ihnen, wie Sie mit einfachen Mitteln stimmungsvolle Bilder gestalten können. Themen wie Bildaufbau, Landschaften, Blüten und Blätter stehen im Mittelpunkt des Kurses und bieten Ihnen abwechslungsreiche Motive.

Sie werden den Umgang mit dem Pinsel üben und das richtige Verhältnis von Wasser und Farbe kennenlernen. Entdecken Sie das Geheimnis der Leichtigkeit der Aquarellfarbe, die Ihren Bildern einen besonderen Zauber verleiht.

Egal ob Sie schon Erfahrung mit dem Aquarellmalen haben und gerne Tipps zur Verbesserung Ihrer Technik möchten, oder erst mit der Malerei beginnen möchten – dieser Kurs bietet eine Vielfalt von Möglichkeiten. Erleben Sie die Freude am kreativen Schaffen und lassen Sie uns gemeinsam die Welt der Aquarellmalerei erkunden!



**Dozentin: Elke Mannke**  
**Mo. 04.05. - 06.07.26,**  
**9.30 - 12.00 Uhr, 6 Termine**  
**93.- €, bzw. ermäßigt 66.- €**

262-52101



**Dozentin: Elke Mannke**  
**Do. 07.05. - 09.07.26,**  
**18.00 - 20.30 Uhr, 6 Termine**  
**93.- €, bzw. ermäßigt 66.- €**

262-52104

---

**Intuitives Malen:**

262-52110

**Acryl-Mischtechniken auf Leinwand**

Ein Kurs für Frauen



**Dozentin: Christa Stiegler**

**Fr. 08.05. - 12.06.26, 10.00 - 12.15 Uhr,**

**4 Termine**

**84.- €, bzw. ermäßigt 59.- €**

---

**Intuitives Malen:**

262-52111

**Acrylmischtechniken auf Leinwand**

„Stilles Reifen“



**Dozentin: Christa Stiegler**

**Sa. 09.05.26, 13.45 - 17.00 Uhr,**

**1 Termin**

**33.- €, bzw. ermäßigt 23.- €**



---

**Gelassen durch den Alltag**  
**Stress bewältigen und Resilienz stärken**  
Online-Kurs

262-63111



**Dozent: Matthias Dahms**  
**Do. 07.05.26, 18.30 - 21.30 Uhr,**  
**1 Termin**  
**65.- €, bzw. ermäßigt 56.- €**  
**inkl. Trainingsbuch zum Kurs.**  
**Anmeldeschluss: 30.04.26**

---

**Endlich eine Wohnung finden!**  
**So wirst du als Mieter/in ausgewählt**  
Online-Kurs

262-63413



**Dozent: Matthias Dahms**  
**Mo. 18.05.26, 18.30 - 21.30 Uhr,**  
**1 Termin**  
**65.- €, bzw. ermäßigt 56.- €**  
**inkl. Trainingsbuch zum Kurs.**  
**Anmeldeschluss: 11.05.26**

neu

---

**Barrierefreiheit und Inklusion im Netz:**  
**Wo stehen wir in Deutschland?**  
Online-Vortrag aus der Reihe Demokratie im Gespräch

262-63714



**Dozent: N.N.**  
**Mi. 20.05.26, 19.00 - 20.00 Uhr,**  
**1 Termin**  
**Die Veranstaltung ist kostenlos.**  
**Anmeldung erforderlich!**  
**Anmeldeschluss: 18.05.26**



---

## In der Nähe: Vom politischen Wert einer ostdeutschen Sehnsucht

262-63901

Online-Vortrag aus der Reihe vhs.wissen live



**Dozent: Dr. Simon Strauß**  
**Mi. 20.05.26, 19.30 - 21.00 Uhr,**  
**1 Termin**



**Die Veranstaltung ist kostenlos.**  
**Anmeldung erforderlich!**  
**Anmeldeschluss: 12.05.26**

---

## Köstliche Überraschungen zum Muttertag

262-74911

für Kinder ab 8 Jahren

Du möchtest deiner Mama zum Muttertag eine besondere Freude machen? In diesem Kurs zaubern wir gemeinsam süße Leckereien, die sich wunderbar verschenken lassen.

Unter der Anleitung unserer Kursleiterin lernen die Kinder Schritt für Schritt, wie aus einfachen Zutaten kleine Köstlichkeiten entstehen. Gemeinsam wird geknetet, gerührt und verziert – der Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt.

Natürlich darf auch probiert werden: Neben den Geschenken für Mama bereiten die Kinder eine kleine Leckerei zu, die sie direkt im Kurs genießen können.

Der Kurs macht nicht nur Spaß, sondern fördert auch Kreativität und Teamgeist. In kleinen Gruppen arbeiten die Kinder zusammen, tauschen Ideen aus und entdecken, wie viel Freude das Backen und Zubereiten von süßen Überraschungen macht.



**Dozentin: Petra Müller**  
**Fr. 08.05.26, 14.00 - 17.30 Uhr,**  
**1 Termin**  
**28.- € (bereits ermäßigte Gebühr)**  
**inkl. Lebensmittelpauschale (10.- €).**

## Wir suchen Sie!

Verstärken Sie unser Team –  
unterrichten Sie freiberuflich  
an Ihrer vhs!

**Werden Sie Trainer/in  
für Anfängerschwimmen  
und/oder Aqua-Fitness**



**Jetzt direkt bewerben!**  
[ogy.de/vhs-bewerben](https://ogy.de/vhs-bewerben)

## Jetzt anmelden zu unserem Newsletter!

Nichts mehr verpassen:  
keine Aktion, keinen Anmelde-  
start, kein Kurs-Highlight. Wie?  
QR-Code scannen, anmelden –  
und schon sind Sie dabei!



Was uns wichtig ist: Wir möchten Sie  
informieren, nicht bedrängen! Deshalb  
versenden wir lediglich ein bis zwei  
Newsletter pro Monat.

[ogy.de/vhs-newsletter](https://ogy.de/vhs-newsletter)

