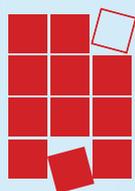
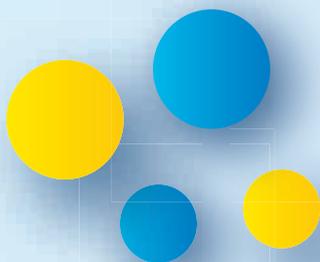
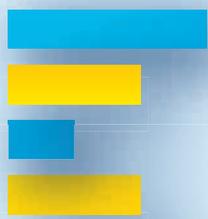


Volkshochschule Essen

Herbst 2025

Semesterprogramm



Volkshochschule
Essen

Jetzt
anmelden



Geschlechtergleichheit

JungeVHS!

Mappenkurs:

Portfolio-Entwicklung für Kunst- und Designstudiengänge

252.2E040R Oliver Hinzmann, VHS

Di, 15:30-18:30 Uhr, 28.10.2025, 12x, 163 €

Workshop für Kinder: Arbeit im Schwarz-Weiß-Fotolabor

252.2E050R Katrin Lingen, VHS

Sa, 12-15 Uhr, 17.01.2026, 26 €

Cajon zum Selberbauen

252.2G260G Martin Hesselbach, VHS

So, 10-13 Uhr, 28.09.2025, 87 €

Cajon spielen für Einsteiger/-innen

252.2G261G Martin Hesselbach, VHS

So, 14-17 Uhr, 28.09.2025, 22 €

Albanische Volkstänze

252.2H203G Teuta Gashi, VHS

Fr, 18:15-19:45 Uhr, ab 15.09.25, 13x, 86 €

WHS Jugend-Vortrag: Space – The Final Frontier

252.3E190B Dr. Nina Schaller, Sternwarte (Schuir)

Fr, 20-21:30 Uhr, 12.12.2025, 0 €

WHS Kinder-Vortrag: Per Anhalter durch unser Weltall

252.3E194B Martina Mouson, Sternwarte (Schuir)

Fr, 17-18:30 Uhr, 07.11.2025, 0 €

Kreativ – Spanisch lernen beim Malen und Zeichnen (11–15 Jahre)

252.4S070M Dora Vonderbank, VHS

Mi, 15-17:30 Uhr, 24.9.2025, 15x, 166 €

WHS Kinder-Vortrag: Bundesweiter Vorlesetag – eine Raummission für Kinder

252.3E196B Alexandra Piworun, Sternwarte (Schuir)

Fr, 17-18:30 Uhr, 21.11.2025, 0 €

WHS Kinder-Vortrag: Per Anhalter durch unser Weltall

252.3E198B Martina Mouson, Sternwarte (Schuir)

Fr, 17-18:30 Uhr, 19.12.2025, 0 €

Sicherheit im Umgang mit der deutschen Rechtschreibung und Grammatik – online

252.4A234R S. Sherin Mocek, online

Mi, ab 24.09.2025, 19:15-20:45 Uhr, 14x, 70 €

10-Finger-Tastschreiben Basics für Schüler/-innen von 11–17 Jahren

252.5A020K N. N., VHS

Mo-Do, 10-12 Uhr, 13.-16.10.2025, 57 €

252.5A022K N. N., VHS

Mo-Do, 12:30-14:30 Uhr, 13.-16.10.2025, 57 €

Künstliche Intelligenz für Schüler/-innen von 10–15 Jahren

252.5A096H Vesna Roos, VHS

So, 10-14 Uhr, 09.11.2025, 25 €

Programmieren mit SCRATCH für Schüler/-innen von 10–15 Jahren

252.5A098H Dilek Salduz, VHS

Sa/So, 10-14 Uhr, 17./18.01.2026, 48 €



Gleichberechtigt lernen, leben, gestalten Semesterschwerpunkt: Geschlechtergleichheit

Gleichstellung ist kein Nice-to-have. Sie ist ein Menschenrecht und das fünfte der 17 Ziele für nachhaltige Entwicklung der Vereinten Nationen. Als Volkshochschule machen wir deutlich: Bildung ist ein Schlüssel dazu.

Im Herbstsemester 2025 stellen wir die Frage: Was bedeutet Geschlechtergleichheit heute – ganz praktisch, im Alltag, im Beruf, in der Familie? Und wie können wir gemeinsam daran arbeiten, dass Klischees, Rollenerwartungen und strukturelle Benachteiligungen keinen Platz mehr haben?

Wir alle gewinnen, wenn Familie und Beruf miteinander vereinbar sind – ohne dass jemand zurückstecken muss. Wenn Jungen lernen, über Gefühle zu sprechen, ohne dafür belächelt zu werden. Wenn Väter selbstverständlich Elternzeit nehmen und Frauen keine Rechtfertigungen für Karriere mehr brauchen. Wenn niemand sich beweisen muss.

Unser Programm beleuchtet all das aus unterschiedlichen Perspektiven. In Kursen zu Finanzbildung für Frauen, Körperpräsenz, Selbstverteidigung, Mental Load und beruflicher Kommunikation. In Vorträgen über Frauen in der Raumfahrt, Hexenverfolgung in Essen oder Rente und Pflegevorsorge. Und in Kulturformaten wie „Brot und Rosen“ oder „Sophisticated Ladies“, die weibliche Stimmen sichtbar machen.

Wir laden Sie ein: Erleben Sie Bildung, die stärkt. Für alle Geschlechter. Für eine gerechtere Gesellschaft.



Herzlich
Sophia Schmidt und Stephan Rinke

SEMESTER HERBST 2025/2026 (15.9. BIS 16.2.) – ANMELDUNG UND TERMINE

Stadt Essen
Volkshochschule Essen
Hauptgebäude (VHS)
Burgplatz 1
45127 Essen



Kulturforum (Steele)
Dreiringstraße 7
45276 Essen



WIR SIND FÜR SIE DA

Öffnungszeiten:

Montags bis freitags
von 8:30 bis 20:30 Uhr,
in den Schulferien bis 15 Uhr.

Auskünfte/Anmeldungen:

An der Infotheke im Foyer montags bis freitags
von 8:30 bis 20:30 Uhr oder
bei den Service-Teams montags bis donnerstags
von 10 bis 12 Uhr und
von 14 bis 15 Uhr,
freitags von 10 bis 12 Uhr.

Unsere Hotline
0201 88-43100

Fax: 0201 88-43003
info@vhs.essen.de
www.vhs-essen.de

**Wir sind auch am
Wochenende für Sie da...**

27. und 28. September
8. und 9. November
29. und 30. November
17. und 18. Januar 2026

Unterrichtsfreie Tage:

14. Juli bis 26. August
Sommerferien

13. bis 24. Oktober
Herbstferien

22. Dezember 2025 bis 6. Januar 2026
Weihnachtsferien

Die VHS ist geschlossen am:

4. bis 22. August
Sommerferien

3. Oktober
Tag der deutschen Einheit

1. November
Allerheiligen

22. Dezember 2025 bis 1. Januar 2026
Betriebsferien

Bildungsurlaub

Bildungsurlaub – Ihr gutes Recht!

Bildungsurlaub bietet Arbeitnehmenden die Möglichkeit, sich während der Arbeitszeit weiterzubilden. Jede in Nordrhein-Westfalen angestellte Person hat Anspruch auf bis zu fünf Tage Bildungsurlaub pro Jahr. Unsere nachstehenden Veranstaltungen sind alle als Bildungsurlaub anerkannt:

- **Rechtsprechung im Ehrenamt: Fortbildung für Schöffinnen und Schöffen**
252.1D274K Lehrkräfteteam, VHS
Mo-Mi, 10-17 Uhr, 01.-03.12.2025, 103 €
- **Ruhrgebiet im Wandel (mit Busexkursion)**
252.2A120N Christoph Wilmer
Mo, 9-16:30 Uhr, ab 17.11.2025, 5x, 169 €
- **Ruhrgebiet im Wandel**
252.2A122N Christoph Wilmer
Mo, 9-16:30 Uhr, ab 01.12.2025, 5x, 119 €
- **Fotografieren und Filmen mit dem Smartphone**
252.2E008R Roland Artur Berg
Kulturforum (Steele)
Mo-Mi, 9:30-16:30 Uhr, 9.-11.02.2026, 3x, 168 €
- **Bildbearbeitung mit Adobe Photoshop CS 6-Ebenentechnik**
252.2E009R Thomas Bocian, VHS
Mo-Fr, 9-16 Uhr, ab 26.01.2026, 5x, 320 €
- **Professionelle Bildbearbeitung mit Affinity Photo 2 – Wochenkurs**
252.2E010R Thomas Bocian, VHS
Mo-Fr, 9-16 Uhr, ab 19.01.2026, 5x, 320 €
- **Diversity-Kompetenz für Alltag und Berufsleben. Eine kreative Erarbeitung**
252.2J109G Diyana Nicolaus, VHS
Mo-Fr, 9-16 Uhr, 5x, ab 06.10.2025, 250 €
- **Kreativer Ausdruck, Selbstwahrnehmung und nonverbale Kommunikation**
252.2H109G Elisabeth Lepsius,
Folkwang Musikschule
Mo-Mi, 10-16:30 Uhr, 20.-22.10.2025, 150 €
- **Fortbildung Focusing und Arbeit mit dem Inneren Team**
252.3C336B Bruno Martin, VHS
Mo-Fr, 9:30-17 Uhr, ab 26.01.2026, 5x, 200 €
- **Lebensmuster und Schattenthemen verwandeln**
252.3C338B Bruno Martin, VHS
Mo-Fr, 9:30-17 Uhr, ab 09.02.2026, 5x, 200 €
- **Stressbewältigung mit Yoga**
252.3C340B Brigitte Gareis, VHS
Mo-Fr, 9-16:30 Uhr, ab 08.09.2025, 5x, 200 €
- **English Refresher B1 Business – Boot Camp I**
252.4G122E Frank Rehfeldt, VHS
Mo-Fr, 9:30-16 Uhr, ab 01.12.2025, 221 €
- **English Refresher B1 Business – Boot Camp II**
252.4G124E Frank Rehfeldt, VHS
Mo-Fr, 9:30-16 Uhr, ab 26.01.2026, 221 €
- **Heads Up! – Spoken English for Business**
252.4G128E Kirsten Grunau-Endemann, VHS
Mo-Fr, 9-15 Uhr, ab 03.11.2025, 221 €
- **English Refresher B2 Business – Boot Camp I**
252.4G130E Kirsten Grunau-Endemann, VHS
Mo-Fr, 9-15:30 Uhr, ab 06.10.2025, 221 €
- **Bildungsurlaub: English Refresher B2 Business – Boot Camp II**
252.4G132E Kirsten Grunau-Endemann, VHS
Mo-Fr, 9-15:30 Uhr, ab 24.11.2025, 221 €
- **Niederländisch I – für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse**
252.4N018M Silvia Wrede, VHS
Mo-Fr, 9-16 Uhr, ab 10.11.2025, 165 €
- **Spanisch I**
252.4S002M Cristina Canullo
Kulturforum (Steele)
Mo-Fr, 9-15 Uhr, ab 17.11.2025, 5x, 150 €
- **Spanisch II**
252.4S003M Cristina Canullo
Kulturforum (Steele)
Mo-Fr, 9-15 Uhr, ab 24.11.2025, 5x, 150 €
- **Spanisch III**
252.4S004M Cristina Canullo
Kulturforum (Steele)
Mo-Fr, 9-15 Uhr, ab 01.12.2025, 5x, 150 €
- **Spanisch II**
252.4S006M Silvia Wrede, VHS
Mo, 9-16 Uhr, 5x, ab 19.01.2026, 160 €
- **Microsoft Office Grundlagen im Büroinsatz**
252.5A305H Vesna Roos, VHS
Do/Fr, 9-16:30 Uhr, 11./12./18./19.12.2025, 179 €
- **Einführung in HTML und CSS**
252.5A512H Niklas Kanthak
Mo-Do, 08.-11.12.2025, 9:00-16:30 Uhr, 205 €
- **WordPress: Redaktion, Administration, Design**
252.5A556H Niklas Kanthak, VHS
Mo-Mi, 9-16:30 Uhr, 17.-19.11.2025, 160 €
- **Einführung in die Programmierung mit JavaScript**
252.5A630H Niklas Kanthak, VHS
Mo-Do, 9-16:30 Uhr, 12.-15.01.2026, 245 €
- **Python-Programmierung: Von den Grundlagen zur Praxis**
252.5A640H Ralf Bendig, VHS
Mo-Fr, 9-16:30 Uhr, 15.-19.09.2025, 220 €
- **Machine Learning mit Python**
252.5A648H Ralf Bendig, VHS
Mo-Fr, 9-16:30 Uhr, 10.-14.11.2025, 220 €
- **Anwendung Generativer KI mit Python**
252.5A649H Ralf Bendig, VHS
Mo-Fr, 9-16:30 Uhr, 09.-13.02.2026, 220 €
- **Coding und Kreativität mit Typescript: Euer Quiz-Wettrennen**
252.5A680H Torsten Bolgehn, Kulturforum (Steele)
Fr/Sa, 9-15 Uhr, 30./31.01. & 06./07.02.2026, 155 €
- **Intensivkurs praktische Rhetorik**
252.5C018K Dr. Michael Gille, VHS
Di-Fr, 9-16 Uhr, 04.-07.11.2025, 160 €
- **Auftreten mit Ausstrahlung: Stimme und Körpersprache erfolgreich einsetzen**
252.5C022K Sarah Künne, Kulturforum (Steele)
Mo-Do, 10-17 Uhr, 03.-06.11.2025, 165 €
- **So machen Sie Eindruck: Stimme – Sprechen – Körpersprache**
252.5C024K Sarah Künne, Kulturforum (Steele)
Mi-Fr, 9:30-16:30 Uhr, 18.-20.02.2026, 127 €
- **Flipchart-Profi: Kreative Präsentationen mit „Hallo-Effekt“ erstellen!**
252.5C030K Eva Grieskamp, VHS
Di-Fr, 10-17 Uhr, 09.-12.12.2025, 210 €
- **Mit NLP erfolgreicher kommunizieren im Beruf**
252.5C040K Dr. Michael Gille, VHS
Di-Fr, 9-16:15 Uhr, 20.-23.01.2026, 186 €
- **Stand.Punkt! Standpunkte vertreten und Gespräche gekonnt meistern**
252.5C042K Dr. Michael Gille, VHS
Di-Fr, 9-16 Uhr, 16.-19.12.2025, 186 €
- **Der Typ nervt mich! – Rhetorische Kommunikation mit schwierigen Menschen**
252.5C046K Dr. Michael Gille, VHS
Di-Fr, 9-16 Uhr, 18.-21.11.2025, 186 €
- **Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg**
252.5C052K Sabine Sauerborn, Kulturforum (Steele)
Mo-Fr, 9:30-17 Uhr, 10.-14.11.2025, 202 €
252.5C054K Sabine Sauerborn, VHS
Mo-Fr, 9:30-17 Uhr, 02.-06.02.2026, 202 €
- **Mit Empathie zum Miteinander: Gewaltfreie Kommunikation im Alltag**
252.5C056K Zelal Kisin, VHS
Mo-Fr, 9:30-17 Uhr, 27.-31.10.2025, 202 €
- **Einführung in die systemische Gesprächsführung im Coaching**
252.5C060K Tina Lachner, VHS
Mi-Fr, 9-17 Uhr, 21.-23.01.2026, 143 €
- **Praktische Grundlagen der personenzentrierten Gesprächsführung nach Carl Rogers**
252.5C062K Christiane Hellwig, VHS
Mo-Fr, 10-17 Uhr, 09.-13.02.2026, 244 €
- **Grundlagen der Beratungsarbeit**
252.5C064K Susanne Marx, VHS
Mi-Fr, 9:30-17 Uhr, 17.-19.12.2025, 166 €
- **Vorbereitungslehrgang zur Ausbilder-eignungsprüfung (IHK)**
252.5C280K Lehrkräfteteam, VHS
Mo-Sa, 9-17 Uhr, 24.-29.11.2025, 429 €
252.5C282K Lehrkräfteteam, VHS
Mo-Sa, 9-17 Uhr, 12.-17.01.2026, 429 €
- **Einführung in die Mediation: Wie löse ich Konflikte kompetent und dauerhaft?**
252.5C491K Maria Nacke-Viedenz, VHS
Mo-Do, 9:30-16:30 Uhr, 08.-11.12.2025, 173 €
- **Projektmanagement – Realisieren von Projekten im Team**
252.5D020K Dr. Daniel Zerweck, VHS
Mo-Mi, 10-17 Uhr, 10.-12.11.2025, 138 €
- **Besser Schreiben im Beruf: klar, verständlich, wirkungsvoll**
252.5D046K Christiane Biederbeck,
Kulturforum (Steele)
Mi-Fr, 9-15:15 Uhr, 17.-19.12.2025, 129 €
- **Grundlagen der Finanzbuchführung – beim TEST-Sieger gelernt**
252.5D250K Achim Schröder
Mo-Do, 10-17 Uhr, 22.-23.02.2026, 168 €

Tipp: Der Antrag muss rechtzeitig beim Arbeitgeber gestellt werden, sprechen Sie am Besten vor der Anmeldung mit der vorgesetzten Person.



Weitere Infos zu den Kursen und Anmeldung auf www.vhs-essen.de

252...



Kursnummer eingeben und „Enter“

SCHULABSCHLÜSSE

www.vhs-essen.de/schulabschluss



Die VHS Essen bietet die Möglichkeit an, Schulabschlüsse der Sekundarstufe I nachträglich zu erwerben. Die neuen Lehrgänge zum nachträglichen Erwerb des Ersten, des Erweiterten Ersten und des Mittleren Schulabschlusses starten an der VHS Essen wieder ab dem 1. September. Interessierte Personen können sich ab sofort bei uns beraten lassen.

Die Beratungen finden ohne Voranmeldung statt.

- dienstags von 10:30–12:30 Uhr in Raum 4.25 und
- donnerstags von 16:00–18:00 Uhr in Raum 3.12.

Zur Beratung müssen mitgebracht werden:

- die letzten Schulzeugnisse (Abgangs- oder Abschlusszeugnisse),
- ein ausgedruckter tabellarischer Lebenslauf

- sowie ein B1-Deutschzertifikat, wenn keine Schule in Deutschland besucht wurde.

Teilnehmende lernen bei uns in Vormittagslehrgängen von 09:00–14:00 Uhr oder in Turbo-Kursen von 12:30–19:15 Uhr. Damit kann der Mittlere Schulabschluss in maximal vier Semestern erreicht werden. Zugangsvoraussetzung ist die Erfüllung der allgemeinen Schulpflicht.

i Beratung / Programmbereichsleitung

Laura.Skrzypczak@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43219

Fragen zur Anmeldung

Volkan.Ayar@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43137



POLITIK UND GESELLSCHAFT

www.vhs-essen.de/gesellschaft



i Beratung / Programmbereichsleiter

Nikolaos.Georgakis@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43215

Fragen zur Anmeldung

Annette.Volmer@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43102

Der aktuelle Konkurrenzkampf der Mächte. Gefahr eines Weltkrieges?

252.1A034N Dr. Rüdiger Kühn, VHS

Mo, 17:45–19:15 Uhr, ab 15.09.2025, 12x, 52 €

In welcher Gesellschaft leben wir eigentlich?

252.1C000N Dr. Torsten Reters, VHS

Mo, 10–11:30 Uhr, ab 15.09.2025, 12x, 32 €

Transition Town – Essen im Wandel! Treffpunkt für Stadtveränderungen

252.1A050N Verschiedene Moderatoren des

Transition-Town-Teams, VHS

Di, 19–21 Uhr, ab 16.09.2025, 4x, 0 €

Islamische Welt und Dialog mit dem Westen

252.1A048N Dr. Mahmoud Rambod, VHS

Mi, 18:20–19:50 Uhr, ab 17.09.2025, 10x, 21 €

Demokratie unter Druck: Aufstieg rechts-populistischer Bewegungen in Europa

252.1A036N Dr. Rüdiger Kühn, VHS

Fr, 17:45–19:15 Uhr, ab 19.09.2025, 12x, 52 €

Attac Essen – Welche Zukunft ist schon heute möglich?

252.1A058N Birgit Dinkelbach-Schlegel, VHS

Do, 19–21 Uhr, ab 09.10.2025, 5x, 0 €

GESPRÄCHE ÜBER POLITIK UND GESELLSCHAFT



Reden von morgen: „Rausländer – unsere Koffer sind gepackt“

252.1A022N Waslat Hasrat-Nazimi, VHS

So, 11–13 Uhr, 28.09.2025, 0 €

Reden von morgen: „Weibliche Macht neu denken“

252.1A024N Eva Thöne, VHS

So, 11–13 Uhr, 09.11.2025, 0 €

Reden von morgen: „Unverdiente Ungleichheit“

252.1A026N Martyna Linartas, VHS

So, 11–13 Uhr, 30.11.2025, 0 €

Reden von morgen: „Hass – Die Macht eines widerständigen Gefühls“

252.1A028N Şeyda Kurt, VHS

So, 11–13 Uhr, 18.01.2026, 0 €

VORTRÄGE & FILMABENDE

EFF: Die Abschottung Europas und ihre Folgen

252.1A142N Dr. Karem Schamberger, VHS

Mi, 19–21 Uhr, 17.09.2025, 0 €

Transition Town Essen – Filmabend mit Gespräch: „The Human Scale“

252.1A054N Estelle Fritz, VHS

Do, 19–21 Uhr, 30.10.2025, 0 €

EFF: Die Uno als Rahmen für den Aufbau einer Weltfriedensordnung

252.1A144N M. von der Schulenburg, VHS

Mi, 19–21 Uhr, 19.11.2025, 0 €

Transition Town Essen – Vortrag über Friedensgärten

252.1A052N Burcu Eke-Schneider, VHS

Do, 19–21 Uhr, 20.11.2025, 0 €

Gelassenheit: Vortrag zum Tibetischen Buddhismus mit Meditationsanleitung

252.1A065N Oliver Petersen, VHS
Fr, 19-21 Uhr, 21.11.2025, 0 €

EFF: Sneak Lecture – Überraschungsthema

252.1A148N N. N., VHS
Mi, 19-21 Uhr, 14.01.2026, 0 €

Transition Town Essen – Filmabend mit Gespräch: „Und es geht doch ...“

252.1A056N Anna Watterkotte, VHS
Do, 19-21 Uhr, 22.01.2026, 0 €

EINBÜRGERUNGSTESTS

Anmeldungen zum Einbürgerungstest sind nur postalisch (Brief), per E-Mail: Gabriele.Ojstersek@vhs.essen.de, oder siehe: www.vhs-essen.de/einbuergerungstests, möglich. Folgende Termine sind bislang geplant:
25. September, 7. und 30. Oktober, 11. und 27. November, 11. Dezember 2025, 15. und 29. Januar und 10. Februar 2026

GESCHICHTE

Das Byzantinische Reich: Vom Glanz zur Dämmerung (395–1453)

252.1B022N Dr. Rüdiger Kürh, VHS
Mi, 17:45–19:15 Uhr, ab 17.09.2025, 12x, 52 €

Vortrag: Architekturgeschichten aus Essen und Polen

252.1B002N Robert Welzel, VHS
Do, 18–19:30 Uhr, 18.09.2025, 0 €

Vortrag: Essener Kulturschaffende und Kriegspropaganda im Ersten Weltkrieg

252.1B003N Robert Welzel, VHS
Do, 18–19:30 Uhr, 06.11.2025, 0 €

Vortrag: Hexenprozesse in Essen

252.1B004N Claudia Kauertz, VHS
Fr, 18–19:30 Uhr, 05.12.2025, 0 €

Vortrag: Flug in die Vergangenheit – 100 Jahre Essener Geschichte in Luftbildern

252.1B006N Detlef Hopp, VHS
Mi, 18–19:30 Uhr, 21.01.2026, 0 €

Vortrag: Die „Häuserkönige“ – Essener Bauunternehmer als Häuserfabrikanten

252.1B009N Robert Welzel, VHS
Do, 18–19:30 Uhr, 05.02.2026, 0 €

STADTEILGESCHICHTE

Altenessen – Geschichte eines Stadtteils und seiner Bewohner

252.1B046N Christoph Wilmer,
Mo, 18–21:05 Uhr, 7x, ab 08.09.2025, 29 €

Steeler Geschichte

252.1B054N Arnd Hepprich, Kulturforum (Steele)
Mi, 18:45–20:15 Uhr, 8x, ab 17.09.2025, 26 €

Geschichte Stoppenbergs

252.1B056N Dr. Jürgen Nolte, STOPPENBERG,
Altes Rathaus, Stoppenberger Platz 6
Di, 18–20:20 Uhr, 8x, ab 09.09.2025, 26 €

Stadtteilrundgang in Stoppenberg

252.1B058N Dr. Jürgen Nolte,
Sa, 15–17:30 Uhr, ab 20.09.2025, 16 €

PHILOSOPHIE

i Beratung / Programmbereichsleiter
Nikolaos.Georgakis@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43215

Fragen zur Anmeldung

Annette.Volmer@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43102

Einführung ins philosophische Denken

252.1C002N Thomas Holtbernd, VHS
Mi, 16–17:30 Uhr, 15x, ab 17.09.2025, 79 €

Vortrag: Was ist das Wesen des Menschen?

252.1C003N Peter Leitzen, VHS
Mo, 18:30–20 Uhr, 22.09.2025, 0 €

Philosophischer Lektürekurs:

Gemeinsam denken, diskutieren, verstehen

252.1C007N Thomas Holtbernd, VHS
Mo, 16–17:30 Uhr, ab 29.09.2025, 4x, 29 €

Vortrag: Haben Philosophinnen die Welt verändert?

252.1C008N Marit Rullmann, VHS
Di, 18–19:30 Uhr, 03.02.2026, 0 €

Vortrag: Zu einer Philosophie der Stille

252.1C010N Thomas Holtbernd, VHS
Mo, 18–19:30 Uhr, 27.10.2025, 0 €

Das philosophische Gespräch



Das philosophische Gespräch:

Wofür es sich zu denken lohnt

252.1C012N Ina Schmidt, VHS
Do, 18–19:30 Uhr, 18.09.2025, 9 €

Das philosophische Gespräch:

Die psychotische Gesellschaft

252.1C016N Ariadne von Schirach, VHS
Do, 18–19:30 Uhr, 04.12.2025, 9 €

CAFÉ PHILOSOPHIQUE

Immer im Kulturforum in Steele, immer sonntags von 11–13 Uhr, immer anderes. Der Eintritt frei.

Termine: 21. September, 5. und 12. Oktober, 2., 16. und 23. November, 7. und 14. Dezember 2025, 11. und 25. Januar, 1. und 8. Februar 2026

WIRTSCHAFT & VERBRAUCHERTHEMEN

i Beratung / Programmbereichsleiter
Reimund.Evers@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43202

Fragen zur Anmeldung

Annette.Volmer@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43102

Mit dem PV-Balkonkraftwerk selbst Strom produzieren – Grundlagen und Praxistipps

252.1D052K Ansgar Alm, VHS
Mo, 19–20:30 Uhr, 03.11.2025, 0 €

Klimafreundlich heizen mit Wärmepumpen – Grundlagen und Praxistipps

252.1D054K Ansgar Alm, VHS
Mo, 19–20:30 Uhr, 15.12.2025, 0 €

Durchblick im Fördermittel-Dschungel: Doppelt sparen bei der Gebäudesanierung

252.1D062K Hermann-Josef Schäfer, VHS
Mi, 18:30–20:30 Uhr, 19.11.2025, 0 €

Stromrechnung prüfen – Fehler erkennen – Ausgaben senken

252.1D064K Ute Königs, VHS
Mi, 18:30–20:30 Uhr, 26.11.2025, 0 €

Zusammen spielen wir grün:

Nachhaltigkeit beim Rot-Weiss Essen e.V.

252.1D070K T. Capitain, M. Breuer, Ort folgt
Do, 14–16 Uhr, 06.11.2025, 20 €

Fachkräftemangel in Deutschland: Probleme, Ursachen, Lösungsansätze

252.1D076K Prof. Dr. R. Bachmann, VHS
Mo, 19–20:30 Uhr, 19.01.2026, 0 €

RATGEBER GELD

Von Trump-Schocks zu Smart-Investments: Finanzstrategien in unsicheren Zeiten

252.1D170K Dirk Schrief, VHS
Do, 18:30–20 Uhr, 20.11.2025, 0 €

Basics der Geldanlage: Einsteigen mit Strategie und Streuung!

252.1D172K Benjamin Lippe, VHS
Do, 18:30–20 Uhr, 27.11.2025, 0 €

Female Finance: Was Frauen bei Finanzen bevorzugen

252.1D174K Stephan Heuser, VHS
Do, 18:30–20 Uhr, 04.12.2025, 0 €

Ausblick: Tendenzen und Trends der Geldanlage für 2026

252.1D176K Joachim Klein, VHS
Do, 18:30–20 Uhr, 11.12.2025, 0 €

Die eigenen Finanzen nachhaltig ausrichten! – Online-Vortrag

252.1D180K Beate Dünnebacke,
Do, 18:30–20 Uhr, 15.01.2026, 0 €

Das kostet die Pflege im Alter! – Online-Vortrag

252.1D182K Beate Dünnebacke,
Do, 18:30–20 Uhr, 22.01.2026, 0 €

Die Rente ist sicher ... niedriger, als Sie denken! – Online-Vortrag

252.1D184K Marco Langfeldt, online
Do, 18:30–20 Uhr, 29.01.2026, 0 €

Familienfinanzen: über Geld sprechen und Wissen vermitteln – Online-Vortrag

252.1D190K Elvira Hartmeier,
Di, 18:30–20 Uhr, 30.09.2025, 0 €

Finanzpower für Frauen: finanziell unabhängig sein – Online-Vortrag

252.1D192K Elvira Hartmeier,
Do, 18:30–20 Uhr, 09.10.2025, 0 €

Im Alltag sicher bezahlen – Online-Vortrag

252.1D194K Elvira Hartmeier,
Mo, 18:30–20 Uhr, 17.11.2025, 0 €

RATGEBER RECHT

Wie sichere ich mein Haus oder meine Wohnung gegen Einbrecher?

252.1D260K Thomas Hillebrand, VHS
Mo, 18:30–20:45 Uhr, 17.11.2025, 0 €

Praxisprobleme, Rechte und Pflichten rund um die Eigentumswohnung

252.1D262K Anne K. Kitschenberg, VHS
Mo, 18:45-21 Uhr, 17.11.2025, 10 €

Die Kostenverteilung in Wohnungseigentums-gemeinschaften

252.1D264K Anne K. Kitschenberg, VHS
Mo, 18:45-21 Uhr, 01.12.2025, 10 €

Schenken, Erben und Vererben

252.1D270K N. N., VHS
Mo, 19-21:15 Uhr, 24.11.2025, 0 €

Selbstbestimmung durch Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

252.1D272K Christian Methner, VHS
Mo, 18:30-20 Uhr, 10.11.2025, 7 €

Rechtsprechung im Ehrenamt: Fortbildung für Schöffinnen und Schöffen

252.1D274K Lehrkräfteteam, VHS
Mo-Mi, 10-17 Uhr, 01.-03.12.2025, 103 €

Verantwortung übernehmen im Ehrenamt als Schöffin oder Schöffe

252.1D276K Gerd Richter, VHS
Mo, 18:30-20:45 Uhr, 26.01.2026, 9 €

KULTUR

www.vhs-essen.de/kultur



GEMEINSAM KULTUR ERLEBEN

i Beratung / Programmbereichsleiterin

Lydia.Doliva@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43211

Fragen zur Anmeldung

Angelia.Hohloch@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43212



Mehr Infos finden Sie hier:
www.vhs-essen.de/gemeinsam-kultur-erleben

Ein Abend zum Mitmachen

252.2A001G VHS
Do, 18-20 Uhr, 11.09.2025, 0 €

Workshop Elektronische Musik

252.2A002G, Forum Billebrinkhöhe
Sa, 16-17:30 Uhr, 20.09.2025, 0 €

Deutsches Fußballmuseum in Dortmund

252.2A003G Dortmund
Sa, 11-13 Uhr, 04.10.2025, 0 €

Dragshow mit Miss Foxy Bless

252.2A004G Forum Billebrinkhöhe
Sa, 14-16 Uhr, ab 08.11.2025, 0 €

Probenbesuch beim Aalto-Ballett

252.2A005G Aalto
Sa, 09:30-12 Uhr, 06.12.2025, 0 €

Kreativworkshop

252.2A006G VHS
Fr, 17-20 Uhr, 06.12.2025, 0 €

STUDIUM CULTURALE

i Beratung / Programmbereichsleiterin

Lydia.Doliva@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43211

Fragen zur Anmeldung

Annette.Volmer@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43102

Studium Culturale kompakt:

Unsichtbar? Unverzichtbar!

Frauen in Gesellschaft und Kultur

252.2A019G Sigrig Godau, VHS
Mo/Mi, 18-20:30 Uhr, 5x, ab 27.08.2025, 60 €

Studium Culturale:

Humanismus

252.2A020G Sigrig Godau, VHS
Mo, 16-18:30 Uhr, 15x, ab 15.09.2025, 240 €

EXKURSIONEN

i Beratung / Programmbereichsleiter

Nikolaos.Georgakis@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43215

Fragen zur Anmeldung

Annette.Volmer@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43102

Wanderung: Im alten Herrschaftsbereich der Fürstäbtissinnen

252.2A112N Dr. Vera Bücker,
Fr, 11-18 Uhr, 03.10.2025, 22 €

Gemeinsam Essen und Umgebung entdecken – Ein Programm für Ältere

252.2A115N Christoph Wilmer, Ort folgt
Mo, 9-22 Uhr, ab 15.09.2025, 10x, 99 €

252.2A116N Christoph Wilmer, Ort folgt

Di, 10-13:10 Uhr, ab 16.09.2025, 10x, 99 €

Ruhrgebiet im Wandel (mit Busexkursion)

252.2A120N Christoph Wilmer,
Mo, 9-16:30 Uhr, ab 17.11.2025, 5x, 169 €

Ruhrgebiet im Wandel

252.2A122N Christoph Wilmer,
Mo, 9-16:30 Uhr, ab 01.12.2025, 5x, 119 €

LÄNDERKUNDE

Ländervortrag: Grönland: Im Reich der Eisberge

252.2B001N Anuschka Dinter-Mathei, VHS
Do, 18:30-20 Uhr, 25.09.2025, 9 €

Ländervortrag: Helden der Antarktis: Der Wettlauf zum Südpol

252.2B003N Anuschka Dinter-Mathei, VHS
Do, 18:30-20 Uhr, 30.10.2025, 9 €

Vortrag: Cornwall und die Provence

252.2B004N Anuschka Dinter-Mathei, VHS
Do, 18:30-20 Uhr, 22.01.2026, 9 €

Vortrag: Athos – Spirituelles Erbe oder anachronistische Barriere?

252.2B006N Reinhart Thieringer, VHS
Di, 18:30-20 Uhr, 10.02.2026, 9 €

Filmabend: „Ein Lied für Argyris“

252.2B014N Annegret Koch, VHS
Do, 19-20:30 Uhr, 27.11.2025, 0 €

Vortrag: Thrakien

252.2B015N Lothar Hoppen, VHS
Di, 19-20:30 Uhr, 13.01.2026, 0 €

i Beratung / Programm-bereichsleiterin

Johanna.Hellermann@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43214

Fragen zur Anmeldung

Soukaina.Afritit@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43223

Brot und Rosen – Lieder zum Kampf der Frauen für Gleichberechtigung

252.2B090T Walter Weitz, VHS
Fr, 19-21:15 Uhr, 07.11.2025, 13 €

ARCHITEKTUR

i Beratung / Programmbereichsleiterin

Angela.Weber@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43207

Fragen zur Anmeldung

Angelia.Hohloch@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43212

Exkursion: Rund um den Handelshof – Essener Bauten des Architekten Carl Moritz

252.2C033J Robert Welzel, Essen
So, 11-12:30 Uhr, 21.09.2025, 0 €

PLASTISCHES GESTALTEN

Goldschmieden

für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

252.2D105J Janine Awater, VHS
Mi, 9:30-12:40 Uhr, ab 17.09.25, 10x, 160 €

Goldschmieden

für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

252.2D110J Janine Awater, VHS
Do, 18-21:10 Uhr, ab 17.09.2025, 10x, 160 €

Workshop: Schmuck-Werkstatt. für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

252.2D115J Janine Awater, VHS
Sa/So, 10-16:30 Uhr, 27./28.09.2025, 74 €

Workshop: Flakon aus Beton

252.2D116J Barbara Josfeld, VHS
Sa/So, 10-16:30 Uhr, 08./09.11.2025, 88 €

Steinbildhauerei für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

252.2D200J Christina Clasen, Berufskolleg Mitte
Mo, 17:50-21 Uhr, ab 27.10.2025, 10x, 132 €

Steinbildhauerei. Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

252.2D208J Christina Clasen, Berufskolleg Mitte
Fr, 15-18:10 Uhr, ab 31.10.2025, 10x, 132 €

Faszination Ton. Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

252.2D220J Doris Brändlein, VHS
Mo, 9-11:20 Uhr, ab 15.09.25, 15x, 165 €

STU
DIUM
CULT
URALE

GESCHICHTE
LITERATUR
KUNST
PHILOSOPHIE
MUSIK

Faszination Ton.

Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

252.2D223J Doris Brändlein, VHS

Mo, 11:40-14 Uhr, ab 15.09.25, 15x, 165 €

252.2D227J Doris Brändlein, VHS

Mo, 14:20-16:40 Uhr, ab 15.09.25, 15x, 165 €

252.2D230J Doris Brändlein, VHS

Di, 16:50-19:10 Uhr, ab 16.09.25, 15x, 165 €

252.2D231J Doris Brändlein, VHS

Di, 19:30-21:50 Uhr, ab 16.09.25, 15x, 165 €

Intuitives Gestalten mit Ton

für Anfänger/-innen

252.2D233J Nadine Naujoks, VHS

Mi, 16:30-18:50 Uhr, ab 01.10.25, 15x, 148 €

Kleine und große Skulpturen aus Ton für Haus und Garten

252.2D242J Detlef Riedel, VHS

Fr, 9-12:10 Uhr, ab 12.09.2025, 9x, 141 €

NÄHEN WORKSHOPS

Workshop: Nähmaschinenbedienung und kleine Stoffkunde

252.2D317J Sigrid Lachnitt, VHS

Sa/So, 10-15:45 Uhr, 27./28.09.2025, 80 €

Workshop: Nähmaschinenbedienung und kleine Stoffkunde

252.2D318J Sigrid Lachnitt, VHS

Sa/So, 10-15:45 Uhr, 17./18.01.2026, 80 €

Workshop: Nähen kompakt für Fortgeschrittene

252.2D320J Sigrid Lachnitt, Kulturforum (Steele)

Sa, 9:45-16:15 Uhr, 13.09.2025, 40 €

Workshop: Nähen kompakt für Fortgeschrittene

252.2D321J Sigrid Lachnitt, Kulturforum (Steele)

Sa, 9:45-16:15 Uhr, 04.10.2025, 40 €

Workshop: Nähen kompakt für Fortgeschrittene

252.2D322J Sigrid Lachnitt, Kulturforum (Steele)

So, 9:45-16:15 Uhr, 02.11.2025, 40 €

Workshop: Nähen kompakt für Fortgeschrittene

252.2D324J Sigrid Lachnitt, Kulturforum (Steele)

Sa, 9:45-16:15 Uhr, 10.01.2026, 40 €

NÄHEN KURSE

Nähen – Oberteile, Kleider und Röcke.

Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

252.2D332J Sigrid Lachnitt, VHS

Mi, 17:45-20 Uhr, ab 10.09.2025, 12x, 135 €

Nähen – Oberteile, Kleider und Röcke.

Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

252.2D333J Sigrid Lachnitt, Kulturforum (Steele)

Mo, 16:30-18:45 Uhr, ab 08.09.25, 12x, 135 €

Kleidung selber nähen.

Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

252.2D334J Annelore Herzberg, Theodor-Heuss-

Gymnasium (Kettwig)

Mi, 17:30-20:40 Uhr, ab 17.09.25, 15x, 198 €

Schritt für Schritt zum nachhaltigen

Kleidungsstück.

Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

252.2D337J Alexandra Zimmermann, VHS

Di, 17-20:15 Uhr, ab 16.09.2025, 12x, 154 €

Nachhaltiges Nähen

für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

252.2D340J Martina Müsgen, Kulturforum (Steele)

Do, 17:45-20:55 Uhr, ab 11.09.25, 12x, 153 €

Nachhaltiges Nähen

für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

252.2D341J Martina Müsgen, VHS

Do, 9-12:15 Uhr, ab 11.09.2025, 12x, 153 €

BERUFSBEGLEITENDE KURSE IM BEREICH KUNST UND DESIGN



Beratung / Programmbereichsleiterin

Meike.Altenkamp@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43210

Fragen zur Anmeldung

Angelia.Hohloch@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43212

Fotografieren und Filmen mit dem Smartphone

252.2E008R Roland Artur Berg, Kulturforum (Steele)

Mo-Mi, 9:30-16:30 Uhr, 9.-11.02.2026, 3x, 168 €

Bildbearbeitung mit Adobe Photoshop

CS 6 – Ebenentechnik

252.2E009R Thomas Bocian, VHS

Mo-Fr, 9-16 Uhr, ab 26.01.2026, 5x, 320 €

Professionelle Bildbearbeitung mit Affinity

Photo 2 – Wochenkurs

252.2E010R Thomas Bocian, VHS

Mo-Fr, 9-16 Uhr, ab 19.01.2026, 5x, 320 €

SOCIALMEDIA & GESTALTUNG

Workshop: Hashtags, Likes und Follower –

Grundlagen Instagram

252.2E018R Gina Wittlich, VHS

So, 10-16 Uhr, 09.11.2025, 53 €

Instagramschule: Präsent auf Instagram –

Image aufbauen durch starken Content

252.2E020R Xenia Gromak, VHS

Sa/So, 10-17:15 Uhr, 29./30.11.2025, 99 €

Instagramschule: Präsent auf Instagram Teil 2 –

Feedback

252.2E022R Xenia Gromak, VHS

Sa, 10-17:15 Uhr, 17.01.2026, 50 €

BILDBEARBEITUNG WORKSHOPS

Workshop: Photoshop – Grundlagen für Anfänger

252.2E044R Thomas Bocian, VHS

Sa/So, 10-16:45 Uhr, 27./28.09.2025, 138 €

inkl. Kosten für Online-Tutorials

Workshop: Bildbearbeitung mit dem Programm

GIMP1 – Grundlagen

252.2E060R Hans Laczny, VHS

Sa, 9:30-16:30 Uhr, 17.01.2026, 48 €

Workshop: Bildbearbeitung mit dem Raw-Format

– Grundlagen

252.2E078R Hans Laczny, VHS

Sa, 9:30-16:30 Uhr, 27.09.2025, 48 €

FOTOGRAFIE WORKSHOPS

Fotoexkursion: Streetphotography –

Erkunden Sie Rüttenscheid mit Ihrer Kamera!

252.2E030R Uwe Rosik, 55 €

Fr, 26.09.25, 17:45-19:15 Uhr, online

Sa, 27.09.25, 11-16:45 Uhr, Rüttenscheid

Fr, 10.10.25, 17:45-19:15 Uhr, online

Fotoexkursion: Streetphotography –

Erkunden Sie Essen mit Ihrer Kamera!

252.2E031R Uwe Rosik, 55 €

Fr, 31.10.2025, 17:45-19:15 Uhr, online

Sa, 01.11.2025, 11:00-16:45 Uhr, Innenstadt

Fr, 21.11.2025, 17:45-19:15 Uhr, online

Workshop: Ein Wochenende in der Dunkelkammer – Fotolabor

252.2E049R Sebastian van den Akker, VHS

Sa/So, 10-16:30 Uhr, 27./28.09.2025, 126 €

inkl. Materialkosten

Workshop für Kinder:

Arbeit im Schwarz-Weiß-Fotolabor

252.2E050R Katrin Lingen, VHS

Sa, 12-15 Uhr, 17.01.2026, 26 €

Workshop: Die klassische Aktfotografie

252.2E058R Thomas Bocian, VHS

So, 10-17 Uhr, 30.11.2025, 166 €, inkl. Modellkosten

Workshop: Als würde sie schweben!

Levitation-Fotografie mit Fotomodell

252.2E059R Thomas Bocian, VHS

So, 10-17:15 Uhr, 09.11.2025, 58 € + 50 € Modell-

kosten

Workshop: Smartphone-Fotografie –

Die kleinen Geheimnisse gelungener Fotos

252.2E063R Roland Artur Berg, Kulturforum (Steele)

So, 10-16:15 Uhr, 09.11.2025, 75 €

Workshop: iPhone-Fotografie –

Die kleinen Geheimnisse smarterer Fotografie

252.2E069R Roland Artur Berg, Kulturforum (Steele)

So, 10-16:15 Uhr, 07.12.2025, 75 €

Workshop: Beautyfotografie – von Vorbereitung bis Bildbearbeitung

252.2E075R Thomas Bocian, VHS

Sa, 9-17:30 Uhr, 29.11.2025, 60 € + 50 € Modell-

kosten

Workshop: Die High-key & Low-key-Fotografie beim Porträt

252.2E079R Thomas Bocian, VHS

So, 10-17 Uhr, 18.01.2026, 108 €, inkl. Modellkosten

Workshop: Blitzfotografie – technische und gestalterische Grundlagen

252.2E081R Thomas Bocian, VHS

Sa, 10-17:15 Uhr, 17.01.2026, 58 € + 40 € Modell-

kosten

Workshop: 1 x 1 der Fotografie – technische Grundlagen und erste Praxis

252.2E170R Roland Artur Berg, Kulturforum (Steele)

So, 10-16:15 Uhr, 11.01.2026, 68 €

Workshop: Analoge S/W-Fotografie mit Laborarbeit

252.2E198R Ralf Roller, VHS

Sa/So, 10-17 Uhr, 08./09..11.2025, 129 €, inkl. Mate-

rialkosten

FOTOGRAFIE KURSE

Experimentelle Fotografie – Kreativität jenseits der Technik

252.2E202R Karin Christoph, VHS

Mi, 9:30-12:40 Uhr, ab 24.09.25, 9x, 119 €

Fotografie-Aufbaukurs – Fokus: Bildgestaltung

252.2E254R Katrin Lingen, VHS

Mo, 18:30-20:50 Uhr, ab 15.09.2025, 8x, 79 €

Die hohe Kunst der Fotografie – Online und in Präsenz

252.2E262R Tina Delia Umlauf

Mo, 12:00-14:15 Uhr, ab 15.09.2025, 10x, 99 €

Der Weg zur fotografischen Handschrift – Studienkreis

252.2E270R Klaus Baumers, VHS

Do, 18:30-21 Uhr, 8x, ab 18.09.2025, 89 €

Digitalkamera-Einsteigerkurs
252.2E310R Hans Laczny, VHS
Di, 17-19:20 Uhr, ab 16.09.2025, 10x, 111 €

Digitalkamera-Einsteigerkurs
252.2E312R Hans Laczny, VHS
Fr, 16-18:20 Uhr, ab 31.10.2025, 10x, 111 €

DRUCKEN & KALLIGRAPHIE

Workshop: Tetrapak-Radierung – Drucken am Küchentisch mit der Nudelmaschine
252.2F015R Stefanie Scheifler, Kulturforum (Steele)
Sa, 10-17:30 Uhr, 27.09.2025, 45 € + 3 € Materialkosten

Workshop: Tetrapak-Radierung – Drucken am Küchentisch mit der Nudelmaschine
252.2F016R Stefanie Scheifler, Kulturforum (Steele)
Sa, 10-17:30 Uhr, 13.12.2025, 45 € + 3 € Materialkosten

Workshop: Die Kunst der chinesischen Tuschemalerei
252.2F021R Xiaoting Qi, VHS, Sa, 17:45-20 Uhr, 27.09.2025, 15 € + 10 € Materialkosten
252.2F020R Xiaoting Qi, VHS, So, 14:30-18:15 Uhr, 30.11.2025, 25 € + 10 € Materialkosten

Workshop: Lebenslandkarten – Zeichne die Landkarte deines Lebens
252.2F022R Florian Eichhorn, Kulturforum (Steele)
Sa, 10:30-15:45 Uhr, 08.11.2025, 40 € inkl. Materialkosten

Workshop: Einführung in die Kalligraphie
252.2F023R Florian Eichhorn, VHS
Sa, 10:30-15:45 Uhr, 27.09.2025, 40 € inkl. Materialkosten

Workshop: Einführung in die Kalligraphie
252.2F024R Florian Eichhorn, VHS
Sa, 10:30-15:45 Uhr, 17.01.2026, 40 € inkl. Materialkosten

GESTALTEN MIT PAPIER UND PAPPE

Workshop Papierwerkstatt: Papercut – Scherenschnitt... aber mit einem Skalpell
252.2F025R Evangelia Bantiaka, VHS
Sa/So, 10-13:30 Uhr, 27./28.09.2025, 48 €

Workshop: Papparbeiten – Wilde Schnitte, Collagen und abstrakte Formen
252.2F141R Harald Arimont, Kulturforum (Steele)
Sa/So, 10-16 Uhr, 10./11.01.2026, 96 €

ZEICHNEN WORKSHOPS

Workshop: Urban Sketching rund ums Deutschlandhaus
252.2F030R Sascha Gademann
So, 10-16 Uhr, 28.09.2025, 53 €

Workshop: Urban Sketching im Museum Folkwang
252.2F036R Sascha Gademann
So, 10-16 Uhr, 11.01.2026, 53 €

Workshop: Urban Sketching rund um die Kokerei Zollverein
252.2F038R Sascha Gademann
So, 10-16 Uhr, 19.10.2025, 53 €

Workshop: Urban Sketching im Ruhr Museum
252.2F039R Sascha Gademann
So, 10-16 Uhr, 08.02.2026, 53 €

Workshop: Stadtmenschen – Urban Sketching mit Fokus auf Personen
252.2F040R Doris Raecke de Osbahr, Kulturforum (Steele)
Sa, 10-16:30 Uhr, 04.10.2025, 48 €

Workshop: Stadtmenschen – Urban Sketching mit Fokus auf Personen
252.2F041R Doris Raecke de Osbahr, Kulturforum (Steele)
Sa, 10-16:30 Uhr, 24.01.2026, 48 €

Workshop: Porträtzeichnen – Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
252.2F042R Christoph Benedikt Heine, VHS
Sa/So, 10-16 Uhr, 27./28.09.2025, 96 €

Workshop: Porträtzeichnen – Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
252.2F045R Christoph Benedikt Heine, Kulturforum (Steele)
Sa/So, 10-16 Uhr, 06./07.12.2025, 96 €

ZEICHNEN KURSE

Grundkurs Zeichnen – Das Finden der eigenen Linie
252.2F050R Harald Arimont, VHS
Di, 18:40-20:55 Uhr, ab 16.09.25, 15x, 49 €

Aufbaukurs Zeichnen – Neugier auf die eigene künstlerische Entwicklung
252.2F056R Harald Arimont, VHS
Mo, 18:40-20:55 Uhr, ab 15.09.25, 15x, 149 €

MALEN WORKSHOPS



Workshop: Aquarellmalerei – Für Anfänger/-innen
252.2F101R S. Sherin Mocek, VHS
So, 11-17:30 Uhr, 18.01.2026, 48 €

Workshop: Aquarellmalerei – Techniken und Tricks für Anfänger/-innen
252.2F103R Doris Raecke de Osbahr, Kulturforum (Steele)
Sa/So, 11-16:30 Uhr, 22./23.11.2025, 72 €

Workshop: Acryl und Abstraktion – Kreative Freiheit!
252.2F104R Anna Borisova-Emilova, Kulturforum (Steele)
So, 11-17:30 Uhr, 02.11.2025, 48 €

Workshop: Acrylmalerei – Grundlagen
252.2F110R S. Sherin Mocek, Kulturforum (Steele)
So, 11-16:45 Uhr, 09.11.2025, 42 €

Workshop: Farbenpracht der Natur – Abstrakte Blumen in Acryl
252.2F111R Anna Borisova-Emilova, Kulturforum (Steele)
So, 11-17:30 Uhr, 05.10.2025, 48 €

Workshop: Serienhelden ... dem Pinsel freien Lauf lassen.
252.2F112R Anja Steffen, VHS
Sa/So, 10-16:45 Uhr, 08./09.11.2025, 96 €

Workshop: Magische Horizonte – Acryl und Abstraktion
252.2F114R Anna Borisova-Emilova, Kulturforum (Steele)
So, 11-17:30 Uhr, 16.11.2025, 48 €

Workshop: Malen mit Pflanzenfarben
252.2F116R S. Sherin Mocek, Kulturforum (Steele)
So, 11-16:45 Uhr, 19.10.2025, 42 € + 10 € Materialkosten

Workshop: Herbstzauber – Acrylmalerei
252.2F118R S. Sherin Mocek, VHS
So, 11-17:30 Uhr, 28.09.2025, 48 €

Workshop: Tierisch malen lernen – Wie male ich Tiere?
252.2F120R S. Sherin Mocek, Kulturforum (Steele)
So, 11-16:45 Uhr, 08.02.2026, 42 €

Workshop: Traumlandschaften – Acrylmalerei für alle
252.2F130R Anna Borisova-Emilova, Kulturforum (Steele), So, 11-17:30 Uhr, 30.11.2025, 48 €

Workshop: Selbstdarstellungen – Acrylmalerei
252.2F134R Anna Borisova-Emilova, Kulturforum (Steele)
So, 11-17:30 Uhr, 25.01.2026, 48 €

Workshop: Malerei und Meditation – bewusster kreativ sein
252.2F138R S. Sherin Mocek, VHS
Sa, 11-17:30 Uhr, 29.11.2025, 48 €

MALEN KURSE

Von der Idee zum Bild – Malkurs für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
252.2F226R Anna Borisova-Emilova, VHS
Di, 12-15:10 Uhr, ab 16.09.2025, 15x, 198 €

Von Konkret bis Abstrakt – Malkurs für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
252.2F229R Anna Borisova-Emilova, Kulturforum (Steele), Mi, 11-14 Uhr, ab 17.09.2025, 15x, 198 €

Im Farbenspiel der Malerei – Malkurs für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
252.2F230R S. Sherin Mocek, VHS
Fr, 9:45-15 Uhr, ab 19.09.2025, 15x, 198 €

Die wunderbare Welt der Farbe – Malkurs für Fortgeschrittene
252.2F235R Anja Steffen, VHS
Mi, 18-21 Uhr, ab 17.09.2025, 15x, 195 €

Pastellkreide erleben – Farbe, Licht und Ausdruck
252.2F240R Doris Raecke de Osbahr, VHS
Do, 11:30-15 Uhr, ab 18.09.2025, 12x, 156 €

Aquarellieren – Spagat zwischen Zeichnung und Malerei
252.2F250R Robert Horn, VHS
Mo, 11:30-14:40 Uhr, ab 15.09.25, 12x, 156 €

Aquarellieren – Spagat zwischen Zeichnung und Malerei
252.2F252R Robert Horn, VHS
Mo, 17-20:10 Uhr, ab 15.09.2025, 12x, 156 €

Acrylmalerei und „mixed media“ – für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
252.2F256R Notburga Jenny-Niederprüm, Kulturforum (Steele)
Mi, 18:30-21:40 Uhr, ab 17.09.25, 15x, 198 €

Malen mit Ölfarben – Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
252.2F265R Sebastian Walter-Lilienfein, Kulturforum (Steele)
Fr, 14-17 Uhr, ab 19.09.2025, 15x, 198 €

Malen mit Ölfarben – Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
252.2F267R Sebastian Walter-Lilienfein, Kulturforum (Steele)
Fr, 17-20 Uhr, ab 19.09.2025, 15x, 198 €

ORIENTIERUNGSKURSE MALEN & ZEICHNEN

Mappenkurs: Portfolio-Entwicklung für Kunst- und Designstudiengänge

252.2E040R Oliver Hinzmann, VHS
Di, 15:30-18:30 Uhr, 28.10.2025, 12x, 163 €

Künstlerische Praxis – Zeichnung und Malerei

252.2F210R Rainer Engelke, Kulturforum (Steele)
Mo, 15-18:10 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 195 €

Komposition verstehen – Bildaufbau durch Skizze und Analyse

252.2F211R Mojgan Sadeghi Nejat, Kulturforum (Steele)
Mo, 18:30-21:30 Uhr, ab 15.09.25, 15x, 198 €

Zeichnen und Malen lernen – Zeichnung, Aquarell, Acryl- und /oder Ölmalerei

252.2F213R Cornelia Fichtner, Kulturforum (Steele)
Di, 18:40-21:50 Uhr, ab 16.09.25, 12x, 156 €

Kreativwerkstatt: Experimentieren, Erschaffen, Erkennen

252.2F260R Christine Konze, Kulturforum (Steele)
Do, 18:30-21:40 Uhr, ab 18.09.25, 14x, 198 €

MUSIK



Beratung / Programmbereichsleiterin

Lydia.Doliva@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43211

Fragen zur Anmeldung

Angelia.Hohloch@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43212

Gemeinsam Musizieren – Offene Musiksession für alle

252.2G159G Ömer Bektaş, VHS
Mi, 20-21:30 Uhr, ab 17.09.2025, 12x, 0 €

KLASSIK UND JAZZ

Aalto Musiktheater – Was wird gespielt?

252.2G160G Patricia Knebel, Aalto
Do, 18:30-20 Uhr, ab 11.09.2025, 4x, 26 €

All That Jazz:

Sophisticated Ladies – Frauen im Jazz

252.2G180G Dr. Berthold Klostermann, VHS
Di, 17:45-19:15 Uhr, ab 16.09.25, 14x, 105 €

ELEKTRONISCHE MUSIK



Wochenendworkshop: Grundkurs Elektronische Musik und Synthesizer

252.2G188G Lukas Hermann, VHS
So, 10-17 Uhr, 30.11.2025, 49 €

Wochenendworkshop: Vertiefungskurs Elektronische Musik & Synthesizer

252.2G189G Lukas Hermann, VHS
So, 10-17 Uhr, 18.01.2026, 49 €

HÖREN UND GESTALTEN

Hörspaziergang im Grugapark

252.2G190G Verena Hentschel, Gruga
Di, 17-19 Uhr, 23.09.2025, 12 €

Hörspaziergang im Grugapark

252.2G191G Verena Hentschel, Gruga
So, 11-13 Uhr, 28.09.2025, 12 €

Intuitives Malen zu Musik

252.2G192G Verena Hentschel, VHS
Do, 18-21 Uhr, ab 25.09.2025, 5x, 85 €

MUSIKWORKSHOPS AM WOCHENENDE



Vorhang auf! Workshop für Gesang und Bühnenpräsenz

252.2G231G Nora Mosch, Kulturforum (Steele)
Sa/So, 10-17 Uhr, 17./18.01.2026, 240 €

Türkische Musik – Melodien und Tonskalen

252.2G250G Ahmet Bektaş, VHS
Sa, 10-16 Uhr, 08.11.2025, 76 €

Türkische Musik – Rhythmen

252.2G252G Ömer Bektaş, VHS
So, 10-16 Uhr, 09.11.2025, 25 €

Sambatrommeln – Workshop für Einsteiger/-innen

252.2G255G Andreas Brunk, VHS
Sa, 11-15 Uhr, 27.09.2025, 40 €

Sambarhythmen für Trommler/-innen mit Vorkenntnissen

252.2G257G Andreas Brunk, VHS
Sa, 11-15 Uhr, 29.11.2025, 40 €

Cajon zum Selberbauen

252.2G260G Martin Hesselbach, VHS
So, 10-13 Uhr, 28.09.2025, 87 €

Cajon spielen für Einsteiger/-innen

252.2G261G Martin Hesselbach, VHS
So, 14-17 Uhr, 28.09.2025, 22 €

Klavierunterricht:

Meine ersten Klavierstunden

252.2G264G Beate Freis, VHS
Sa/So, 10-11:30 Uhr, 17./18.01.2026, 53 €

Klavierunterricht:

Meine ersten Klavierstunden

252.2G265G Beate Freis, VHS
Sa/So, 12-13:30 Uhr, 17./18.01.2026, 53 €

Ukulele für Anfänger/-innen

252.2G292G Michael Völkel, VHS
So, 10-17 Uhr, 28.09.2025, 55 €

Ukulele für Anfänger/-innen

252.2G294G Michael Völkel, VHS
So, 10-17 Uhr, 18.01.2026, 55 €

Ukulele für Fortgeschrittene

252.2G295G Michael Völkel, VHS
So, 10-17 Uhr, 09.11.2025, 55 €

Ukulele für Fortgeschrittene

252.2G296G Michael Völkel, VHS
So, 10-17 Uhr, 30.11.2025, 55 €

Didgeridoo zum Selberbauen

252.2G293G Anton Nachbauer, VHS
Sa, 10-15 Uhr, 17.01.2026, 34 €

Didgeridoo spielen lernen

252.2G297G Anton Nachbauer, VHS
Sa, 16-18 Uhr, 17.01.2026, 15 €

Indigene Flöte: Ein Kurs zum Selberbauen

252.2G298G Anton Nachbauer, VHS
So, 9:30-15:30 Uhr, 18.01.2026, 42 €

Indigene Flöte: gemeinsames Musizieren

252.2G299G Anton Nachbauer, VHS
So, 16:30-17:30 Uhr, 18.01.2026, 8 €

GUZHENG – CHINESISCHE ZITHER

Workshop: Guzheng – Einführung in die chinesische Zither

252.2G300G Qin Tang, Folkwang Musikschule
So, 15-17 Uhr, 05.10.2025, 14 €

Workshop: Guzheng – Einführung in die chinesische Zither

252.2G301G Qin Tang, Folkwang Musikschule
So, 15-17 Uhr, 16.11.2025, 14 €

Guzheng spielen lernen – Unterricht auf der chinesischen Zither (Kleingruppe)

252.2G302G Qin Tang, Folkwang Musikschule
Mi, 18-19:30 Uhr, ab 29.10.2025, 12x, 150 €

KLAVIER

Meine ersten Klavierstunden

252.2G303G Beate Freis, VHS
Di, 18:30-20 Uhr, ab 09.09.2025, 10x, 180 €

Klavier für leicht Fortgeschrittene

252.2G304G Polina Rosenberg, Kulturforum (Steele)
Mo, 16:30-18 Uhr, 15x, ab 15.09.2025, 260 €

Klavier für Fortgeschrittene

252.2G306G Polina Rosenberg, Kulturforum (Steele)
Mo, 18-19:30 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 260 €

Klavier- und Kammermusik-Meeting – Kursreihe

252.2G307G Annette Laufs, VHS
Di, 19:30-21 Uhr, ab 16.09.2025, 4x, 20 €

Klavier- und Kammermusik-Meeting

Jeder Termin bietet Ihnen die Chance, mit Gleichgesinnten in entspannter Atmosphäre einen musikalischen Beitrag vorzustellen:

252.2G308G Annette Laufs, VHS
Di, 19:30-21 Uhr, 16.09.2025, 6 €

252.2G309G Annette Laufs, VHS
Di, 19:30-21 Uhr, 28.10.2025, 6 €

252.2G310G Annette Laufs, VHS
Di, 19:30-21 Uhr, 16.12.2025, 6 €

252.2G311G Annette Laufs, VHS
Di, 19:30-21 Uhr, 27.01.2026, 6 €

STIMMBILDUNG UND CHÖRE

Stimmbildung – für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

252.2G312G Nora Mosch, Kulturforum (Steele)
Di, 17-18 Uhr, ab 16.09.2025, 12x, 53 €

Stimmbildung in der Gruppe – Fortgeschrittenenkurs

252.2G313G Nora Mosch, Kulturforum (Steele)
Di, 18:15-19:45 Uhr, ab 16.09.25, 12x, 74 €

Bella Voce – Stimmbildung für Anfänger/-innen

252.2G314G Diana Petrova, VHS
Do, 15:50-16:50 Uhr, ab 11.09.25, 12x, 51 €

Neustart: Vokalensemble „Bella Voce“

252.2G320G Diana Petrova, VHS
Do, 17-18:30 Uhr, ab 11.09.2025, 12x, 99 €

Chor Cantaré

252.2G322G Julia Wendel, Kulturforum (Steele)
Do, 19:30-21 Uhr, ab 28.08.2025, 20x, 122 €

Chor „Lieder der Welt“

252.2G332G Jevgeni Vitovski, VHS
Mi, 10-12:15 Uhr, ab 27.08.2025, 17x, 159 €

ENSEMBLES

Blockflötenensemble

252.2G341G Ulrike Diekmann, VHS
Di, 10:45-12:15, ab 09.09.2025, 15x, 95 €

Klezmer-Ensemble für Fortgeschrittene

252.2G350G Dr. M. Weigelt-Liesenfeld, VHS
Fr, 16:30-18 Uhr, ab 12.09.2025, 15x, 164 €

VHS-Jazzcombo

252.2G354G Moritz Micha, VHS
Mo, 18:15-19:45, ab 15.09.2025, 15x, 119 €

VHS-Bigband

252.2G355G Moritz Micha, VHS
Mo, 20-21:30 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 96 €

GITARRE

Gitarrengruppe für Anfänger/-innen

252.2G370G Uli Pergher, Schloss Borbeck
Fr, 18-18:45 Uhr, ab 19.09.2025, 15x, 80 €

Gitarrengruppe für leicht Fortgeschrittene

ca. 2. Semester:
252.2G371G Uli Pergher, Schloss Borbeck
Fr, 19-19:45 Uhr, ab 19.09.2025, 15x, 80 €

ca. 3. Semester:

252.2G372G Uli Pergher, Schloss Borbeck
Fr, 17-17:45 Uhr, ab 19.09.2025, 15x, 80 €

ca. 5. Semester:

252.2G374G Uli Pergher, Schloss Borbeck
Mi, 18-18:45 Uhr, ab 17.09.2025, 15x, 80 €

Gitarrengruppe für Fortgeschrittene

252.2G376G Uli Pergher, Schloss Borbeck
Do, 20-20:45 Uhr, ab 18.09.2025, 15x, 80 €

252.2G382G Uli Pergher, Schloss Borbeck
Mi, 20-20:45 Uhr, ab 17.09.2025, 15x, 80 €

Gitarrengruppe für sehr weit Fortgeschrittene

252.2G388G Uli Pergher, Schloss Borbeck
Mi, 19-19:45 Uhr, ab 17.09.2025, 15x, 80 €

252.2G392G Uli Pergher, Schloss Borbeck
Do, 18-18:45 Uhr, ab 18.09.2025, 15x, 80 €

KONZERTE UND VERANSTALTUNGEN

Konzerte in der VHS – Eintritt frei

Von Klassik bis Jazz: Einmal im Monat treten unsere Kursleitende und Musiker/-innen aus der Region auf.

- 09.11.2025 Jazzkonzert: Licence to Chill
- 30.11.2025 Klavierkonzert: So klingt Weihnachten
- 18.01.2026 Vorhang auf!
- 26.01.2026 VHS Bigband & Jazzcombo
- 30.01.2026 Musik und Sandmalerei: Nacht der Träume

Mehr Infos: <https://vhs.link/konzerte>



TANZ, IMPROVISATION & STRETCHING

Zeitgenössischer Tanz & Tanzimprovisation

252.2H105G Ernest Nurgaliev, Folkwang Musikschule
Fr, 17:30-19 Uhr, 15x, ab 19.09.2025, 96 €

Yoga-Stretching (60 plus)

252.2H106G Ernest Nurgaliev, Folkwang Musikschule
Mi, 11-12 Uhr, 4x, ab 03.09.2025, 20 €

Yoga-Stretching

252.2H107G Ernest Nurgaliev, Folkwang Musikschule
Fr, 19:15-20:15 Uhr, 15x, ab 19.09.25, 65 €

Tanz und Bewegung (60 plus)

252.2H108G Ernest Nurgaliev, Folkwang Musikschule
Mi, 9:30-14:5 Uhr, 4x, ab 03.09.2025, 25 €

Kreativer Ausdruck, Selbstwahrnehmung und nonverbale Kommunikation

252.2H109G Elisabeth Lepsius, Folkwang Musikschule
Mo-Mi, 10-16:30, 20./21./22.10.2025, 150 €

Bewegen und Sein – Fitness mit Freude und Energie

252.2H110G Elisabeth Lepsius, Folkwang Musikschule
Mo, 17:30-18 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 35 €

Bewegen und Sein – Kreative Entwicklung durch Tanzimprovisation & Feldenkrais

252.2H111G Elisabeth Lepsius, Folkwang Musikschule
Mo, 18:10-19:40h, ab 15.09.2025, 15x, 99 €

Bewegen und Sein – Cooldown am Boden mit Feldenkrais

252.2H112G Elisabeth Lepsius, Folkwang Musikschule
Mo, 19:50-20:35h, ab 15.09.2025, 15x, 50 €

Shake it off – Tanz in den Feierabend

252.2H113G Laura Pilat, Folkwang Musikschule
Di, 17:30-18:30, 15x, ab 16.09.2025, 75 €

BALLETT / MODERN / JAZZ / ZUMBA®

Klassisches Ballett für Anfänger/-innen

252.2H115G Veronika Nagy, Folkwang Musikschule
Do, 17:15-18:30 Uhr, ab 18.09.25, 15x, 80 €

Klassisches Ballett für Fortgeschrittene

252.2H116G Veronika Nagy, Folkwang Musikschule
Do, 18:35-20:05 Uhr, 15x, ab 18.09.25, 96 €

Modern Dance

252.2H121G Ernest Nurgaliev, Folkwang Musikschule
Fr, 16-17:15 Uhr, 15x, ab 19.09.2025, 80 €

Modern Dance für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

252.2H122G Harald Schulte, Folkwang Musikschule
Di, 18:45-20:15 Uhr, 15x, ab 16.09.25, 96 €

Jazz-Dance

252.2H123G Veronika Nagy, Folkwang Musikschule
Do, 20:10-21:40 Uhr, 15x, ab 18.09.25, 95 €

Zumba®

252.2H124G Morched Grira, Folkwang Musikschule
Di, 20:30-21:30 Uhr, 15x, ab 16.09.25, 64 €

GESELLSCHAFTSTANZ & PAARTANZ

Gesellschaftstanz für fortgeschrittene Anfänger/-innen (3. Semester)

252.2H130G Stefanie Drensek, VHS
Mo, 20:10-21:40 Uhr, ab 22.09.25, 13x, 130 €

Gesellschaftstanz/Paartanz Mittelstufe 1

252.2H131G Stefanie Drensek, VHS
Mo, 18:30-20 Uhr, ab 22.09.2025, 13x, 130 €

Gesellschaftstanz/Paartanz Mittelstufe 2

252.2H132G Stefanie Drensek, VHS
Fr, 18:30-20 Uhr, ab 26.09.2025, 12x, 120 €

Gesellschaftstanz/Paartanz für Fortgeschrittene

252.2H134G Stefanie Drensek, VHS
Fr, 20:10-21:40 Uhr, ab 26.09.25, 12x, 120 €

Onlinekurs: Paartanz für Anfänger/-innen

252.2H136G Stefanie Drensek, online
8 Einheiten, jederzeit ab 15.09.2025, 49 €

TANZWORKSHOPS AM WOCHENENDE

West Coast Swing

252.2H164G Carsten Schmitz-Grafe, VHS
So, 14-17 Uhr, 09.11.2025, 18 €

Tango Argentino für Anfänger/-innen

252.2H181G André Amberge, Kulturforum (Steele)
So, 15:30-18:30 Uhr, 09.11.2025, 30 €

Tango Argentino für Anfänger/-innen

252.2H183G André Amberge, Kulturforum (Steele)
Mo, 15:30-18:30 Uhr, 15.09.2025, 30 €

Shake it off – Tanz ins Wochenende

252.2H187G Laura Pilat, Folkwang Musikschule
Sa, 10:30-13:30 Uhr, 22.11.2025, 19 €

Tanzimprovisation und Feldenkrais

252.2H188G Elisabeth Lepsius, Folkwang Musikschule
So, 10:30-17 Uhr, 16.11.2025, 35 €

Kreativer Tanz Dialog

252.2H190G Simone Götz, VHS
So, 11-17:30 Uhr, 30.11.2025, 32 €

American Tribal Style zum Auffrischen

252.2H192G Andrea Homersen, Folkwang Musikschule
Sa, 15-18 Uhr, 27.09.2025, 20 €

American Tribal Style zum Auffrischen

252.2H194G Andrea Homersen, Folkwang Musikschule
Sa, 15-18 Uhr, 22.11.2025, 20 €

Linedance für Anfänger/-innen

252.2H195G Norbert Schilke, VHS
Sa, 14-17 Uhr, 08.11.2025, 18 €

TÄNZE AUS ALLER WELT

Albanische Volkstänze

252.2H203G Teuta Gashi, VHS
Fr, 18:15-19:45 Uhr, ab 15.09.25, 13x, 86 €

Internationale Volkstänze

252.2H204G Norbert Schilke, VHS
Do, 18:45-20:15 Uhr, ab 18.09.25, 15x, 96 €

Linedance (Aufbaukurs)

252.2H205G Norbert Schilke, VHS
Mo, 14:15-15:45 Uhr, ab 15.09.25, 15x, 96 €

Videokurs: Traditional Irish Dance

252.2H208G Stefanie Drensek, online
4 Einheiten, jederzeit ab 15.09.2025, 20 €

Griechische Tänze für Anfänger/-innen

252.2H210G Leonidas Efthymiadis, VHS
Di, 18:15-19:45 Uhr, ab 30.09.25, 14x, 108 €

Griechische Tänze für Fortgeschrittene

252.2H213G Leonidas Efthymiadis, VHS
Di, 20-21:30 Uhr, 14x, ab 30.09.2025, 108 €

Bauchtanz für Anfängerinnen mit Vorkenntnissen

252.2H320G Andrea Homersen,
Folkwang Musikschule
Mi, 17-18:30 Uhr, ab 17.09.2025, 15x, 117 €

Linedance-Treff (Niveau: Beginner)

252.2H196G Norbert Schilke / N. N., VHS
Sa, 15-18 Uhr, 29.11.2025, 5 €

SCHAUSPIEL UND THEATER

Diversity-Kompetenz für Alltag und Berufsleben. Eine kreative Erarbeitung

252.2J109G Diyana Nicolaus, VHS
Mo-Fr, 9-16 Uhr, 5x, ab 06.10.2025, 250 €

Schauspielen – Training – Dialogarbeit

252.2J110G Diyana Nicolaus, VHS
Sa/So, 11-17:30 Uhr, 27./28.09.2025, 80 €

Schauspieltraining Monologarbeit

252.2J112G Diyana Nicolaus, VHS
Sa/So, 11-17:30 Uhr, 08./09.11.2025, 80 €

Szenarium – Literatur in Szene (Jahreskurs)

252.2J113G Gabi Dauenhauer, Rüttenscheid
Mo, 19-21:15 Uhr, ab 15.09.2025, 30x, 284 €

Mut zum Sein – Improvisationstheater: Spiel, Humor & Herzenskommunikation

252.2J120G Gisela von Löhneysen, VHS
Mi, 18:15-20:30 Uhr, ab 17.09.25, 15x, 140 €

Workshop: Mut zum Sein (Improvisationstheater)

252.2J124G Gisela von Löhneysen,
Kulturforum (Steele)
Sa, 10-16:30 Uhr, 24.01.2026, 40 €

Workshop: Der Innere Clown – Lebenskünstler und Poet (Improvisationstheater)

252.2J126G Gisela von Löhneysen,
Kulturforum (Steele)
So, 10-16:30 Uhr, 25.01.2026, 60 €

Von der Stückerlektüre zur Aufführungskritik

252.2J142G Andreas Linne, VHS
Mo, 17:45-19:15 Uhr, 15x, ab 15.09.25, 95 €

Workshop: Literatur lebendig vortragen

252.2J174G Josef Schoenen, VHS
Sa/So, 9:30-16:30 Uhr, 29./30.11.2025, 93 €

LITERATUR

Beratung / Programmbereichsleiterin

Lydia.Doliva@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43211

Fragen zur Anmeldung

Annette.Volmer@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43102

Essener Anthologien – Buchpremiere

252.2J198G Dr. Artur Nickel, VHS
Di, 17:30-19 Uhr, 18.11.2025, 0 €

BUCHDRUCK UND ALTE SCHRIFTEN

Exkursion in die Buchbinderei: Vom Zettel zur Bindung – Wie entsteht ein Buch

252.2J201G Regina Klein, Gelsenkirchen
Sa, 10-12:30 Uhr, 27.09.2025, 15 €

Alte Schriften lesen: Fraktur – Kurrent – Sütterlin

252.2J202G Regina Klein, Kulturforum (Steele)
Mi, 17:45-19:15 Uhr, 4x, ab 17.09.2025, 35 €

SCHREIBWORKSHOPS

Workshop: Kreatives Schreiben

252.2J207G Berit Hullmann, VHS
Sa, 10-16 Uhr, 08.11.2025, 35 €

Workshop: Kreatives Schreiben

252.2J210G Berit Hullmann, Kulturforum (Steele)
Sa, 10-16 Uhr, 29.11.2025, 35 €

SCHREIBKURSE

Kreatives Schreiben

252.2J212G Berit Hullmann, VHS
Di, 17:45-19:15 Uhr, ab 16.09.25, 15x, 99 €

Schreibwerkstatt Biografie

252.2J213G Werner Budde, VHS
Di, 9-10:30 Uhr, ab 16.09.2025, 15x, 99 €

Schreibwerkstatt Biografie

252.2J214G Werner Budde, VHS
Di, 10:45-12:15 Uhr, ab 16.09.25, 15x, 99 €

Schreibwerkstatt „Meine Geschichte“

252.2J218G Regina E. G. Schymiczek, Kulturforum
(Steele)
Mi, 17:45-19:15 Uhr, ab 08.10.2025, 5x, 45 €

BUCHKLUBS UND LITERATURKURSE

Klub der sanften Irren

252.2J310G Helmut Bauchmüller, VHS
Di, 19:30-21 Uhr, ab 23.09.2025, 5x, 0 €

Literatur unserer Zeit

252.2J320G Astrid Meirose, VHS
Di, 9-10:30 Uhr, 15x, ab 16.09.2025, 90 €

Literatur unserer Zeit

252.2J324G Ute Hüfken, Schloss Borbeck
Di, 9:30-11:50 Uhr, 12x, ab 16.09.25, 108 €

Literatur unserer Zeit

252.2J333G Lydia Doliva, VHS
Di, 12:30-14 Uhr, 12x, ab 16.09.2025, 74 €

MENSCH, GESUNDHEIT, NATUR UND UMWELT

www.vhs-essen.de/menschundnatur



Beratung / Programmbereichsleiter

Bjoern.Mastiaux@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43200

Fragen zur Anmeldung

Gabriele.Ojstersek@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43206

PSYCHOLOGIE UND LEBENSHILFE

Impulsvortrag: Mental Load

252.3A003B Melanie Hundacker, VHS
Mo, 17-19:15 Uhr, 06.10.2025, 17 €

Workshop: Mentales Wohlbefinden stärken – ohne toxische Positivität

252.3A004B Birgit Hölker-Schüttler, VHS
Sa/So, 10-16 Uhr, 08./09.11.2025, 2x, 60 €

Workshop: „Meine (Selbst-)Zweifel und ich“ – belastende Glaubenssätze

252.3A005B Susanne Marx, VHS
Sa/So, 9:30-17 Uhr, 29./30.11.2025, 2x, 77 €

Workshop: Mit erhobenem Haupt – die Kunst der Selbstwürde auch im Alter

252.3A006B Sabine Geis, Kulturforum (Steele)
Di, 10:45-12:15 Uhr, 11.11.2025, 10 €

Workshop: Freundschaften stärken und pflegen

252.3A008B Theresa Lankes, VHS
Sa/So, 13-17 Uhr, 27./28.09.2025, 2x, 50 €

Workshop: Kindern liebevoll Grenzen setzen

252.3A010B Frauke Stoermer, VHS
So, 10:30-16 Uhr, 28.09.2025, 35 €

Workshop: Stress verstehen, erkennen und bewältigen

252.3A011B Frauke Stoermer, VHS
So, 10:30-14:30 Uhr, 09.11.2025, 25 €

Workshop: Die Macht der Körpersprache – selbstsicher und selbstbewusst

252.3A012B Jennifer Lüning, VHS
Do, 17:45-20:15 Uhr, 22.01.2026, 17 €

Kreativnachmittag zum Jahresende: ein Visionboard gestalten

252.3A014B Birgit Hölker-Schüttler, VHS
Sa, 10-16 Uhr, 29.11.2025, 28 €

Kurzkurs: Therapeutisches Schreiben als Hilfe zur Selbsthilfe

252.3A015B Kerstin Klein, VHS
Mi, 17:45-21 Uhr, ab 14.01.2026, 3x, 60 €

Kurzkurs: Wege mit der Einsamkeit

252.3A016B Michaela Göddenhoff, VHS
Mi, 17:45-19:15 Uhr, ab 12.11.2025, 3x, 26 €

Workshop: Ein Wohlgefühlboard gestalten – kreativ wahrnehmen, was ist

252.3A017B Michaela Göddenhoff, VHS
So, 10-15:30 Uhr, 30.11.2025, 30 €

Workshop: Raus in die Natur – Zuversicht in schweren Zeiten

252.3A018B Melanie Hundacker,
Mo, 17:15-19:45 Uhr, 13.10.2025, 17 €

Film zum Thema Depression: „Die Mitte der Nacht ist der Anfang vom Tag“

252.3A019B Essener Bündnis gegen Depression, VHS
Di, 17:45-20:15 Uhr, 07.10.2025, 0 €

Vortrag zur Woche der seelischen Gesundheit:

Thema Zuversicht

252.3A020B Essener Bündnis gegen Depression, VHS
Mi, 17:30-20 Uhr, 08.10.2025, 0 €

SELBSTHILFE PSYCHIATRIE-ERFAHRENER ESSEN E.V. (SPE)

SPE: Essener Seminar für seelische Gesundheit Termin 1

252.3A021B Peter Kurka, VHS
Do, 17:45-19:15 Uhr, 25.09.2025, 0 €

SPE: Essener Seminar für seelische Gesundheit Termin 2

252.3A022B Peter Kurka, VHS
Do, 17:45-19:15 Uhr, 09.10.2025, 0 €

SPE: Essener Seminar für seelische Gesundheit Termin 3

252.3A023B Peter Kurka, VHS
Do, 17:45-19:15 Uhr, 30.10.2025, 0 €

**SPE: Essener Seminar für seelische Gesundheit
Termin 4**

252.3A024B Peter Kurka, VHS
Do, 17:45-19:15 Uhr, 13.11.2025, 0 €

**SPE: Essener Seminar für seelische Gesundheit
Termin 5**

252.3A025B Peter Kurka, VHS
Do, 17:45-19:15 Uhr, 27.11.2025, 0 €

**SPE: Essener Seminar für seelische Gesundheit
Termin 6**

252.3A026B Peter Kurka, VHS
Do, 17:45-19:15 Uhr, 11.12.2025, 0 €

**SPE: Essener Seminar für seelische Gesundheit
Termin 7**

252.3A027B Peter Kurka, VHS
Do, 17:45-19:15 Uhr, 08.01.2026, 0 €

**SPE: Essener Seminar für seelische Gesundheit
Termin 8**

252.3A028B Peter Kurka, VHS
Do, 17:45-19:15 Uhr, 22.01.2026, 0 €

**SELBSTORGANISATION UND
GEDÄCHTNISTRAINING**

Workshop: Aufräumen – mit System

252.3A034B Meike Suhre, VHS
Sa, 11-18 Uhr, 08.11.2025, 42 €

**Workshop: Sport zur Gewohnheit machen –
Aufbau eines aktiven Lebensstils**

252.3A036B Martin Danel, VHS
Sa, 10-14 Uhr, 17.01.2026, 26 €

**Neustart in den Ruhestand – Was bleibt? Was
geht? Was kommt?**

252.3A038B Eva Grieskamp, VHS
Di, 17:45-21 Uhr, ab 04.11.2025, 4x, 80 €

Gedächtnistraining – Einführung

252.3A040B Winfried Keul, VHS
Mi, 10:45-12:15 Uhr, ab 10.09.2025, 3x, 22 €

**Gedächtnistraining – Einführung kompakt am
Samstag**

252.3A041B Winfried Keul, VHS
Sa, 9-14 Uhr, 27.09.2025, 22 €

Gedächtnistraining – Grundkurs

252.3A042B Winfried Keul, VHS
Mi, 10:45-12:15 Uhr, ab 05.11.2025, 9x, 66 €

Gedächtnistraining mit Vorkenntnissen

252.3A044B Stefan Schulte, VHS
Di, 9-10:30 Uhr, ab 23.09.2025, 14x, 88 €

Gedächtnistraining mit Vorkenntnissen

252.3A046B Stefan Schulte, VHS
Di, 10:45-12:15 Uhr, ab 23.09.2025, 14x, 88 €

Gedächtnistraining mit Vorkenntnissen

252.3A047B Winfried Keul, VHS
Mi, 14:15-15:45 Uhr, ab 10.09.2025, 12x, 76 €

Gedächtnistraining mit Vorkenntnissen

252.3A048B Winfried Keul, VHS
Do, 10:45-12:15 Uhr, ab 11.09.2025, 12x, 76 €

Schach spielen lernen – Einsteiger-Intensivkurs

252.3A050B Michael Peters, VHS
Di, 19:30-21 Uhr, ab 23.09.2025, 6x, 48 €

**Schach spielen lernen – Fortgeschrittenen-
Intensivkurs**

252.3A052B Michael Peters, VHS
Di, 19:30-21 Uhr, ab 25.11.2025, 6x, 48 €

Spielend Bridge lernen – Einstiegskurs

252.3A056B Joachim Markwald, VHS
Fr, 15-17:15 Uhr, ab 10.10.2025, 7x, 74 €

Fortgeschrittenenkurs: Die Reizung beim Bridge

252.3A058B Joachim Markwald, VHS
Fr, 17:30-19:45 Uhr, ab 10.10.2025, 7x, 74 €

**FOREN, VORTRÄGE UND WORKSHOPS
ZU GESUNDHEITSTHEMEN**

**Forum: Expertenrunde Demenz – Diagnose
Demenz: Was dann?**

252.3C002B Verena Krekeler, VHS
Mi, 15:30-17:30 Uhr, 05.11.2025, 0 €

**36. Palliativ-Forum – Thema: Das Lebensende
gestalten**

252.3C004B Marion E. Badem, VHS
Mi, 16-18 Uhr, 19.11.2025, 0 €

Workshop: Atem und Stimme

252.3C012B Sara Ruge, VHS
So, 10:45-17:30 Uhr, 09.11.2025, 60 €

Workshop: Die Kraft des Atems

252.3C014B Andreas R. Crüsemann, VHS
Sa, 14-19 Uhr, 27.09.2025, 45 €

Workshop: Die Kraft des Atems

252.3C016B Andreas R. Crüsemann, VHS
Sa, 14-19 Uhr, 17.01.2026, 45 €

**Workshop: Energiebooster – mit kleinen Schritten
in die Kraft kommen**

252.3C018B Birgit Hölker-Schüttler, VHS
Sa/So, 10-16 Uhr, 17./18.01.2026, 2x, 60 €

**Deutsch-Indische Gesellschaft: Ayurveda bei
Muskel- und Gelenkerkrankungen**

252.3C030B Dr. Syal Kumar, VHS
Fr, 18-20 Uhr, 10.10.2025, 0 €

**Vortrag der Rheuma-Liga Essen: Chronische
Polyarthrit**

252.3C100B Dr. Ulf Butterweck, VHS
Mi, 16-17:30 Uhr, 17.09.2025, 0 €

**Vortrag der Rheuma-Liga Essen: Fußchirurgie –
hallux valgus bis Fersensporn**

252.3C102B Dr. Benjamin Breuer, VHS
Mi, 16-17:30 Uhr, 29.10.2025, 0 €

Workshop: Osteoporose-Vorbeugung

252.3C112B Silke Mayer, Andrea Schwarz, VHS
Do, 16-17:30 Uhr, 27.11.2025, 0 €

Vortrag: Osteoporose – und jetzt?

252.3C116B Andrea Schwarz, VHS
Do, 16-17:30 Uhr, 15.01.2026, 0 €

ERNÄHRUNG

Kurzfilme zum Thema Essstörungen:

„Eine Portion Selbstliebe“

252.3C200B Netzwerk Essstörungen Essen, VHS
Do, 18-20:30 Uhr, 09.10.2025, 0 €

**Workshop: Gemüse fermentieren – nachhaltig
und gesund**

252.3C212B Ingrid Burdack, VHS
Sa, 11-14:45 Uhr, 17.01.2026, 35 €

Wildes Grün – essbare Wildkräuter entdecken:

Spätsommerkräuter

252.3C214B Ingrid Burdack, Kupferdreh
Mi, 10-13 Uhr, 27.08.2025, 14 €

Wildes Grün – essb. Wildkräuter entdecken:

Spätsommerkräuter, Samen, Früchte

252.3C216B Ingrid Burdack, Kupferdreh
Sa, 10-13 Uhr, 13.09.2025, 14 €

Exkursion: Marmelade, Gelee und Tee –

Schmackhaftes vom Mechtenberg

252.3C220B Michael Godau, Kray
Do, 17-20 Uhr, 11.09.2025, 14 €

**Workshop: Puerh-Tees – entlang der alten
Teerouten**

252.3C230B Liyang Sheng, VHS
So, 13:30-16:30 Uhr, 30.11.2025, 28 €

**Workshop: Legendäre Tees – Chinesische Mythen
und Sagen**

252.3C232B Liyang Sheng, VHS
Sa, 13:30-16:30 Uhr, 17.01.2026, 28 €

**Slow Food: Gewürzseminar – der Duft von
Weihnachten und noch mehr**

252.3C240B Michaela Wendel, VHS
Di, 18:30-20 Uhr, 25.11.2025, 0 €

WOHLBEFINDEN IM BERUF

Workshop: Gedächtnistraining für Berufstätige

252.3C302B Tamara Czoske, VHS
Sa, 14-17 Uhr, 27.09.2025, 20 €

**Gedächtnistraining für Berufstätige im
Kulturforum Steele**

252.3C304B Martina Sander, Kulturforum (Steele)
Mi, 17:45-19:15 Uhr, ab 29.10.2025, 8x, 56 €

**Impulsvortrag: Stress – „Ich weiß damit
umzugehen“**

252.3C306B Melanie Hundacker, VHS
Mo, 17-19:15 Uhr, 27.10.2025, 17 €

**Klar, stark und selbstbestimmt – Intensivkurs für
Frauen im Berufsleben**

252.3C330B Jenny Giambalvo-Rode, VHS
Mi-Fr, 09:30-16:30 Uhr, ab 07.01.2025, 3x, 132 €

**Bildungsurlaub: Fortbildung Focusing und Arbeit
mit dem Inneren Team**

252.3C336B Bruno Martin, VHS
Mo-Fr, 9:30-17 Uhr, ab 26.01.2026, 5x, 200 €

**Bildungsurlaub: Lebensmuster und
Schattenthemen verwandeln**

252.3C338B Bruno Martin, VHS
Mo-Fr, 9:30-17 Uhr, ab 09.02.2026, 5x, 200 €

Bildungsurlaub: Stressbewältigung mit Yoga

252.3C340B Brigitte Gareis, VHS
Mo-Fr, 9-16:30 Uhr, ab 08.09.2025, 5x, 200 €

ENTSPANNUNG

Workshop: Klassische Massage

252.3D001B Tina Dudjan, VHS
Sa/So, 14-17 Uhr, 08./09.11.2025, 2x, 49 €

Workshop: Klassische Massage

252.3D002B Tina Dudjan, VHS
Sa/So, 14-17 Uhr, 17./18.01.2026, 2x, 49 €

Workshop: Wenn ich schlafen möchte...

252.3D010B Erika Reimann, VHS
Sa, 10-15 Uhr, 29.11.2025, 42 €

**Workshop: Nacken-Schulter-Kiefer – loslassen
und entspannen**

252.3D020B Heike Marzinek, VHS
Sa, 10-16:30 Uhr, 29.11.2025, 49 €

Autogenes Training

252.3D030B Dagmar Schneider, VHS
Mi, 17:45-19:15 Uhr, ab 29.10.2025, 8x, 72 €

**Progressive Muskelentspannung nach Jacobson im
Sitzen**

252.3D040B Ursula Bartlick, VHS
Di, 18:30-20 Uhr, ab 16.09.2025, 8x, 72 €

Einfach ICH – Ein Wohlfühltag von Kopf bis Fuß

252.3D050B Heike Marzinek, VHS
So, 10-16:30 Uhr, 18.01.2026, 49 €

Workshop: Entspannt und ausgeglichen – unser Nervensystem in Balance

252.3D052B Birgit Hölker-Schüttler, VHS
Sa, 11-16:15 Uhr, 27.09.2025, 24 €

Achtsamkeit und Meditation

252.3D060B Maik Kohlbus, VHS
Mi, 18-19:30 Uhr, ab 17.09.2025, 15x, 98 €

YOGA



Yoga für den Rücken

252.3D100B Joachim Buntrock, VHS
Mo, 9-10:30 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 98 €

Yoga – Beweglichkeit und Kraft erhalten

252.3D102B Joachim Buntrock, VHS
Mo, 10:45-12:15 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 98 €

Yoga am Mittag

252.3D103B Claudia Aßmus, VHS
Mo, 14:40-16:10 Uhr, ab 15.09.2025, 14x, 91 €

Yoga in seiner Vielfalt

252.3D104B Claudia Aßmus, VHS
Mo, 16:30-18 Uhr, ab 15.09.2025, 14x, 91 €

Yoga am Morgen

252.3D110B Joachim Buntrock, VHS
Di, 9-10:30 Uhr, ab 16.09.2025, 15x, 98 €

Yoga mit Vorkenntnissen

252.3D111B Joachim Buntrock, VHS
Di, 10:45-12:15 Uhr, ab 16.09.2025, 15x, 98 €

Hatha-Yoga am Nachmittag

252.3D114B Andrea Hamme, VHS
Di, 16:30-18 Uhr, ab 16.09.2025, 14x, 91 €

Yoga – Bewegung und Ruhe zum Feierabend

252.3D115B Andrea Hamme, VHS
Di, 18:15-19:45 Uhr, ab 16.09.2025, 14x, 91 €

Yoga für Anfängerinnen und Anfänger

252.3D124B Makarand Salaskar, VHS
Mi, 18:15-19:45 Uhr, ab 17.09.2025, 15x, 98 €

Yin-Yoga für „Eulen“

252.3D126B Makarand Salaskar, VHS
Mi, 20-21 Uhr, ab 17.09.2025, 15x, 77 €

Yoga am Vormittag im Kulturforum Steele

252.3D130B Sarah Mollenhauer, Kulturforum (Steele)

Do, 10:45-12 Uhr, ab 28.08.2025, 6x, 39 €

Vinyasa-Yoga für leicht Fortgeschrittene

252.3D134B Claudia Steckenborn, VHS
Do, 16:30-18 Uhr, ab 18.09.2025, 15x, 98 €

Vinyasa-Yoga für leicht Fortgeschrittene

252.3D135B Claudia Steckenborn, VHS
Do, 18:15-19:45 Uhr, ab 18.09.2025, 15x, 98 €

Pep Up! – Mehr Energie durch Yoga

252.3D136B Joachim Buntrock, Kulturforum (Steele)
Do, 15:45-17:15 Uhr, ab 18.09.2025, 15x, 98 €

Slow-down! – Mit Yoga in den Abend

252.3D137B Joachim Buntrock, Kulturforum (Steele)
Do, 17:30-19 Uhr, ab 18.09.2025, 15x, 98 €

Mixtape – Yoga trifft auf Pilates

252.3D140B Daria Pariwar, VHS
Fr, 16:30-18 Uhr, ab 29.08.2025, 15x, 98 €

Online-Kurs: Yoga – von der Matte in den Alltag

252.3D160B Sabine Schaar-Sökefeld, online
Mi, 20:15-21:30 Uhr, ab 17.09.2025, 15x, 118 €

Workshop: Yoga – für den Rücken

252.3D174B Daria Pariwar, VHS
Sa, 15:30-17:45 Uhr, 08.11.2025, 17 €

Workshop: Yoga – Fokus und Entschleunigung

252.3D176B Daria Pariwar, VHS
Sa, 17-19:15 Uhr, 29.11.2025, 17 €

QIGONG, TAI CHI UND SELBSTVERTEIDIGUNG

Qigong am Morgen – aktiv in den Tag

252.3D214B Monika Venker, VHS
Do, 9:30-11 Uhr, ab 18.09.2025, 14x, 98 €

Tai Chi am Vormittag – mit Energie in den Tag (Einführung)

252.3D216B Monika Venker, VHS
Do, 11:15-12:45 Uhr, ab 18.09.2025, 7x, 49 €

Tai Chi für Fortgeschrittene mit der Option auf Tai-Chi-Fächer

252.3D217B Monika Venker, Daniel Garske, VHS
Do, 11:15-12:45 Uhr, ab 27.11.2025, 7x, 56 €

Workshop: Qigong – kompakt und intensiv am Wochenende

252.3D220B Yingxian Wang, VHS
So, 10-16:15 Uhr, 28.09.2025, 52 €

Workshop: Tai Chi – kompakt und intensiv am Wochenende

252.3D222B Yingxian Wang, VHS
Sa, 15:30-21 Uhr, 17.01.2026, 46 €

Workshop: Selbstverteidigung für Frauen – Stärke zeigen und Grenzen setzen

252.3D224B Jennifer Lüning, VHS
Fr, 17-20 Uhr, ab 28.11.2025, 2x, 60 €

Selbstverteidigungs-Workshop: Krav Maga

252.3D228B Bernd Irscher, VHS
Sa/So, 9:15-15 Uhr, 08./09.11.2025, 2x, 89 €

Aikido – Grundlagenkurs

252.3D230B Markus Rohde, Huttrop
Mi, 18:30-20 Uhr, ab 05.11.2025, 9x, 94 €

BEWEGUNG

Lauftraining für Anfänger/-innen

(Ziel: 25 bis 30 Minuten)
252.3D302B Marcus Götz, Gelände Zollverein
Sa, 10-10:45 Uhr, ab 20.09.2025, 12x, 48 €

Lauftraining für Fortgeschrittene (Ziel: 7 bis 8 km)

252.3D304B Marcus Götz, Gelände Zollverein
Sa, 11-12 Uhr, ab 20.09.2025, 12x, 53 €

Fitness-Wanderung auf dem Baldeneysteig in zwei Etappen

252.3D310B Kerstin Noth, Werden
So, 9:30-15 Uhr, ab 21.09.2025, 2x, 32 €

Workshop: Wunderwerk Fuß – Mobilisierung von Fuß bis Kopf

252.3D315B Thomas Bergfeld, VHS
Fr, 18-21 Uhr, 10.10.2025, 27 €

i Beratung / Programmbereichsleiter

Bjoern.Mastiaux@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43200

Fragen zur Anmeldung

Gabriele.Ojstersek@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43206

Workshop: Wunderwerk Fuß – Mobilisierung von Fuß bis Kopf

252.3D316B Thomas Bergfeld, VHS
Fr, 18-21 Uhr, 14.11.2025, 27 €

Workshop: Spiraldynamik® FuBtraining

252.3D317B Ulrich Herbeck, VHS
So, 11:30-17:30 Uhr, 28.09.2025, 48 €

Workshop: Spiraldynamik® FuBtraining

252.3D318B Ulrich Herbeck, VHS
So, 11:30-17:30 Uhr, 18.01.2026, 48 €

Kurs: Feldenkrais® – Bewusstheit durch Bewegung

252.3D320B Marianne Becker, VHS
Fr, 14:45-16 Uhr, ab 19.09.2025, 13x, 79 €

Kurs: Feldenkrais® – Bewusstheit durch Bewegung

252.3D322B Marianne Becker, VHS
Fr, 16:15-17:30 Uhr, ab 19.09.2025, 13x, 79 €

Workshop: Feldenkrais®-Labor – Balance

252.3D324B Marianne Becker, VHS
Sa, 9-14:30 Uhr, 17.01.2026, 30 €

Workshop: Beckenboden – fit für den Alltag

252.3D330B Karen Möller, VHS
Fr, 18-21 Uhr, 19.09.2025, 27 €

Workshop: Beckenboden – fit für den Alltag

252.3D332B Karen Möller, VHS
Fr, 18-21 Uhr, 21.11.2025, 27 €

Kurs: Wirbelsäulengymnastik und Entspannung

252.3D340B Anna Martina Tomschak, Kulturforum (Steele)
Mo, 11-12:30 Uhr, 15.09.2025, 10x, 73 €

Osteoporose-Vorbeugung durch Bewegung – Level 1

252.3D342B Annette Legrand, VHS
Mi, 15:30-16:30 Uhr, ab 17.09.2025, 16x, 107 €

Osteoporose-Vorbeugung durch Bewegung – Level 2

252.3D344B Annette Legrand, VHS
Mi, 16:45-17:45 Uhr, ab 17.09.2025, 16x, 107 €

Pilates zum Feierabend

252.3D352B Tina Dudjan, VHS
Mo, 18:15-19:45 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 98 €

Pilates für „Eulen“

252.3D354B Tina Dudjan, VHS
Mo, 20-21 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 74 €

Online-Kurs: Pilates – mittleres Level

252.3D362B Karen Zimmermann, online
Do, 20-21 Uhr, ab 18.09.2025, 13x, 68 €

Online-Kurs: Guten-Morgen-Pilates früh

252.3D364B Karen Zimmermann, online
Mo, 22-7:45 Uhr, ab 15.09.2025, 13x, 34 €

Online-Kurs: Guten-Morgen-Pilates spät

252.3D366B Karen Zimmermann, online
Mo, 7:50-8:20 Uhr, ab 15.09.2025, 13x, 34 €

Workshop: Pilates

252.3D372B Daria Pariwar, VHS
Sa, 11:15-13:30 Uhr, 27.09.2025, 17 €

Hula-Hoop-Fitness Herbst

252.3D380B Sandra Martelock, VHS
Di, 20-21:30 Uhr, ab 16.09.2025, 6x, 60 €

Hula-Hoop-Fitness Winter

252.3D382B Sandra Martelock, VHS
Di, 20-21:30 Uhr, ab 18.11.2025, 8x, 80 €

Bewegung für Frauen 60 plus nach Dore Jacobs

252.3D390B Kornelia Vosmerbäumer, VHS
Mi, 9-10:30 Uhr, ab 01.10.2025, 12x, 78 €

Bewegung für Frauen 60 plus nach Dore Jacobs

252.3D392B Kornelia Vosmerbäumer, VHS
Mi, 10:45-12:15 Uhr, ab 01.10.2025, 12x, 78 €

Bewegung für Frauen 60 plus nach Dore Jacobs

252.3D396B Bianca Howahr, VHS
Fr, 10:45-12 Uhr, ab 19.09.2025, 14x, 76 €

NATUR UND UMWELT

Lesung und Bildvortrag: Naturerlebnis mit der Familie – Alpenüberquerung

252.3E000B Natalie Dickmann, VHS
Do, 19:30-21 Uhr, 06.11.2025, 9 €

Workshop: Einführung in die Forensik – Schwerpunkt Kriminalbiologie

252.3E010B Dr. Matthias Möllenbeck, VHS
Sa, 10-16 Uhr, 29.11.2025, 32 €

Vortrag: Die Hund-Mensch-Beziehung im Fokus der Wissenschaft

252.3E020B Nicole Athens, VHS
Do, 19:30-21 Uhr, 27.11.2025, 7 €

Workshop: Wie lese ich meinen Hund? Das Ausdrucksverhalten des Hundes

252.3E022B Nicole Athens, VHS
Sa/So, 11-16 Uhr, 17./18.01.2026, 2x, 54 €

Exkursion: Internationale Tier- und Pflanzenwelt am Baldeneysee

252.3E030B Michael Godau, Kupferdreh
Sa, 10-13 Uhr, 04.10.2025, 14 €

Online-Kurs: Wasser ernten – nachhaltige Wassernutzung in Haus und Garten

252.3E040B Thomas Oberländer, online
Mi, 19-20:30 Uhr, 8 Wochen, ab 08.10.2025, 20 €

BNE-REGIONALZENTRUM SCHULE NATUR

Schule Natur: Edelziege, Fuchsschaf und Schlotterkamm – alte Nutztierassen

252.3E050B Anke Komoßa, Gruga
Sa, 14-15:30 Uhr, 06.09.2025, 8 € plus Parkeintritt

Schule Natur: Der igelfreundliche Garten

252.3E052B Olav Möllemann, Gruga
Sa, 14-16 Uhr, 18.10.2025, 8 € plus Parkeintritt

Schule Natur: Die Tropen zu Besuch in der Weihnachtsküche

252.3E054B Bernhard Demel, Gruga
So, 14-16 Uhr, 23.11.2025, 9 € plus Parkeintritt

Schule Natur: Do-it-yourself-Werkstatt – Produkte einfach selber herstellen

252.3E056B Bettina Igelbrink, Gruga
So, 14-16 Uhr, 18.01.2026, 10 € plus Parkeintritt

BIOLOGISCHE GESELLSCHAFT ESSEN (BGE)

Vortrag BGE: Ein Beitrag zur Pilzflora im Ruhrgebiet

252.3E060B Bernhard Demel, Thomas Kalveram, VHS
Di, 19:30-21 Uhr, 23.09.2025, 0 €

Vortrag BGE: Laufkäfer – ihre besondere Biologie und Ökologie

252.3E061B Klaus-Jürgen Conze, VHS
Di, 19:30-21 Uhr, 07.10.2025, 0 €

Vortrag BGE: Das Ruhrgebiet – Hotspot der Biodiversität

252.3E062B Dr. Randolph Kricke, VHS
Di, 19:30-21 Uhr, 04.11.2025, 0 €

Vortrag BGE: Faszinierende Ameisen – heimliche Weltherrscher?!

252.3E063B Holger Sonnenburg, VHS
Di, 19:30-21 Uhr, 25.11.2025, 0 €

Vortrag BGE: Der Hausrotschwanz – Vogel des Jahres 2025

252.3E064B Klaus-Jürgen Conze, VHS
Di, 19:30-21 Uhr, 09.12.2025, 0 €

Vortrag BGE: Fledermäuse im Ruhrgebiet

252.3E065B Rebecca Maassen, VHS
Di, 19:30-21 Uhr, 27.01.2026, 0 €

NABU RUHR E.V.

NABU Ruhr: Apfelverkostung für Allergiker/-innen

252.3E070B Thomas Reichelt, Ort folgt
Sa, 15-18 Uhr, 27.09.2025, 10 €

NABU Ruhr: Apfelverkostung für Allergiker/-innen

252.3E072B Thomas Reichelt, Ort folgt
So, 15-18 Uhr, 12.10.2025, 10 €

NABU Ruhr: Workshop Obstbaumschnitt

252.3E074B Thomas Reichelt, Ort folgt
Sa/So, 10-14 Uhr, 29./30.11.2025, 2x, 60 €

GEOLOGIE – FOSSILIENFREUNDE ESSEN

Vortrag: Bergisches Land – vor 400 Mio. Jahren eine Meeresküste?

252.3E110B Hans Piesoldt et al., VHS
Sa, 15:30-17 Uhr, 27.09.2025, 0 €

Vortrag: Es ist nicht alles Gold, was glänzt

252.3E112B Dr. Hado Heckmann, Hans Piesoldt, VHS
Sa, 15:30-17 Uhr, 08.11.2025, 0 €

Vortrag: Ammoniten, Fische und Seelilien in Süddeutschland

252.3E116B Udo Buttjer et al., VHS
Sa, 15:30-17 Uhr, 17.01.2026, 0 €

ASTRONOMIE – WALTER-HOHMANN-STERNWARTE (WHS)

Kurs WHS: Einführung in die Astronomie

252.3E160B Dr. Udo Siepmann, Sternwarte (Schuir)
Fr, 20-21:30 Uhr, ab 28.11.2025, 4x, 26 €

Vortrag WHS: Der Sternenhimmel über der Metropole Ruhr

252.3E162B Helmut Metz, Sternwarte (Schuir)
Fr, 20-21:30 Uhr, 05.09.2025, 0 €

Vortrag WHS: Gravitationslinsen. Kosmische Zerrbilder und Einsteins Irrtum

252.3E164B Dr. Carsten Busch, Sternwarte (Schuir)
Fr, 20-21:30 Uhr, 12.09.2025, 0 €



Vortrag WHS: Polarlichter – leuchtendes Echo des Sonnenwindes

252.3E165B Dr. Sandra Unruh, Sternwarte (Schuir)
Mo, 20-21:30 Uhr, 22.09.2025, 0 €

Vortrag WHS: Warum wir (noch) keine Aliens gefunden haben

252.3E166B Dr. Philipp Heimann, Sternwarte (Schuir)
Mi, 20-21:30 Uhr, 24.09.2025, 0 €

Vortrag WHS: Von Supernovae und Sternenstaub

252.3E168B Dr. Tim-Eric Rathjen, Sternwarte (Schuir)
Fr, 20-21:30 Uhr, 26.09.2025, 0 €

Vortrag WHS: Frauen in der Raumfahrt

252.3E170B Alexandra Piworun, Sternwarte (Schuir)
Mi, 20-21:30 Uhr, 01.10.2025, 0 €

Vortrag WHS: Kernfusion: Unendliche, saubere und sichere Energie?

252.3E172B Dr. Peter-Christian Zinn, Sternwarte (Schuir)
Mi, 20-21:30 Uhr, 29.10.2025, 0 €

Vortrag WHS: Das Universum und die Entdeckung der Zeit

252.3E174B Annegret Bruns, Sternwarte (Schuir)
Fr, 20-21:30 Uhr, 31.10.2025, 0 €

Vortrag WHS: Smart Telescopes in der Praxis

252.3E176B Dr. Udo Siepmann, Sternwarte (Schuir)
Mi, 20-21:30 Uhr, 05.11.2025, 0 €

Vortrag WHS: Zertrümmerter Stern. Die (Teilchen-)Spuren der Marietta Blau

252.3E178B Dr. Carsten Busch, Sternwarte (Schuir)
Fr, 20-21:30 Uhr, 14.11.2025, 0 €

Vortrag WHS: Die aktive Sonne als Motiv

252.3E180B Dr. Udo Siepmann, Sternwarte (Schuir)
Mi, 20-21:30 Uhr, 19.11.2025, 0 €

Vortrag WHS: Auf Walter Homanns Bahnen von der Erde auf den Mond

252.3E182B Konstantin Hohmann, Sternwarte (Schuir)
Fr, 20-21:30 Uhr, 21.11.2025, 0 €

WHS Jugend-Vortrag: Space – The Final Frontier

252.3E190B Dr. Nina Schaller, Sternwarte (Schuir)
Fr, 20-21:30 Uhr, 12.12.2025, 0 €

WHS Kinder-Vortrag: Per Anhalter durch unser Weltall

252.3E194B Martina Mouson, Sternwarte (Schuir)
Fr, 17-18:30 Uhr, 07.11.2025, 0 €

WHS Kinder-Vortrag: Bundesweiter Vorlesefest – eine Raummission für Kinder

252.3E196B Alexandra Piworun, Sternwarte (Schuir)
Fr, 17-18:30 Uhr, 21.11.2025, 0 €

WHS Kinder-Vortrag: Per Anhalter durch unser Weltall

252.3E198B Martina Mouson, Sternwarte (Schuir)
Fr, 17-18:30 Uhr, 19.12.2025, 0 €

Newsletter-Anmeldung

Nichts mehr verpassen und immer auf dem Laufenden. Weitere Infos unter www.vhs-essen.de/newsletter



GRUNDBILDUNG / LESEN UND SCHREIBEN

i Beratung / Programmbereichsleiterin
Meike.Altenkamp@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43210

Fragen zur Anmeldung
Volkan.Ayar@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43137

SIE WOLLEN BESSER LESEN; SCHREIBEN ODER RECHNEN? Dann kommen Sie zum vhs-Lerntreff. Kostenlos und ohne Anmeldung!

in Karnap:

- jeden Dienstag von 14-16:30 Uhr
 KaBüZe Bürgerzentrum,
 Karnaper Straße 100, 45329 Essen

in Katernberg:

- jeden Freitag von 12:30-14:30 Uhr
 Kon-Takt Bürgerzentrum,
 Katernberger Markt 4, 45327 Essen



Lesen und Schreiben für den Beruf und Alltag

252.4A100R Holger Blumensaat, VHS
 Mo, 12:15-14:30 Uhr, ab 01.09.2025, 27x, 0 €

Lesen und Schreiben für den Beruf und Alltag

252.4A202R Holger Blumensaat, VHS
 Mo, 9-12:10 Uhr, ab 01.09.2025, 15x, 0 €

Lesen und Schreiben für den Beruf und Alltag

252.4A204R Florian Schudack, VHS
 Mo, 17-20:10 Uhr, ab 01.09.2025, 14x, 0 €

Lesen und Schreiben für den Beruf und Alltag

252.4A208R Florian Schudack, VHS
 Di, 17-20 Uhr, ab 02.09.2025, 14x, 0 €

Lesen und Schreiben für den Beruf und Alltag

252.4A210R Florian Schudack, VHS
 Di, 14:30-16:45 Uhr, ab 02.09.2025, 14x, 0 €

Lesen und Schreiben für den Beruf und Alltag

252.4A212R Holger Blumensaat, VHS
 Mi, 17-20:10 Uhr, ab 03.09.2025, 14x, 0 €

Lesen und Schreiben für den Beruf und Alltag

252.4A214R Dr. Angelika Hiegemann-Hahn, VHS
 Do, 16-19:10 Uhr, ab 18.09.2025, 12x, 0 €

Lesen und Schreiben für den Beruf und Alltag

252.4A222R Mareike Ahlborn, VHS
 Fr, 15-18:10 Uhr, ab 05.09.2025, 13x, 0 €

Sicherheit im Umgang mit der deutschen Rechtschreibung und Grammatik – online

252.4A234R S. Sherin Mocek, online
 Mi, 19:15-20:45 Uhr, ab 24.09.2025, 14x, 70 €

Grundlagen Rechnen für den Beruf und Alltag

252.4A302R Dr. Angelika Hiegemann-Hahn, VHS
 Fr, 12:00-14:15 Uhr, ab 19.09.2025, 11x, 0 €

Grundbildungskurs: Englisch für Alltag und Beruf

252.4A304R Holger Blumensaat, VHS
 Mi, 15-16:30 Uhr, ab 01.10.2025, 10x, 0 €

Digitale Grundbildung für Alltag und Beruf – PC Grundlagen

252.4A300R Florian Schudack, VHS
 Mo, 15-16:30 Uhr, ab 01.09.2025, 14x, 0 €

GEBÄRDENSPRACHE

i Beratung / Programmbereichsleiterin
Sophia.Schmidt@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43220

Fragen zur Anmeldung
Soukaina.Afritit@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43223

Beyond Sound: Die Vielfalt der Gehörlosenkultur

252.4D250E Saraka Ledchanakumaran,
 Gizem Günes, VHS, Mi, 17-20 Uhr, 04.02.2026, 29 €

Entdecke die Deutsche Gebärdensprache – Onlineworkshop

252.4D280E Heiko Burak,
 Sa, 9-11:15 Uhr, 08.11.2025, 18 €

Entdecke die Deutsche Gebärdensprache – Onlineworkshop

252.4D282E Heiko Burak,
 Sa, 9-11:15 Uhr, 31.01.2026, 18 €

Deutsche Gebärdensprache 1 – Kompaktkurs

252.4D300E Saraka Ledchanakumaran, Vladyslav Suchak, Kulturforum (Steele)
 Sa, 10-16:15 Uhr, ab 17.01.2026, 3x, 129 €

Deutsche Gebärdensprache 1

252.4D310E Bernd Lindemann, VHS
 Mo, 19:30-21 Uhr, ab 29.09.2025, 12x, 83 €

Deutsche Gebärdensprache 1

252.4D312E Bernd Lindemann, VHS
 Di, 19:30-21 Uhr, ab 30.09.2025, 12x, 83 €

Deutsche Gebärdensprache 1

252.4D314E Bernd Lindemann, VHS
 Mi, 17:45-19:15 Uhr, ab 01.10.2025, 12x, 83 €

Deutsche Gebärdensprache 2

252.4D320E Bernd Lindemann, VHS
 Mi, 19:30-21 Uhr, ab 24.09.2025, 12x, 89 €

Deutsche Gebärdensprache 2

252.4D322E Bernd Lindemann, VHS
 Fr, 17:45-19:15 Uhr, ab 26.09.2025, 12x, 89 €

Deutsche Gebärdensprache 3

252.4D330E Bernd Lindemann, VHS
 Mo, 17:45-19:15 Uhr, ab 29.09.2025, 10x, 81 €

Deutsche Gebärdensprache 3 – Wiederholung und Auffrischung

252.4D332E Bernd Lindemann, VHS
 Di, 17:45-19:15 Uhr, ab 28.10.2025, 10x, 75 €

ALPHABETISIERUNG

i Beratung / Programmbereichsleiterin
Anne.Bisping@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43101

Fragen zur Anmeldung
Ursula.Janisch-Wahl@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43105

Grundkurs Alphabetisierung 01

252.4E001F Bernd Bruisten, VHS
 Mi, 9-11:20 Uhr, ab 17.09.2025, 30x, 0 €

Grundkurs Alphabetisierung 02

252.4E002F Holger Blumensaat, VHS
 Di, 9-11:20 Uhr, ab 16.09.2025, 30x, 0 €

Grundkurs Alphabetisierung 03

252.4E003F Kerstin Vogelpoth, VHS
 Mo, 9-12:15 Uhr, ab 15.09.2025, 25x, 0 €

Grundkurs Alphabetisierung 04

252.4E004F Hans-Rainer Burisch, VHS
 Mo, 9-12:15 Uhr, ab 15.09.2025, 25x, 0 €

AUFBAUKURSE

Aufbaukurs 1

252.4E401F Dr. Angelika Hiegemann-Hahn, VHS
 Mi, 9-11:20 Uhr, ab 17.09.2025, 30x, 113 €

Aufbaukurs 2

252.4E402F Annegret Kocks-Hoffmann, VHS
 Di, 9-11:20 Uhr, ab 16.09.2025, 30x, 113 €

Abschlusskurs

252.4E403F Stefania Gebauer, VHS
 Di, 9-11:20 Uhr, ab 16.09.2025, 30x, 113 €

DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE A1 BIS B1

Deutsch als Fremdsprache A1 – Wiederholung und Sprechen üben

252.4E404F Selin Bader, Kulturforum (Steele)
 Di, 9-12:15 Uhr, ab 16.09.2025, 15x, 76 €

Deutsch als Fremdsprache Einstieg in die deutsche Sprache A1.2

252.4E405F Selin Bader, Kulturforum (Steele)
 Mi, 9-11:20 Uhr, ab 17.09.2025, 30x, 0 €

Digital fit – Die ersten Schritte in der Computerwelt

252.4E406F Kerstin Vogelpoth, VHS
 Fr, 12:30-14 Uhr, ab 26.09.2025, 8x, 0 €

Deutsch als Fremdsprache A1 intensiv

252.4E421F Elisabeth Bisping, VHS
 Mo, 9-12:15 Uhr, ab 22.09.2025, 50x, 252 €

Deutsch als Fremdsprache A1 intensiv

252.4E422F S. Sherin Mocek,
 Mo, 17:45-21 Uhr, ab 15.09.2025, 50x, 252 €

Deutsch als Fremdsprache A2 intensiv

252.4E425F Fatih Kurceren, VHS
 Mo, 9-12:15 Uhr, ab 15.09.2025, 50x, 252 €

Deutsch als Fremdsprache A2 intensiv

252.4E426F Fatih Kurceren, VHS
 Mo, 17:45-21 Uhr, ab 15.09.2025, 50x, 252 €

Deutsch als Fremdsprache B1 intensiv

252.4E428F Simone Schneider,
 Mo, 9-12:10 Uhr, ab 01.09.2025, 50x, 644 €

Deutsch als Fremdsprache B1 intensiv

Blended Learning
252.4E430F Viktorija Mousa,
 Mo, 17:45-21 Uhr, ab 15.09.2025, 50x, 644 €

Deutsch als Fremdsprache A1.1

252.4E431F Ute Erbach,
 Mi, 9-12:15 Uhr, ab 17.09.2025, 25x, 126 €

Deutsch als Fremdsprache A1.1

252.4E432F Andreas Brähler, VHS
 Mo, 17-20:15 Uhr, ab 15.09.2025, 25x, 126 €

Deutsch als Fremdsprache A1.2

252.4E433F Nevenka Peters
 Di, 9-12:15 Uhr, ab 16.09.2025, 25x, 126 €

Deutsch als Fremdsprache A1.2

252.4E434F Sabine Harder, VHS
 Mo, 17-19:20 Uhr, ab 15.09.2025, 30x, 113 €

Deutsch als Fremdsprache A2.1

252.4E435F Andreas Brähler
 Mo, 9-12:15 Uhr, ab 15.09.2025, 25x, 126 €

Deutsch als Fremdsprache A2.2

252.4E437F Salvatrice Golz, VHS
 Mi, 9-12:15 Uhr, ab 17.09.2025, 25x, 126 €

Deutsch als Fremdsprache A2.2

252.4E438F Andreas Brähler, VHS
 Mi, 17:30-20:40 Uhr, ab 17.09.2025, 25x, 126 €

Deutsch als Fremdsprache B1.1

252.4E439F Barbara Unger, VHS
Di, 9-12:15 Uhr, ab 16.09.2025, 25x, 322 €

Deutsch als Fremdsprache B1.1

252.4E441F Patrick Steffan, VHS
Mi, 17:30-19:50 Uhr, ab 17.09.2025, 30x, 290 €

Deutsch als Fremdsprache B1.2 Blended Learning

252.4E442F Viktorija Mousa,
Mo, 9-12:15 Uhr, ab 15.09.2025, 25x, 322 €

Deutsch als Fremdsprache B1.2

252.4E443F Holger Blumensaat, VHS
Do, 17-20:15 Uhr, ab 11.09.2025, 25x, 322 €

Sprechen üben – Niveau B1

252.4E444F Viktorija Mousa, VHS
Mi, 16-17:30 Uhr, ab 29.10.2025, 10x, 25 €

Sprechen üben Niveau A2

252.4E445F NN, VHS
Di, 16-17:30 Uhr, ab 28.10.2025, 10x, 25 €

EINSTIEGSKURSE SPRACHFÖRDERUNG IM QUARTIER

Einstiegskurs – Sprachförderung im Quartier – Kita an der Bergbrücke

252.4E602F Salvatrice Golz
Di, 9-12:10 Uhr, ab 16.09.2025, 25x, 0 €

Einstiegskurs – Sprachförderung im Quartier – Friedensschule

252.4E603F Viktorija Mousa
Di, 8:30-10:45 Uhr, ab 29.08.2025, 25x, 0 €

VHS begleitet Bildung – Sprachförderung und Elternbildung

252.4E604F Sabine Gossens, Cranachschule
Di, 9-11:20 Uhr, ab 09.09.2025, 30x, 0 €

DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE B1+ BIS C2

i Beratung / Programmbereichsleiterin

Tatjana.Carvajal@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43141

Fragen zur Anmeldung

Ursula.Janisch-Wahl@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43105

Deutsch als Fremdsprache B1+

252.4F100D Dagmar Barnekow-Sondermann, VHS
Di, 9-12:15 Uhr, ab 16.09.2025, 25x, 322 €

Sprechen Sie mit! Niveau B1+ (2. Semester)

252.4F106D Cristina Schwarz-Dorra, VHS
Do, 16-17:30 Uhr, ab 18.09.2025, 15x, 97 €

Sprechen Sie mit! Niveau B2 (2. Semester)

252.4F108D Cristina Schwarz-Dorra, VHS
Do, 17:45-20:10 Uhr, ab 18.09.2025, 15x, 145 €

Deutsch als Fremdsprache B2 – 1. Semester

252.4F110D Ilona Müller, VHS
Mo, 9-12:15 Uhr, ab 22.09.2025, 25x, 322 €

Deutsch als Fremdsprache B2 – 1. Semester

252.4F112D Natalja Sikora, VHS
Di, 17:45-21 Uhr, ab 16.09.2025, 33x, 322 €

Blended Learning! Deutsch als Fremdsprache B2 – 2. Semester

252.4F114D Natalja Sikora, Carolin Lenfert
Di, 9-12:15 Uhr, ab 16.09.2025, 25x, 322 €

Deutsch als Fremdsprache B2 – 2. Semester

252.4F116D Ulrike Hawickenbrauck, VHS
Di, 18:30-21 Uhr, ab 16.09.2025, 30x, 319 €

Online! B2 intensiv

252.4F120D Thomas Nennstiel,
Mo, 17-20:10 Uhr, ab 22.09.2025, 50x, 644 €

Online! B2 Grammatik

252.4F122D Carolin Lenfert, VHS
Mo, 17-19:25 Uhr, ab 06.10.2025, 10x, 97 €

Blended Learning! Deutsch als Fremdsprache C1 – 1. Semester

252.4F128D Martina Müller, VHS
Di, 9-12:15 Uhr, ab 16.09.2025, 25x, 319 €

Deutsch als Fremdsprache C1 – 1. Semester

252.4F130D Jonas Weiß, VHS
Di, 18:30-21 Uhr, ab 16.09.2025, 30x, 319 €

Deutsch als Fremdsprache C1 – 2. Semester

252.4F132D Inge Eicher, VHS
Mo, 17:45-21 Uhr, ab 15.09.2025, 25x, 319 €

Deutsch als Fremdsprache C2 – 1. Semester

252.4F134D Natalja Sikora, VHS
Mo, 17:45-21 Uhr, ab 22.09.2025, 24x, 389 €

Online! Deutsch als Fremdsprache C2– 1.Semester

252.4F150D Sascha Gademann,
Sa, 18:30-20:50 Uhr, ab 13.09.2025, 15x, 182 €

Bessere Aussprache der deutschen Sprache– Intensivtraining

252.4F152D Claudia Becker, VHS
Mi, 17-20:10 Uhr, ab 05.11.2025, 10x, 129 €

BERUFSBEZOGENE DEUTSCHSPRACHFÖRDERUNG

i Beratung / Programmbereichsleiterin

Tatjana.Carvajal@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43141

Fragen zur Anmeldung

Martina.vanRieth@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43142

Blended Learning! Berufsbezogene Sprachförderung B2 gem. § 45a AufenthG

252.4F200D N. N., VHS
Mo, 14:15-17:30 Uhr, ab 06.10.2025, 100x, 0 €

ALLGEMEINE INTEGRATIONSKURSE

i Beratung / Programmbereichsleiter

Mohammed.Ouaiaou@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43140

Fragen zur Anmeldung

Susanne.Letzner@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43138

Integrationskurs, Modul 1

252.4F341C N. N., VHS
Di, 9-12:15 Uhr, ab 27.10.2025, 25x

Integrationskurs, Modul 1

252.4F351C N. N., VHS
Di, 9-12:15 Uhr, ab 04.11.2025, 25x

Integrationskurs, Modul 1

252.4F381C N. N., VHS
Di, 12:40-16:40 Uhr, ab 02.12.2025, 20x

INTEGRATIONSKURSE MIT ALPHABETISIERUNG

i Beratung / Programmbereichsleiterin

Anne.Bispig@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43101

Fragen zur Anmeldung

Astrid.Loesel@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43112

Integrationskurs mit Alphabetisierung, Wiederholerkurs, Modul 2

252.4F612F NN, VHS
Mo, 12:30-15:45 Uhr, ab 08.09.2025, 25x

Lesen und schreiben lernen im eigenen Tempo – vhs-Lerntreff



SIE WOLLEN BESSER LESEN, SCHREIBEN ODER RECHNEN?

- Dann kommen Sie zum vhs-Lerntreff in Katernberg.
- Hier können Sie auch lernen, wie ein Handy oder ein Tablet funktioniert.
- Sie können üben, Briefe oder Bewerbungen zu schreiben.
- Sie können Fragen zu Formularen stellen.

Das Angebot ist kostenlos. Sie müssen sich nicht anmelden.

Alle Menschen sind willkommen.

in Karnap:

– jeden Dienstag von 14-16:30 Uhr
KaBüZe Bürgerzentrum,
Karnaper Straße 100, 45329 Essen

in Katernberg:

– jeden Freitag von 12:30-14:30 Uhr,
Kon-Takt Bürgerzentrum,
Katernberger Markt 4, 45327 Essen

Kommen Sie einfach vorbei!

Wir freuen uns auf Sie!

Integrationskurs mit Alphabetisierung, Wiederholerkurs, Modul 3

252.4F613F NN, VHS
Di, 12:30-15:45 Uhr, ab 28.10.2025, 25x

PRÜFUNGEN A2 / B1

i Pädagogische Assistenz

Eric.Peyron-Huertas @vhs.essen.de
☎ 0201 88-43213

telc Zertifikat Deutsch A2

252.4E962F NN, VHS
Mi, 9-18:30 Uhr, 25.02.2026, 100 €

telc Zertifikat Deutsch B1

252.4E957F NN, VHS
Di, 9-18:30 Uhr, 02.09.2025, 165 €

telc Zertifikat Deutsch B1

252.4E958F NN, VHS
Mi, 9-18:30 Uhr, 01.10.2025, 165 €

telc Zertifikat Deutsch B1

252.4E959F NN, VHS
Mi, 9-18:30 Uhr, 12.11.2025, 165 €

telc Zertifikat Deutsch B1

252.4E960F NN, VHS
Mi, 9-18:30 Uhr, 14.01.2026, 165 €

telc Zertifikat Deutsch B1

252.4E961F NN, VHS
Mi, 9-18:30 Uhr, 18.02.2026, 165 €

telc Zertifikat Deutsch B2

252.4F968D N. N., VHS
Mi, 9-18 Uhr, 11.02.2026, 220 €

PRÜFUNGSVORBEREITUNG

Fit für B1 – Prüfungsvorbereitung

252.4E463F Holger Blumensaat, VHS
Fr, 16:40-19:50 Uhr, 12.09.2025, 3x, 38 €

Fit für B1 – Prüfungsvorbereitung

252.4E464F Holger Blumensaat, VHS
Mo, 16:40-19:50 Uhr, ab 27.10.2025, 3x, 38 €

Fit für B1 – Prüfungsvorbereitung

252.4E465F Holger Blumensaat, VHS
Fr, 16:40-19:50 Uhr, ab 05.12.2025, 3x, 38 €

Fit für B1 – Prüfungsvorbereitung

252.4E466F Holger Blumensaat, VHS
Fr, 16:40-19:50 Uhr, ab 30.01.2026, 3x, 38 €

Online! Fit für B2 – Prüfungsvorbereitung

252.4F124D Sascha Gademann,
Fr, 10-16:30 Uhr, ab 24.01.2026, 3x, 89 €

ENGLISCH

Der schnellste Weg zum Englischkurs:
www.vhs-essen.de/einstufung

i Beratung / Programmbereichsleiterin

Sophia.Schmidt@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43220

Fragen zur Anmeldung

Soukaina.Afritit@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43223

Talk: Football unites

252.4G005E Bernhard Nadorf, VHS
Mi, 18:30-20 Uhr, 03.09.2025, 0 €

Talk: The National Health Service – Past, Present and Future

252.4G006E Bernhard Nadorf, VHS
Mi, 18:30-20 Uhr, 08.10.2025, 0 €

Talk: From Trier to Manchester via Wuppertal – a short history of the Labour movement

252.4G007E Bernhard Nadorf, VHS
Mi, 18:30-20 Uhr, 12.11.2025, 0 €

Bildungsurlaub: English Refresher B1 Business – Boot Camp I

252.4G122E Frank Rehfeldt, VHS
Mo-Fr, 9:30-16 Uhr, ab 01.12.2025, 221 €

Bildungsurlaub: English Refresher B1 Business – Boot Camp II

252.4G124E Frank Rehfeldt, VHS
Mo-Fr, 9:30-16 Uhr, ab 26.01.2026, 221 €

Bildungsurlaub: Heads Up! – Spoken English for Business

252.4G128E Kirsten Grunau-Endemann, VHS
Mo-Fr, 9-15 Uhr, ab 03.11.2025, 221 €

Bildungsurlaub: English Refresher B2 Business – Boot Camp I

252.4G130E Kirsten Grunau-Endemann, VHS
Mo-Fr, 9-15:30 Uhr, ab 06.10.2025, 221 €

Bildungsurlaub: English Refresher B2 Business – Boot Camp II

252.4G132E Kirsten Grunau-Endemann, VHS
Mo-Fr, 9-15:30 Uhr, ab 24.11.2025, 221 €

Online Course: Business English (B2.2+)

252.4G160E Kirsten Grunau-Endemann,
Di, 18-20:15 Uhr, ab 09.09.2025, 8x, 149 €

Online Course: Business English (B2.2+)

252.4G162E Kirsten Grunau-Endemann,
Di, 18-20:15 Uhr, ab 02.12.2025, 8x, 149 €

Online Course: English A1.2

252.4G190E Kirsten Grunau-Endemann,
Mi, 12:00-13:30 Uhr, ab 10.09.2025, 8x, 84 €

Online Course: English A1.2

252.4G191E Kirsten Grunau-Endemann,
Mi, 12:00-13:30 Uhr, ab 03.12.2025, 8x, 84 €

Online Course: English A2.1

252.4G192E Kirsten Grunau-Endemann,
Do, 16-17:30 Uhr, ab 30.10.2025, 7x, 74 €

Online Course: English A2.1

252.4G193E Kirsten Grunau-Endemann,
Do, 16-17:30 Uhr, ab 08.01.2026, 7x, 74 €

Online Course: English Grammar (A2-B2)

Module 3

252.4G194E Kirsten Grunau-Endemann,
Mi, 19:45-21:15 Uhr, ab 10.09.2025, 8x, 72 €

Online Course: English Grammar (A2-B2)

Module 4

252.4G195E Kirsten Grunau-Endemann,
Mi, 19:45-21:15 Uhr, ab 03.12.2025, 8x, 72 €

Online Course: Keep Your English Going (B1)

252.4G197E Kirsten Grunau-Endemann,
Mo, 16:30-18 Uhr, ab 01.09.2025, 8x, 72 €

Online Course: Keep Your English Going (B1)

252.4G199E Kirsten Grunau-Endemann,
Mo, 16:30-18 Uhr, ab 24.11.2025, 8x, 72 €

Online Course: Keep Your English Going (B1+/B2)

252.4G200E Kirsten Grunau-Endemann,
Mo, 18:15-19:45 Uhr, ab 01.09.2025, 8x, 72 €

Online Course: Keep Your English Going (B1+/B2)

252.4G202E Kirsten Grunau-Endemann,
Mo, 18:15-19:45 Uhr, ab 24.11.2025, 8x, 72 €

Online Course: Keep Your English Going (B2)

252.4G208E Imke Sumfleth,
Do, 17-18:30 Uhr, ab 18.09.2025, 7x, 63 €

Online Course: Keep Your English Going (B2)

252.4G210E Imke Sumfleth,
Do, 17-18:30 Uhr, ab 20.11.2025, 7x, 63 €

Online Course: Keep Your English Going (B2+)

252.4G211E Kirsten Grunau-Endemann,
Mi, 18:15-19:45 Uhr, ab 10.09.2025, 15x, 135 €

Online Course: Keep Your English Going Online (B2)

252.4G212E Kirsten Grunau-Endemann,
Fr, 17:30-19 Uhr, ab 05.09.2025, 15x, 135 €

Englisch auffrischen: English Reloaded – A2.1

252.4G222E Martin Kuhna, VHS
Di, 19:30-21 Uhr, ab 16.09.2025, 15x, 97 €

Englisch auffrischen: English Reloaded – B1.1

252.4G232E Martin Kuhna, VHS
Di, 17:45-19:15 Uhr, ab 16.09.2025, 15x, 97 €

Englisch auffrischen: English Reloaded – B2.1

252.4G236E Jürgen Jost, VHS
Do, 19:30-21 Uhr, ab 25.09.2025, 15x, 97 €

Englisch auffrischen: English Reloaded – B2.2 – 1. Semester

252.4G238E Annette Hilkenmeier, VHS
Mi, 17:45-19:15 Uhr, ab 17.09.2025, 12x, 104 €

Englisch Starter für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

252.4G302E N. N., VHS
Mi, 17:45-19:15 Uhr, ab 17.09.2025, 15x, 97 €

English Basic A1.1

252.4G304E Martin Kuhna, VHS
Mo, 18:30-20 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 97 €

English Basic A1.1 – 3. Semester

252.4G308E Andreas Schöneich, VHS
Mo, 17:45-19:15 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 97 €

English Basic A1.2

252.4G306E Nadine Büker, VHS
Do, 19:30-21 Uhr, ab 18.09.2025, 15x, 97 €

English Basic A2.1

252.4G310E Nadine Büker, VHS
Mo, 17:45-19:15 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 97 €

English Basic A2.1

252.4G312E Frank Rehfeldt, VHS
Mi, 17:45-19:15 Uhr, ab 03.09.2025, 15x, 97 €

English Advanced B1.1 – 2. Semester

252.4G320E Jürgen Jost, VHS
Mo, 17:45-19:15 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 97 €

English Advanced B2.1

252.4G322E Ali Cimen, VHS
Do, 17:45-19:15 Uhr, ab 18.09.2025, 15x, 105 €

English Advanced B2.2

252.4G324E Frank Rehfeldt, VHS
Do, 17:45-19:15 Uhr, ab 04.09.2025, 13x, 91 €

The New English Club (B1-C1)

252.4G612E Karmen Heup, VHS
Do, 17:45-19:15 Uhr, ab 25.09.2025, 5x, 34 €

Short Stories and More – A Reading Circle

252.4G614E Imke Sumfleth, VHS
Di, 16:00-17:30 Uhr, ab 16.09.2025, 8x, 79 €

Refresh Now B1

252.4G618E Andreas Schöneich, VHS
Di, 17:45-19:15 Uhr, ab 16.09.2025, 15x, 97 €

Texts and Conversation B2

252.4G620E Catherine Kuebart, VHS
Do, 10:45-12:15 Uhr, ab 18.09.2025, 14x, 108 €

English Conversation B1/B2

252.4G624E Martin Kuhna, VHS
Di, 10:45-12:15 Uhr, ab 16.09.2025, 15x, 116 €

English Conversation B2/C1

252.4G646E Karmen Heup, VHS
Fr, 9-10:30 Uhr, ab 19.09.2025, 15x, 116 €

English Conversation B2/C1 (online mit Zoom)

252.4G648E Anthony Allport,
Mi, 17-18:30 Uhr, ab 17.09.2025, 15x, 116 €

60 plus Englisch A1.1

252.4G700E Jürgen Eickmann, VHS
Di, 9-10:30 Uhr, ab 16.09.2025, 15x, 105 €

60 plus Englisch A1.1 – 2. Semester

252.4G702E Ali Cimen, VHS
Do, 9-10:30 Uhr, ab 18.09.2025, 15x, 116 €

60 plus Englisch A2.1

252.4G706E Ali Cimen, VHS
Mi, 9-10:30 Uhr, ab 17.09.2025, 15x, 105 €

60 plus Englisch A2.1

252.4G708E Nadine Büker, VHS
Mo, 16-17:30 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 105 €



60 plus English A2.1 – 2. Semester

252.4G714E Martin Kuhna, VHS
Mi, 10:45-12:15 Uhr, ab 17.09.2025, 15x, 105 €

60 plus English A2.2

252.4G715E Andreas Schöneich, VHS
Di, 10:45-12:15 Uhr, ab 16.09.2025, 15x, 105 €

60 plus English A2 Consolidation Let's Enjoy English

252.4G716E Imke Sumfleth, VHS
Fr, 10:45-12:15 Uhr, ab 19.09.2025, 15x, 105 €

60 plus Let's Refresh Now A2

252.4G717E Andreas Schöneich, VHS
Di, 16-17:30 Uhr, ab 16.09.2025, 15x, 105 €

60 plus English B1.1

252.4G718E Martin Kuhna, VHS
Mi, 16-17:30 Uhr, ab 17.09.2025, 13x, 120 €

60 plus English B1.1 – 1. Semester

252.4G719E Andreas Schöneich, VHS
Mo, 16-17:30 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 105 €

60 plus English B1.1 – 1. Semester

252.4G720E Martin Kuhna, VHS
Do, 10:45-12:15 Uhr, ab 18.09.2025, 15x, 105 €

60 plus English Advanced B1.1 – 2. Semester

252.4G721E Jürgen Jost, VHS
Mi, 10:45-12:15 Uhr, ab 17.09.2025, 13x, 91 €

60 plus English B1.2

252.4G734E Jürgen Jost, VHS
Do, 9-10:30 Uhr, ab 18.09.2025, 15x, 105 €

60 plus English B2.1

252.4G746E Johannes Steggers, VHS
Mo, 10:45-12:15 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 105 €

60 plus Let's Get Talking B1

252.4G756E Johannes Steggers, VHS
Mo, 9-10:30 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 105 €

60 plus English B1 Consolidation

252.4G764E Ali Cimen, VHS
Di, 10:45-12:15 Uhr, ab 16.09.2025, 15x, 105 €

FRANZÖSISCH

i Beratung / Programmbereichsleiterin
Johanna.Hellermann@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43214

Fragen zur Anmeldung

Soukaina.Afritit@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43223

Chansonabend „Eine musikalische Reise nach Frankreich“

252.4H000T Georg Marekwica, VHS
Fr, 18-20:20 Uhr, 21.11.2025, 13 €

Workshop zum Chansonabend „Eine musikalische Reise nach Frankreich“

252.4H002T Georg Marekwica, VHS
Fr, 16-17:30 Uhr, 21.11.2025, 13 €

Noël en France – Weihnachten in Frankreich

252.4H004T Urte Kemper, VHS
Fr, 17-20:15 Uhr, 28.11.2025, 15 €

**KURSE FÜR TEILNEHMENDE
OHNE VORKENNTNISSE (A1.1)**
Wochenendkurs Französisch für die Reise

252.4H006T Angelika Gabriele Sparla, VHS
Sa/So, 10-15 Uhr, 2x, 08./09.11.2025, 46 €

Französisch A1.1 (Jahreskurs) – Für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse

252.4H100T NN, VHS
Fr, 16-17:30 Uhr, ab 19.09.2025, 30x, 193 €

Französisch A1.1 (Jahreskurs) – Für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse

252.4H102T Fatiha Mabrou, VHS
Do, 9-10:30 Uhr, ab 18.09.2025, 30x, 193 €

Französisch A1.1 (2. Semester) –

Für Anfänger mit Schulkenntnissen
252.4H170T Pascale Chassin, VHS
Mo, 17:45-19:15 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 105 €

Französisch A1.1 (2. Semester) –

Für Anfänger/-innen mit geringen Kenntnissen
252.4H172T Urte Kemper, VHS
Mi, 16-17:30 Uhr, ab 17.09.2025, 15x, 97 €


**KURSE FÜR TEILNEHMENDE
MIT GERINGEN VORKENNTNISSEN (A1.2)**
Französisch A1.2 (Jahreskurs)

252.4H200T Urte Kemper, VHS
Mo, 16-17:30 Uhr, ab 15.09.2025, 30x, 193 €

Französisch A1.2 (2. Semester) – Kleingruppe

252.4H270T Urte Kemper, VHS
Do, 16-17:30 Uhr, ab 18.09.2025, 15x, 105 €

Grammatik mit Spaß – Französisch A1 Kompakt

252.4H290T Urte Kemper, VHS
Fr, 16-20:15 Uhr, 07.11.2025, 19 €

Grammatik mit Spaß – Französisch A1 Kompakt

252.4H292T Fatiha Mabrou, VHS
Sa, 9:30-13:45 Uhr, 17.01.2026, 19 €

KURSE FÜR LEICHT FORTGESCHRITTENE (A2)
Französisch A2.1 (1. Semester) – Kleingruppe

252.4H350T Jürgen Eickmann, VHS
Mo, 10:45-12:15 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 105 €

Französisch A2.2 (Jahreskurs) – Kleingruppe

252.4H400T NN, VHS
Di, 17:45-19:15 Uhr, ab 16.09.2025, 30x, 211 €

Französisch A2.2 (1. Semester) – Kleingruppe

252.4H450T Jürgen Eickmann, VHS
Mo, 9-10:30 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 105 €

Französisch A2.2 (2. Semester) – Kleingruppe

252.4H470T Jürgen Eickmann, VHS
Mo, 17:45-19:15 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 105 €

Französisch A2.2 (2. Semester) – Kleingruppe

252.4H472T Fatiha Mabrou, VHS
Mi, 16-17:30 Uhr, ab 17.09.2025, 15x, 105 €

Französisch A2.2 (2. Semester)

252.4H474T Anette Höfer, VHS
Do, 18:40-20:10 Uhr, ab 18.09.2025, 15x, 97 €

Grammatik mit Spaß – Französisch A2 Kompakt

252.4H490T Urte Kemper, VHS
Sa, 9:30-13:45 Uhr, 08.11.2025, 19 €

Grammatik mit Spaß – Französisch A2 Kompakt

252.4H492T Fatiha Mabrou, VHS
So, 9:30-13:45 Uhr, 18.01.2026, 19 €

KURSE FÜR FORTGESCHRITTENE (B1/B2)
Französisch B1.1 (1. Semester) – Kleingruppe

252.4H550T Fatiha Mabrou, VHS
Fr, 10:45-12:15 Uhr, ab 19.09.2025, 15x, 120 €

Französisch mit Muße B1.1 (1. Semester) – Kleingruppe

252.4H552T Anette Höfer, VHS
Do, 17-18:30 Uhr, ab 18.09.2025, 15x, 105 €

Französisch B1.2 (1. Semester) – Kleingruppe

252.4H650T Urte Kemper, VHS
Do, 17:45-19:15 Uhr, ab 18.09.2025, 15x, 105 €

Französisch B1.2 (2. Semester) – Kleingruppe

252.4H670T Urte Kemper, VHS
Do, 14:15-15:45 Uhr, ab 18.09.2025, 15x, 105 €

Auffrischkurs Französisch B1

252.4H700T Ingrid Zimmermann, VHS
Mo, 17:45-19:15 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 97 €

Grammatik mit Spaß – Französisch B1 Kompakt

252.4H710T Urte Kemper, VHS
So, 9:30-13:45 Uhr, 09.11.2025, 19 €

KONVERSATIONSKURSE (AB B1)
Compréhension et expression orale

252.4H800T Ingrid Zimmermann, VHS
Fr, 10:45-12:15 Uhr, ab 19.09.2025, 15x, 116 €

Le français en vrai! – Online – Niveau B1-C1

252.4H802T Fatiha Mabrou, VHS
Di, 16:20-17:50 Uhr, ab 16.09.2025, 15x, 116 €

Entraînement à la conversation

252.4H804T Pascale Chassin, VHS
Di, 10:45-12:15 Uhr, ab 16.09.2025, 15x, 116 €

Entraînement à la conversation

252.4H806T Urte Kemper, VHS
Mi, 17:45-19:15 Uhr, ab 17.09.2025, 15x, 116 €

Soirée de français

252.4H808T NN, Theodor-Heuss-Gymnasium (Kettwig)
Do, 19-20:30 Uhr, ab 25.09.2025, 4x, 37 €

Unterwegs in Frankreich und in der Frankophonie – Niveau B1/B2

252.4H810T Urte Kemper, VHS
Mo, 17:45-19:15 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 116 €

À l'écoute de l'actualité

252.4H812T André Schneider, VHS
Do, 9-10:30 Uhr, ab 18.09.2025, 13x, 100 €

Mit Cosmopolite auf Entdeckungsreise – Online – Niveau B2

252.4H814T Fatiha Mabrou, VHS
Mo, 16:20-17:50 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 116 €

Französisch A2.2 (2. Semester) – Für Seniorinnen und Senioren – Kleingruppe

252.4H900T Anette Höfer, VHS
Do, 10:45-12:15 Uhr, ab 18.09.2025, 15x, 105 €

ITALIENISCH

i Beratung / Programmbereichsleiterin
Johanna.Hellermann@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43214

Fragen zur Anmeldung

Soukaina.Afritit@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43223

**KURSE FÜR TEILNEHMENDE
OHNE VORKENNTNISSE (A1.1)**
Italienisch zum Probieren

252.4K000T Cristina Schwarz-Dorra, VHS
Mo-Fr, 18-20:20 Uhr, 08.-12.09.2025, 5x, 58 €

Wochenendkurs Italienisch für die Reise

252.4K002T Edith Gumbinger, VHS
Sa/So, 10-15 Uhr, 27./28.09.2025, 2x, 46 €

SPRACHEN

Italienisch A1.1 (Jahreskurs) – Für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse
252.4K100T Anna Leva, VHS
Fr, 16-17:30 Uhr, ab 19.09.2025, 30x, 193 €

Italienisch A1.1 (Jahreskurs) – Für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse
252.4K102T Antonia La Cara-Lenz, VHS
Mo, 17:45-19:15 Uhr, ab 15.09.2025, 30x, 193 €

Italienisch A1.1 (Jahreskurs) – Für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse
252.4K104T Anna Leva, VHS
Di, 16-17:30 Uhr, ab 16.09.2025, 30x, 193 €

Italienisch A1.1(2. Semester) – Für Anfänger/-innen mit geringen Kenntnissen
252.4K170T Edith Gumbinger, VHS
Mo, 20-21:30 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 97 €

Italienisch A1.1(2. Semester) – Für Anfänger/-innen mit geringen Kenntnissen
252.4K172T Angela Thomas, VHS
Di, 16-17:30 Uhr, ab 16.09.2025, 15x, 97 €



KURSE FÜR TEILNEHMENDE MIT GERINGEN VORKENNTNISSEN (A1.2)

Schnellkurs Italienisch A1.2 (1. Semester) – Kleingruppe
252.4K200T Giovanni Musacchia, VHS
Mi, 10:45-12:15 Uhr, ab 10.09.2025, 15x, 105 €

Italienisch A1.2 (Jahreskurs)
252.4K250T Silvia Volpato, VHS
Do, 17:45-19:15 Uhr, ab 18.09.2025, 27x, 174 €

Italienisch A1.2 (2. Semester) – Kleingruppe
252.4K270T Angela Thomas, VHS
Fr, 10:45-12:15 Uhr, ab 19.09.2025, 15x, 105 €

Italienisch A1.2 (2. Semester)
252.4K272T Angela Thomas, VHS
Di, 17:45-19:15 Uhr, ab 16.09.2025, 15x, 97 €

Grammatik mit Spaß – Kompaktkurs Italienisch A1
252.4K290T Edith Gumbinger, VHS
Sa, 10-15 Uhr, 29.11.2025, 23 €

Italienisch A1 Intensiv – Wiederholung am Wochenende
252.4K292T Edith Gumbinger, VHS
Sa/So, 10-15 Uhr, 17./18.01.2026, 2x, 46 €

KURSE FÜR LEICHT FORTGESCHRITTENE (A2)

Italienisch A2.1 (1. Semester) – Online – Kleingruppe
252.4K350T Sabina Scarcella,
Do, 17:15-18:45 Uhr, ab 18.09.2025, 15x, 105 €

Schnellkurs Italienisch A2.2 (1. Semester)
252.4K450T Giovanni Musacchia, VHS
Mi, 17-18:30 Uhr, ab 10.09.2025, 15x, 97 €

Italienisch mit Muße A2.2 (1. Semester) – Kleingruppe
252.4K452T Antonia La Cara-Lenz, VHS
Mi, 10:45-12:15 Uhr, ab 17.09.2025, 15x, 105 €

Italienisch mit Muße A2.2 (2. Semester) – Kleingruppe
252.4K470T Antonia La Cara-Lenz, VHS
Mo, 16-17:30 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 105 €

Schnellkurs Italienisch A2.2 (2. Semester) – Jahreskurs
252.4K472T Giovanni Musacchia, VHS
Mi, 18:40-20:10 Uhr, ab 10.09.2025, 30x, 193 €

Grammatik mit Spaß – Kompaktkurs Italienisch A2
252.4K490T Edith Gumbinger, VHS
So, 10-15 Uhr, 30.11.2025, 23 €

KURSE FÜR FORTGESCHRITTENE (B1/B2)

Italienisch B1.2 (1. Semester) – Kleingruppe
252.4K600T Silvia Volpato, VHS
Mo, 10:45-12:15 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 105 €

Italienisch B2.1 (Jahreskurs) – Kleingruppe
252.4K700T Anna Leva, VHS
Di, 17:45-19:15 Uhr, ab 16.09.2025, 30x, 210 €

Italienisch B2.1 (1. Semester) – Kleingruppe
252.4K702T Silvia Volpato, VHS
Do, 19:30-21 Uhr, ab 18.09.2025, 15x, 105 €

I sabati italiani – Kleingruppe – Livello B1+
252.4K704T Cristina Schwarz-Dorra, VHS
Sa, 10-14:30 Uhr, ab 08.11.2025, 3x, 58 €

KONVERSATIONSKURSE

A voi la parola – Corso di conversazione – Livello A2
252.4K800T Antonia La Cara-Lenz, VHS
Mo, 14:15-15:45 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 116 €

Italiano: Pronti, via! – Livello B2
252.4K802T Cristina Schwarz-Dorra, VHS
Do, 9-12:15 Uhr, ab 18.09.2025, 23x, 354 €

Corso di conversazione in italiano – Livello B2
252.4K804T Silvia Volpato, VHS
Mo, 9-10:30 Uhr, ab 15.09.2025, 15x, 116 €

Gli incontri del Martedì – Livello B2-C1
252.4K806T Cristina Schwarz-Dorra, VHS
Di, 17:45-20:05 Uhr, ab 07.10.2025, 9x, 104 €

Percorsi nella cultura e nella civiltà italiana – Livello B2-C1
252.4K808T Giovanni Musacchia, VHS
Mi, 9-10:30 Uhr, ab 10.09.2025, 15x, 116 €

KURSE 60 PLUS

Italienisch A1.2 (1. Semester) – Für Seniorinnen und Senioren – Kleingruppe
252.4K900T Antonia La Cara-Lenz, VHS
Di, 16-17:30 Uhr, ab 16.09.2025, 15x, 120 €

Italienisch A1.2 (1. Semester) – Für Seniorinnen und Senioren – Kleingruppe
252.4K902T Antonia La Cara-Lenz, VHS
Do, 10:45-12:15 Uhr, ab 18.09.2025, 15x, 105 €

Italienisch A2.1 (1. Semester) – Für Seniorinnen und Senioren – Kleingruppe
252.4K904T Antonia La Cara-Lenz, VHS
Di, 14:15-15:45 Uhr, ab 16.09.2025, 15x, 105 €

KROATISCH FÜR ANFÄNGERINNEN

i Beratung / Programmbereichsleiterin
Heike.Reintanz@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43222

Fragen zur Anmeldung
Soukaina.Afritit@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43223

Kroatisch/Bosnisch/Serbisch/Montenegrinisch A1.1 (1. Semester)
252.4M050M Kristina Bukorovic, VHS
Mi, 17:45-20 Uhr, ab 24.09.2025, 15x, 156 €

KROATISCH FÜR ANFÄNGERINNEN MIT VORKENNTNISSEN

Kroatisch/Bosnisch/Serbisch/Montenegrinisch A1.1 (2. Semester)
252.4M070M Viktorija Mousa, VHS
Di, 17:45-20 Uhr, ab 23.09.2025, 15x, 156 €

Kroatisch/Bosnisch/Serbisch/Montenegrinisch A1.2 (1. Semester)
252.4M088M Viktorija Mousa, VHS
Do, 17:45-20 Uhr, ab 25.09.2025, 15x, 156 €

NIEDERLÄNDISCH – INTENSIVKURSE

i Beratung / Programmbereichsleiterin
Heike.Reintanz@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43222

Fragen zur Anmeldung
Soukaina.Afritit@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43223

Niederländisch I – für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse
252.4N018M Silvia Wrede, VHS
Mo-Fr, 9-16 Uhr, ab 10.11.2025, 165 €

Einstieg in die niederländische Sprache
252.4N020M Sabine Wallmann, online
Mo, 10-14 Uhr, 5 Tage, 7 Termine, ab 08.09.2025, 95 €

NIEDERLÄNDISCH AM WOCHENENDE

Weekeinde I: Niederländisch A1 für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse
252.4N024M Sabine Wallmann, VHS
Sa/So 9:30-16:30 Uhr, ab 08.11.2025, 59 €

Weekeinde II: Niederländisch A1 mit geringen Vorkenntnissen
252.4N034M Sabine Wallmann, VHS
Sa, 9:30-16:30 Uhr, 2x, ab 29.11.2025, 59 €

Weekeinde III: Niederländisch A1 mit guten Vorkenntnissen
252.4N036M Sabine Wallmann, VHS
Sa, 9:30-16:30 Uhr, 2x, ab 17.01.2026, 59 €

Een Dagje Nederlands: Niederländisch Wiederholungstag
252.4N042M Silvia Wrede, VHS
Sa, 9:30-15:45 Uhr, 17.01.2026, 27 €

SEMESTERKURSE FÜR ANFÄNGER/-INNEN

Niederländisch A1.1
252.4N050M Jürgen Jost, VHS
Mo, 19:30-21 Uhr, ab 22.09.2025, 15x, 97 €

Niederländisch A1.1
252.4N052M Ali Cimen, VHS
Do, 19:30-21 Uhr, ab 25.09.2025, 15x, 97 €

SEMESTERKURSE AB A1.2 UND A2

Niederländisch A1.2 – online

252.4N070M Silvia Wrede, online
Do, 17-18:30 Uhr, ab 25.09.2025, 15x, 97 €

Niederländisch A2.1

252.4N075M Ali Cimen, VHS
Di, 16-17:30 Uhr, ab 16.09.2025, 15x, 97 €

Niederländisch A2.1

252.4N076M Ali Cimen, VHS
Di, 17:45-19:15 Uhr, ab 16.09.25, 15x, 97 €

Niederländisch A2.1

252.4N077M N. N., VHS
Mo, 17:45-19:15 Uhr, ab 22.09.25, 15x, 105 €

Niederländisch A2.2

252.4N156M Karen M. E. Wallrich, VHS
Mi, 17:45-19:15 Uhr, ab 24.09.2025, 15x, 105 €

SEMESTERKURSE B1

Niederländisch B1.1

252.4N175M Ali Cimen, VHS
Mo, 19:30-21 Uhr, ab 22.09.2025, 15x, 105 €

Niederländisch B1.1 (2. Semester)

252.4N190M Ali Cimen, VHS
Mi, 17:45-19:15 Uhr, ab 24.09.2025, 15x, 105 €

Niederländisch B1.2 – online

252.4N195M Silvia Wrede, online
Di, 17:45-19:15 Uhr, 15x, ab 23.09.2025, 105 €

ONLINE – SEMESTERKURSE B2 UND C1

Niederländisch B2.1

(2. Semester + Moodle) – online
252.4N300M Silvia Wrede, online
Mo, 18:50-20:20 Uhr, ab 22.09.2025, 15x, 105 €

Niederländisch C1.2

(1. Semester) – online (+ Moodle)
252.4N360M Silvia Wrede, online
Do, 18:50-20:20 Uhr, ab 25.09.2025, 15x, 105 €

Lektürekurs ab B2 Niveau: Leeskring Nederlands

252.4N375M Sabine Wallmann
Do, 11-12:30 Uhr, ab 30.10.2025, 15x, 108 €

Lektürekurs ab B2 Niveau: Leeskring Nederlands

252.4N380M Sabine Wallmann,
Di, 17:30-19 Uhr, ab 28.10.2025, 13x, 100 €

PORTUGIESISCH

Beratung / Programmbereichsleiterin

Johanna.Hellermann@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43214

Fragen zur Anmeldung

Soukaina.Afritit@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43223

Wochenendkurs Europäisches Portugiesisch mit Spaß und Erfolg

252.4P000T Carla Rocha Vogel, VHS
Sa/So, 9:30-14:30 Uhr, 08./09.11.2025, 46 €

Wochenendkurs Brasilianisches Portugiesisch mit Spaß und Erfolg

252.4P002T Márcia Santos Sant'Ana, VHS
Sa/So, 9:30-14:30 Uhr, 29./30.11.2025, 46 €

Wochenendkurs Brasilianisches Portugiesisch mit Spaß und Erfolg

252.4P004T Márcia Santos Sant'Ana, VHS
Sa/So, 9:30-14:30 Uhr, 17./18.01.2026, 46 €

Portugiesisch A1.1 (1. Semester) –

Für Anfänger (europ. Port.) – Online
252.4P150T Ana-Maria Silva-Gebhardt,
Di, 19-20:30 Uhr, ab 14.10.2025, 15x, 97 €

Portugiesisch A1.2 – Brasilianisches Portugiesisch – Kleingruppe

252.4P170T Márcia Santos Sant'Ana, VHS
Mi, 17:45-19:15 Uhr, ab 24.09.2025, 15x, 105 €

Portugiesisch A2.1 – Brasilianisches Portugiesisch – Kleingruppe

252.4P300T Márcia Santos Sant'Ana, VHS
Mo, 17:45-19:15 Uhr, ab 22.09.2025, 15x, 105 €

Portugiesisch A2.2 (1. Semester) –

Europäisches Portugiesisch – Kleingruppe
252.4P450T Carla Rocha Vogel, VHS
Mi, 17:45-19:15 Uhr, ab 17.09.2025, 15x, 105 €

RUSSISCH FÜR EINSTEIGER/-INNEN

Beratung / Programmbereichsleiterin

Heike.Reintanz@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43222

Fragen zur Anmeldung

Soukaina.Afritit@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43223

Natschalo: Erste Schritte Russisch

252.4Q014M Jana Behrendt, VHS
Mi, 17:45-19:15 Uhr, ab 29.10.2025, 12x, 83 €

RUSSISCH FÜR TEILNEHMENDE MIT VORKENNTNISSEN

Russisch A1.2 (1. Semester)

252.4Q026M Jana Behrendt, VHS
Di, 17:45-19:15 Uhr, ab 23.09.25, 15x, 105 €

Russisch B1+ – online

252.4Q220M Dr. Stefan Schaak, online
Mi, 19:30-21 Uhr, ab 17.09.2025, 20x, 155 €

Russisch – online: Kommunikation B1+

252.4Q560M Natalia Galkina, online
Mo, 19-21:15 Uhr, 15x, ab 22.09.2025, 154 €

Russisch B1/B2 – Am Ball bleiben – online

252.4Q624M Dr. Susanne Wendt, online
Mi, 18:30-20:45 Uhr, ab 24.09.25, 15x, 154 €

SPANISCH – INTENSIVKURSE

Beratung / Programmbereichsleiterin

Heike.Reintanz@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43222

Fragen zur Anmeldung

Soukaina.Afritit@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43223

Spanisch I

252.4S002M Cristina Canullo, Kulturforum (Steele)
Mo- Fr, 9-15 Uhr, ab 17.11.2025, 5x, 150 €

Spanisch II

252.4S003M Cristina Canullo, Kulturforum (Steele)
Mo- Fr, 9-15 Uhr, ab 24.11.2025, 5x, 150 €

Spanisch III

252.4S004M Cristina Canullo, Kulturforum (Steele)
Mo- Fr, 9-15 Uhr, ab 01.12.2025, 5x, 150 €

Spanisch II

252.4S006M Silvia Wrede, VHS
Mo, 9-16 Uhr, 5x, ab 19.01.2026, 160 €

SPANISCH AM WOCHENENDE

Workshop I: Spanisch für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse

252.4S012M Silvia Wrede, VHS
Sa/So, 9:30-15:45 Uhr, 27./28.09.2025, 55 €

Workshop II: Spanisch für Anfänger/-innen mit ersten Vorkenntnisse

252.4S014M Silvia Wrede, VHS
Sa/So, 9:30-15:45 Uhr, 08./09.11.2025, 55 €

Workshop III: Spanisch für Anfänger/-innen mit guten Vorkenntnissen

252.4S016M Silvia Wrede, VHS
Sa/So, 9:30-15:45 Uhr, 29./30.11.2025, 55 €

Workshop Endspurt A1

252.4S022M Silvia Wrede, VHS
So, 9:30-15:45 Uhr, 18.01.2026, 28 €

Workshop Endspurt A1

252.4S023M Silvia Wrede, Kulturforum (Steele)
Sa/So, 9:30-15:45 Uhr, 15./16.11.25, 55 €

LANDESKUNDE

Kulturelle Vielfalt Lateinamerikas entdecken – interkulturelles Training

252.4S026M Andrea Babilon, VHS
Sa, 14:15-17:30 Uhr, 17.01.2026, 24 €

Faszinierende Reise durch Peru, Bolivien und Chile – Eine Reportage

252.4S028M Andrea Babilon, VHS
Sa, 18-19:30 Uhr, 17.01.2026, 12 €

SEMESTERKURSE FÜR ANFÄNGER/-INNEN

Spanisch A1.1 (1. Semester + Moodle)

252.4S050M Dora Vonderbank, VHS
Mi, 17:45-19:15 Uhr, ab 24.09.25, 15x, 97 €

Weitere Kurse werden geplant. Bitte fragen Sie nach:
0201 88-43222, Heike Reintanz

Junge VHS: Spanisch lernen beim Malen und Zeichnen (11-16 Jahre)

252.4S070M Dora Vonderbank, VHS
Mi, 15-17:30 Uhr, ab 24.09.2025, 15x, 166 €

Spanisch A1.1 (2. Semester)

252.4S101M Dora Vonderbank, VHS
Di, 17:45-19:15 Uhr, ab 23.09.2025, 15x, 97 €

Spanisch A1.1 (2. Semester)

252.4S102M Virginia Peyrás, VHS
Do, 16-17:30 Uhr, ab 25.09.2025, 15x, 97 €

Spanisch A1.1 (2. Semester)

252.4S104M Dora Vonderbank, VHS
Di, 19:30-21 Uhr, ab 23.09.2025, 15x, 97 €

Spanisch A1.2 (1. Semester)

252.4S124M Virginia Peyrás, VHS
Mi, 16-17:30 Uhr, ab 24.09.2025, 15x, 105 €

Spanisch A 1.1 (2. Semester)

252.4S110M Maria Gomez Otero
Do, 19:10-20:40, ab 25.09.2025, 15x, 113 €

Spanisch A1.2 (1. Semester + Moodle)

252.4S122M N. N.
Do, 17:45-19:15, ab 25.09.2025, 15x, 97 €

Spanisch A1.2 (1. Semester)

252.4S126M Virginia Peyrás, VHS
Do, 19:30-21 Uhr, ab 25.09.2025, 15x, 105 €

SEMESTERKURSE AB A1.2

Spanisch A1.2 (1. Semester) – online

252.4S130M Araceli Alvarez, online
Mo, 17:30-19 Uhr, ab 29.09.2025, 15x, 113 €

Spanisch A1.2 (2. Semester)

252.4S132M Virginia Peyrás, VHS
Do, 17:45-19:15 Uhr, ab 25.09.2025, 15x, 97 €

SPRACHEN

SCHNELLER LERNEN

Spanisch A1.1 (Teil 3) – Kompakt – online
252.4S133M Araceli Alvarez
Mi, 18–20:15 Uhr, ab 24.09.2025, 15x, 173 €

Español rapidísimo
252.4S150M Araceli Alvarez
Mo, 9:30–11:45 Uhr, ab 22.09.2025, 30x, 309 €

Spanisch – Kompakt A 2.1 (1. Semester) – Online
252.4S151M Araceli Alvarez
Di, 18–20:15 Uhr, ab 23.09.2025, 15x, 173 €

REISEWISSEN UND SPRACHE

Spanisch für Reisen
252.4S152M Pablo Alberto Ramos, VHS
Fr, 16–17:30 Uhr, ab 31.10.2025, 10x, 120 €

SPANISCH A2

Spanisch A2.1 (1. Semester)
252.4S165M Pablo Alberto Ramos, VHS
Fr, 17:45–19:15 Uhr, ab 19.09.2025, 15x, 105 €

Spanisch A2.1 (1. Semester)
252.4S166M Virginia Peyrás, VHS
Mi, 17:45–19:15 Uhr, ab 24.09.2025, 15x, 105 €

Spanisch A2.1 (2. Semester)
252.4S184M Cornelia Kauer, VHS
Di, 18:20–19:50 Uhr, ab 23.09.2025, 15x, 105 €

Spanisch A2.1 (2. Semester) – online
252.4S192M Cristina Canullo
Di, 17–18:30 Uhr, ab 23.09.2025, 15x, 135 €

Spanisch A2 (Teil 3)
252.4S194M Asunción Mas Hurtado, VHS
Mi, 18:20–19:50 Uhr, ab 24.09.2025, 15x, 105 €

Spanisch A2 (Teil 3)
252.4S195M Asunción Mas Hurtado, VHS
Di, 17:20–18:50 Uhr, ab 23.09.2025, 15x, 97 €

Spanisch A2.2 (1. Semester)
252.4S196M Carmen Schley Bueno, VHS
Mo, 18:40–20:10 Uhr, ab 22.09.2025, 15x, 97 €

Spanisch A2.1 (2. Semester) – online
252.4S197M Cristina Canullo, online
Di, 18:45–20:15 Uhr, ab 23.09.2025, 15x, 135 €

Spanisch A2.2 (2. Semester)
252.4S222M N. N., VHS
Mo, 17:45–19:15 Uhr, ab 22.09.2025, 15x, 105 €

Spanisch A2.2 (2. Semester) – online
252.4S232M Maria Gómez Otero, online
Mo, 17:30–19 Uhr, ab 22.09.2025, 15x, 105 €

SPANISCH B1

Spanisch B1.1 (1. Semester)
252.4S241M Asunción Mas Hurtado, VHS
Do, 18:20–19:50 Uhr, ab 25.09.2025, 15x, 105 €

Spanisch B1.2 (2. Semester)
252.4S342M Asunción Mas Hurtado, VHS
Mo, 18:30–20 Uhr, ab 22.09.2025, 15x, 105 €

Spanisch B1.2 (2. Semester) – online
252.4S352M Maria Gómez Otero, online
Mo, 19:10–20:40 Uhr, ab 22.09.2025, 15x, 120 €

Spanisch B1.2 (langsames Lerntempo)
252.4S362M Corina Olimpia Gómez Trujillo, VHS
Di, 18:40–20:10 Uhr, ab 23.09.2025, 15x, 135 €

SPANISCH B2

Spanisch B2.1 (2. Semester)
252.4S382M Carmen Schley Bueno, VHS
Mo, 17–18:30 Uhr, ab 22.09.2025, 15x, 97 €

Spanisch B2 aktuell! – online
252.4S440M Yulaxi Guancho Sotolongo, online
Mi, 18–19:30 Uhr, ab 24.09.2025, 10x, 70 €

Spanisch B2 Consolidación y Refuerzo – online
252.4S502M Carmen Schley Bueno, online
Di, 11–12:30 Uhr, ab 23.09.2025, 15x, 105 €

SPANISCH KONVERSATION

Conversación en Castellano B1
252.4S700M Dely Rosario Toranzos de Carvajal,
Kulturforum (Steele)
Mo, 9–11:45 Uhr, ab 22.09.2025, 15x, 155 €

Conversación en Castellano– B2
252.4S750M Dely Rosario Toranzos de Carvajal,
VHS
Mi, 17:45–19:15 Uhr, ab 24.09.2025, 15x, 105 €

SPANISCH 60 PLUS

Español Despacito: Spanisch A1.1
Der Termin wird noch festgelegt. Bitte fragen Sie
nach: 0201 88–43222, Heike Reintanz

Español Despacito: Spanisch A1.2 (1. Semester)
252.4S800M Virginia Peyrás, VHS
Do, 10:45–12:15 Uhr, ab 25.09.2025, 15x, 105 €

Español Despacito: Spanisch A2.1 (2. Semester)
252.4S815M Yolanda Aguilera González, VHS
Fr, 10:45–12:15 Uhr, ab 26.09.2025, 15x, 105 €

Español Despacito – Spanisch B1
252.4S850M Carmen Schley Bueno, VHS
Do, 10:45–12:15 Uhr, ab 25.09.2025, 15x, 105 €

i Beratung / Programmbereichsleiterin
Heike.Reintanz@vhs.essen.de
☎ 0201 88–43222

Fragen zur Anmeldung
Soukaina.Afritit@vhs.essen.de
☎ 0201 88–43223

TÜRKISCH FÜR ANFÄNGERINNEN

Türkisch A1.1 (1. Semester)
252.4T010M Ali Cimen, VHS
Di, 19:30–21 Uhr, ab 23.09.2025, 15x, 105 €

TÜRKISCH MIT VORKENNTNISSEN

Türkisch A1.1 (2. Semester)
252.4T106M Kays Mutlu
Do, 17:45–19:15 Uhr, ab 25.09.2025, 15x, 105 €

Türkisch A2.1 (2. Semester)
252.4T222M Ali Cimen
Mo, 17:45–19:15 Uhr, ab 22.09.2025, 15x, 105 €

ARABISCH

i Beratung / Programmbereichsleiterin
Heike.Reintanz@vhs.essen.de
☎ 0201 88–43222

Fragen zur Anmeldung
Soukaina.Afritit@vhs.essen.de
☎ 0201 88–43223

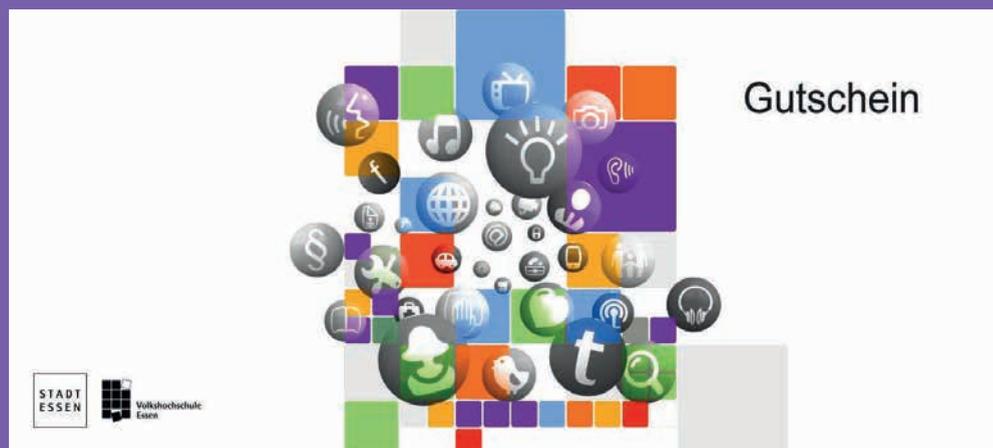
Arabisch A 1.1 (1. Semester)
252.4T510M Kamar Almaola, VHS
Di, 17:45–19:15 Uhr, ab 23.09.2025, 15x, 97 €

Arabisch A 1.1 (2. Semester)
252.4T511M Kamar Almaola, VHS
Mi, 17:45–19:15 Uhr, ab 24.09.2025, 15x, 97 €

**Interkulturelles Training mit Fokus auf arabische
Sprache und Kultur**
252.4T520M Moutasm Alyounes, VHS
Sa, 10–15 Uhr, 27.09.2025, 40 €

**Vortrag in arabischer Sprache: Zahngesundheit
und deutsches Gesundheitssystem**
252.4T991M Maalem Ghouzi, VHS
Sa, 15–17 Uhr, 08.11.2025, 0 €

Die ideale Geschenkidee – Bildung verschenken! Freie Auswahl aus rund 1000 Veranstaltungen



Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Geschenkgutscheine können Sie einfach und bequem online bestellen unter www.vhs-essen.de oder Sie erwerben die Gutscheine direkt an der Information der Volkshochschule Essen, Burgplatz 1



10-FINGER-TASTSCHREIBEN AM PC

i Beratung / Programmabereichsleiter
Reimund.Evers@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43202

Fragen zur Anmeldung
Annette.Volmer@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43102

**Junge VHS: 10-Finger-Tast schreiben Basics
(für Schüler/-innen von 11 bis 17)**

252.5A020K N. N., VHS
Mo-Do, 10-12 Uhr, 13.-16.10.2025, 57 €

252.5A022K N. N., VHS
Mo-Do, 12:30-14:30 Uhr, 13.-16.10.2025, 57 €

10-Finger-Tast schreiben – schnell und sicher

252.5A032K Nadine Büker, VHS
Fr, 17:45-20:05 Uhr, ab 14.11.2025, 7x, 107 €

252.5A034K Anke Luft, VHS
Fr, 17:45-20:05 Uhr, ab 30.01.2026, 7x, 107 €

DIGITAL IN ALLTAG & BERUF

i Beratung / Programmabereichsleiterin
Katharina.Graner@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43203

Fragen zur Anmeldung
Erich.Maibaum@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43218

Digitales Erbe – Wie Sie Ihren digitalen Nachlass regeln

252.5A150H Christiane Biederbeck, VHS
Mi, 18:30-20 Uhr, 03.12.2025, 0 €

Die Macht des Teilens: Warum Open Source unsere Zukunft prägt

252.5A160H Stefan Nau, VHS
Mi, 18-19:45 Uhr, 28.01.2026, 9 €

PC EINSTIEG & GRUNDLAGEN

Vor der Anmeldung empfehlen wir Ihnen eine Beratung. Melden Sie sich bei Frau Graner und wir finden gemeinsam den richtigen Kurs, der zu Ihren Lernwünschen passt.

60 plus – PC Grundkurs – Digital im Alltag mit Windows und Internet

252.5A105H Hans Wittek, VHS
Do, 14:15-16:30 Uhr, ab 30.10.2025, 12x, 40 €

60 plus – PC Grundkurs – Digital im Alltag mit Windows und Internet

252.5A106H Hans Wittek, VHS
Mi, 10:45-13 Uhr, ab 01.10.2025, 12x, 40 €

PC Grundkurs – Digital im Alltag mit Windows und Internet

252.5A108H Hans Wittek, VHS
Di, 17-19:15 Uhr, ab 28.10.2025, 12x, 40 €

60 plus – PC Aufbaukurs – Digital im Alltag mit Windows und Internet

252.5A110H Hans Wittek, VHS
Do, 10:45-13 Uhr, ab 02.10.2025, 12x, 40 €

60 plus – PC Aufbaukurs – Digital im Alltag mit Windows und Internet

252.5A111H Hans Wittek, VHS
Mi, 14:15-16:30 Uhr, ab 24.09.2025, 12x, 40 €

60 plus – PC Aufbaukurs – Digital im Alltag mit Windows und Internet

252.5A112H Hans Wittek, VHS
Mo, 10:45-13 Uhr, ab 29.09.2025, 12x, 40 €

PC Aufbaukurs – Digital im Alltag mit Windows und Internet

252.5A113H Hans Wittek, VHS
Mi, 17-19:15 Uhr, ab 24.09.2025, 12x, 40 €

Effizient mit Windows arbeiten – Wochenendworkshop

252.5A118H Hans Wittek, VHS
Sa/So, 10-17 Uhr, ab 29./30.11.2025, 2x, 76 €

Einstieg in den Mac – Apples Betriebssystem MAC OS

252.5A119H Kevin Samuel Smith, VHS
Mo, 17:45-20 Uhr, ab 10.11.2025, 6x, 99 €

Laptop Schnelleinstieg

252.5A120H Ulrich Bauer, VHS
Mo-Mi, 12:30-15:45 Uhr, 02.-04.02.2026, 62 €

Linux für Einsteiger/-innen

252.5A122H Stefan Nau, VHS
Do, 17:45-20 Uhr, ab 13.11.2025, 5x, 69 €

Gigabytes, RAM, Prozessor & Co.: Begriffe eines Computers einfach erklärt

252.5A125H Kevin Samuel Smith, Kulturforum (Steele)
Sa, 15-18 Uhr, 06.12.2025, 20 €

SMARTPHONE & TABLET GRUNDLAGEN

Bitte prüfen Sie vor der Kurswahl ob Ihr Gerät mit Android oder iOS (Apple) betrieben wird.

Android-Smartphones und -Tablets für Einsteiger/-innen – Kompaktkurs

252.5A150H Ulrich Bauer, VHS
Mi/Do, 9-12:15 Uhr, 24./25.09.2025, 45 €

Android-Smartphones und -Tablets für Einsteiger/-innen – Kompaktkurs

252.5A152H Ulrich Bauer, VHS
Mo/Di, 9-12:15 Uhr, 02./03.02.2026, 45 €

Android auf einen Blick: Grundlagen für Smartphone & Tablet

252.5A154H Dennis Sadlowski, VHS
Fr, 16-18:15 Uhr, ab 07.11.2025, 6x, 99 €

Einführung in den Umgang mit iPhone und iPad

252.5A170H Kevin Samuel Smith, Kulturforum (Steele)
Sa, 9:30-12:30 Uhr, ab 15.11.2025, 3x, 60 €

DIGITAL IM ALLTAG

Viele der nachfolgenden Kurse und Workshops setzen erste, grundlegende Kenntnisse in der Bedienung von Smartphone oder PC voraus.

Digital im Alltag – Souverän und unabhängig durch den Tag

252.5A200H Vesna Roos, VHS
Mo, 15-17:15 Uhr, ab 27.10.2025, 10x, 97 €

Digitale Helfer im Alltag: So wird Ihr Smartphone zum Allrounder

252.5A204H Constanze Brinkmann, VHS
Sa, 10-12:15 Uhr, 17.01.2026, 18 €

Internetsicherheit – Wie gehe ich sicher mit meinen Daten um?

252.5A206H Kevin Samuel Smith, Kulturforum (Steele)
Sa, 10-14:15 Uhr, ab 17.01.2026, 2x, 49 €

Windows-Systemsicherung: Wie Sie Ihre Daten sichern und wiederherstellen

252.5A208H Hans Laczny, VHS
Mo/Do, 17:45-20 Uhr, 19./22.01.2026, 39 €

Effizientes Dateimanagement

252.5A210H Vesna Roos, VHS
Fr, 15-18 Uhr, 21./28.11.2025, 40 €

Cybermobbing – Schutz, Unterstützung und Prävention – Onlineworkshop

252.5A220H Ann-Kathrin Seidel
Mi, 18-20 Uhr, 28.01.2026, 9 €

Fake News – Desinformation erkennen und Fakten prüfen

252.5A222H Ann-Kathrin Seidel, VHS
Sa, 15-17 Uhr, 17.01.2026, 0 €

BÜROSOFTWARE | OFFICE GRUNDLAGEN


Microsoft Office Grundlagen im Büroeinsatz

252.5A305H Vesna Roos, VHS
Do/Fr, 9-16:30 Uhr, 11./12./18./19.12.2025, 179 €

Office Crashkurs – Word, Excel, Powerpoint

252.5A310H Ulrich Bauer, VHS
Mi-Fr, 12:30-15:45 Uhr, 24.-26.09.2025, 62 €

Office Crashkurs – Word, Excel, Powerpoint

252.5A312H Ulrich Bauer, VHS
Mi-Fr, 9-12:15 Uhr, 03.-05.12.2025, 62 €

POWER-Wochenende: MS Office-Kenntnisse auffrischen und sicher anwenden

252.5A320H Vesna Roos, VHS
Sa/So, 9:30-16:45 Uhr, 27./28.09.2025, 79 €

POWER-Wochenende: MS Office-Kenntnisse auffrischen und sicher anwenden (am eigenen Laptop)

252.5A322H Vesna Roos, Kulturforum (Steele)
Sa/So, 10-17 Uhr, 13./14.12.2025, 79 €

Excel kompakt: Grundlagen für den Einstieg

252.5A340H Kevin Samuel Smith, VHS
Sa, 9:30-17 Uhr, 08.11.2025, 48 €

Excel kompakt – Selbstlernkurs

252.5A350H Ralph Kier
ab 15.09.2025, 30 €

Präsentieren mit MS PowerPoint – Crashkurs

252.5A360H Ulrich Bauer, VHS
Mi/Do, 12:30-16:30 Uhr, 03./04.12.2025, 35 €

Apple iWork – Pages, Numbers, Keynote

252.5A380H Kevin Samuel Smith, VHS
Do, 17:45-20 Uhr, ab 15.01.2025, 4x, 66 €

GESTALTUNG | SOCIAL MEDIA | TOOLS

Professionelle und kreative Designs mit Canva

252.5A392H Christiane Biederbeck, VHS
Sa, 13:30-16:45 Uhr, 29.11.2025, 25 €

Canva – kreative Content-Gestaltung

252.5A393H Ann-Kathrin Seidel, VHS
Fr, 9:30-16:30 Uhr, 23.01.2026, 49 €

Canva Pro: Professionelles Gestalten – für Fortgeschrittene

252.5A394H Christiane Biederbeck
Mo, 17-21 Uhr, 19.01.2026, 30 €

Die Online-Kollaborationsplattform Miro für Kreative – Onlineworkshop

252.5A415H Verena Hentschel
Di, 18-20:15 Uhr, 25.11.2025, 15 €

Rechtssicher im Internet: Websites, Blogs und Social Media

252.5A420H Constanze Brinkmann, VHS
Sa, 13:30-16:30 Uhr, 17.01.2026, 24 €

i Beratung / Programmbereichsleiterin

Katharina.Graner@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43203

Fragen zur Anmeldung

Erich.Maibaum@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43218

KÜNSTLICHE INTELLIGENZ



Künstliche Intelligenz (KI) – Einführung in ChatGPT

252.5A449H Tatyana Sarasa, VHS
Sa, 10-12:15 Uhr, 27.09.2025, 16 €

Künstliche Intelligenz (KI) – Einführung in ChatGPT

252.5A450H Tatyana Sarasa, VHS
Sa, 10-12:15 Uhr, 17.01.2026, 16 €

Künstliche Intelligenz (KI) für Einsteiger/-innen

252.5A451H Christiane Biederbeck, VHS
Sa, 9:30-12:45 Uhr, 29.11.2025, 24 €

Künstliche Intelligenz (KI) für Einsteiger/-innen – Praxisworkshop

252.5A452H Vesna Roos, VHS
Fr, 10-15:45 Uhr, 05.12.2025, 35 €

Künstliche Intelligenz (KI) für Einsteiger/-innen – Onlineworkshop

252.5A453H Jacob Armbruster
Sa, 10-16:30 Uhr, 31.01.2026, 42 €

Junge VHS: Künstliche Intelligenz für Schüler/-innen von 10–15 Jahren

252.5A096H Vesna Roos, VHS
So, 10-14 Uhr, 09.11.2025, 25 €

Effektive Nutzung von KI für das Berufsleben – Onlineworkshop

252.5A454H Jacob Armbruster
Fr, 10-16:30 Uhr, 28.11.2025, 49 €

Smart organisiert – Zeit- und Selbstmanagement mit KI – Onlineabend

252.5A458H Constanze Brinkmann
Do, 18-20 Uhr, ab 06.11.2025, 2x, 17 €

Bilder erstellen mit KI – Die Magie von Stable Diffusion

252.5A460H Tatyana Sarasa, VHS
Sa, 14-18 Uhr, 27.09.2025, 16 €

Bilder erstellen mit KI – Die Magie von Stable Diffusion

252.5A461H Tatyana Sarasa, VHS
Sa, 14-18 Uhr, 17.01.2026, 16 €

Künstliche Intelligenz (KI) – Promptdesign und Muster erkennen

252.5A463H Vesna Roos, Kulturforum (Steele)
Sa, 9:30-15 Uhr, 17.01.2026, 39 €

Kurzinput online: Machine Learning – Wie lernt eine Maschine?

252.5A465H Vesna Roos
Mo, 18-20 Uhr, 26.01.2026, 9 €

Rechtssicherer Einsatz von Künstlicher Intelligenz – Onlineworkshop

252.5A468H Constanze Brinkmann
Do, 18-20 Uhr, ab 15.01.2026, 2x, 17 €

Kurzinput online: KI & Digitalisierung in der Arbeitswelt?

252.5A470H Sven Lehmann
Do, 17-18 Uhr, 06.11.2025, 0 €

3D DRUCK | PC TECHNIK

3D-Druck zum Ausprobieren

252.5A475H Stanislav Stamenkovic, VHS
Sa, 15-17:15 Uhr, 27.09.2025, 15 €

3D-Druck zum Ausprobieren

252.5A476H Stanislav Stamenkovic, VHS
Sa, 16-18:15 Uhr, 29.11.2025, 15 €

3D-Druck – alles, was Sie für den Einstieg wissen müssen

252.5A478H Stanislav Stamenkovic, VHS
Sa, 10-15 Uhr, 08. & 29.11.2025, 59 €

Netzwerktechnik

252.5A480H Kevin Samuel Smith, VHS
Mi, 17:45-19:15 Uhr, 7x, ab 26.11.2025, 78 €

Einführung in Oracle VirtualBox – Virtuelle Maschinen einfach nutzen

252.5A490H Harald Eisenmenger
Sa, 10-13:30 Uhr, 17.01.2026, 15 €

WEBSEITEN & CONTENT MANAGEMENTSYSTEME [CMS]

Programmieren mit SCRATCH für Schüler/-innen von 10–15 Jahren

252.5A098H Dilek Salduz, VHS
Sa/So, 10-14 Uhr, 17./18.01.2026, 48 €

Einführung in HTML und CSS

252.5A512H Niklas Kanthak
Mo-Do, 08.-11.12.2025, 9:00-16:30 Uhr, 205 €

Webseiten gestalten und pflegen – WordPress Schnelleinstieg

252.5A552H Niklas Kanthak, VHS
Sa/So, 9-16 Uhr, 29./30.11.2025, 95 €

WordPress Schnelleinstieg – Onlinewochenende

252.5A554H Niklas Kanthak
Sa/So, 10-13:15 Uhr, 10./11.01.2026, 54 €

WordPress-Themes verstehen, bearbeiten und erweitern

252.5A555H Niklas Kanthak, VHS
Sa, 9-16:30 Uhr, 17.01.2026, 54 €

WordPress: Redaktion, Administration, Design

252.5A556H Niklas Kanthak, VHS
Mo-Mi, 9-16:30 Uhr, 17.-19.11.2025, 160 €

TYPO3 Schnelleinstieg – Onlinewochenende

252.5A570H Niklas Kanthak
Sa/So, 10-13:15 Uhr, 06./07.12.2025, 54 €

PROGRAMMIEREN

Einführung in die Programmierung mit JavaScript

252.5A630H Niklas Kanthak, VHS
Mo-Do, 9-16:30 Uhr, 12.-15.01.2026, 245 €

Python-Programmierung: Von den Grundlagen zur Praxis

252.5A640H Ralf Bendig, VHS
Mo-Fr, 9-16:30 Uhr, 15.-19.09.2025, 220 €

Programmiersprache Python – Onlineworkshop für Einsteiger/-innen

252.5A645H Simone Opel
Sa/So, 10-17 Uhr, 17./18.01.2026, 79 €

Programmiersprache Python – Onlineworkshop für Fortgeschrittene

252.5A646H Simone Opel
Sa, 10-17 Uhr, 31.01.2026, 48 €

Machine Learning mit Python

252.5A648H Ralf Bendig, VHS
Mo-Fr, 9-16:30 Uhr, 10.-14.11.2025, 220 €

Anwendung Generativer KI mit Python

252.5A649H Ralf Bendig, VHS
Mo-Fr, 9-16:30 Uhr, 09.-13.02.2026, 220 €

MicroPython: Coden für Anfänger/-innen

252.5A660H Hans Wittek, VHS
Do, 17:45-20 Uhr, ab 30.10.2025, 7x, 95 €

Coding und Kreativität mit Typescript: Euer Quiz-Wettrennen

252.5A680H Torsten Bolgehn, Kulturforum (Steele)
Fr/Sa, 9-15 Uhr, 30./31.01. & 06./07.02.2026, 155 €

RHETORIK & KOMMUNIKATION

i Beratung / Programmbereichsleiter

Reimund.Evers@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43202

Fragen zur Anmeldung

Annette.Volmer@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43102

Grundkurs Rhetorik

252.5C010K Eva Grieskamp, VHS
Mi, 18:15-21:20 Uhr, ab 29.10.2025, 5x, 76 €

Aufbaukurs Rhetorik und Gesprächsführung

252.5C012K Eva Grieskamp, VHS
Mi, 18:15-21:20 Uhr, ab 07.01.2026, 4x, 86 €

Rhetorik für Frauen: Überzeugend auftreten – kommunikative Stärken nutzen

252.5C014K Evelyn Lethaus, VHS
Sa/So, 10-17 Uhr, 29./30.11.2025, 80 €

Schlagfertigkeit: intelligent reagieren auf verbale Herausforderungen

252.5C016K Evelyn Lethaus, VHS
Sa/So, 10-17 Uhr, 08./09.11.2025, 86 €

Intensivkurs praktische Rhetorik

252.5C018K Dr. Michael Gille, VHS
Di-Fr, 9-16 Uhr, 04.-07.11.2025, 160 €

Auftreten mit Ausstrahlung: Stimme und Körpersprache erfolgreich einsetzen

252.5C022K Sarah Künne, Kulturforum (Steele)
Mo-Do, 10-17 Uhr, 03.-06.11.2025, 165 €

So machen Sie Eindruck: Stimme – Sprechen – Körpersprache

252.5C024K Sarah Künne, Kulturforum (Steele)
Mi-Fr, 9:30-16:30 Uhr, 18.-20.02.2026, 127 €

Sicher auftreten – mit bewusster Körpersprache und trainierter Sprechweise

252.5C026K Sarah Künne, VHS
Mi, 17:45-20:50 Uhr, ab 29.10.2025, 3x, 80 €

Flipchart-Profi: Kreative Präsentationen mit „Hallo-Effekt“ erstellen!

252.5C030K Eva Grieskamp, VHS
Di-Fr, 10-17 Uhr, 09.-12.12.2025, 210 €

SOZIALE KOMPETENZEN FÜR DEN BERUF**Mit NLP erfolgreicher kommunizieren im Beruf**

252.5C040K Dr. Michael Gille, VHS
Di-Fr, 9-16:15 Uhr, 20.-23.01.2026, 186 €

Stand.Punkt! Standpunkte vertreten und Gespräche gekonnt meistern

252.5C042K Dr. Michael Gille, VHS
Di-Fr, 9-16 Uhr, 16.-19.12.2025, 186 €

Kommunikation für Frauen in schwierigen beruflichen Situationen

252.5C044K Evelyn Lethaus, Kulturforum (Steele)
Sa/So, 10-17 Uhr, 24./25.01.2026, 80 €

Der Typ nervt mich! – Rhetorische Kommunikation mit schwierigen Menschen

252.5C046K Dr. Michael Gille, VHS
Di-Fr, 9-16 Uhr, 18.-21.11.2025, 186 €

Wie führe ich meinen Chef, meine Chefin?

252.5C048K Oliver Blecken, VHS
Sa, 10-17 Uhr, 17.01.2026, 47 €

Gelassenheit beginnt im Kopf – Basics der gewaltfreien Kommunikation

252.5C050K Sabine Sauerborn, VHS
Mi, 18:15-20:30 Uhr, ab 26.11.2025, 4x, 68 €

Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg

252.5C052K Sabine Sauerborn, Kulturforum (Steele)
Mo-Fr, 9:30-17 Uhr, 10.-14.11.2025, 202 €

Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg

252.5C054K Sabine Sauerborn, VHS
Mo-Fr, 9:30-17 Uhr, 02.-06.02.2026, 202 €

Mit Empathie zum Miteinander: Gewaltfreie Kommunikation im Alltag

252.5C056K Zelal Kisin, VHS
Mo-Fr, 9:30-17 Uhr, 27.-31.10.2025, 202 €

Wertschätzend und gelassen kommunizieren – GfK Praxistraining

252.5C058K Sabine Sauerborn, VHS
Mi, 18:15-21:25 Uhr, ab 21.01.2026, 2x, 48 €

BERUFLICHE POTENZIALE ENTFALTEN**Einführung in die systemische Gesprächsführung im Coaching**

252.5C060K Tina Lachner, VHS
Mi-Fr, 9-17 Uhr, 21.-23.01.2026, 143 €

Praktische Grundlagen der personenzentrierten Gesprächsführung nach Carl Rogers

252.5C062K Christiane Hellwig, VHS
Mo-Fr, 10-17 Uhr, 09.-13.02.2026, 244 €

Grundlagen der Beratungsarbeit

252.5C064K Susanne Marx, VHS
Mi-Fr, 9:30-17 Uhr, 17.-19.12.2025, 166 €

Instrumente für die lösungsorientierte Beratung: Fragetechniken

252.5C066K Susanne Marx, VHS
Sa, 9:30-17 Uhr, 08.11.2025, 51 €

Berufliche Weichen stellen: Potenziale erkennen – Perspektiven entwickeln

252.5C068K Susanne Marx, VHS
Sa/So, 9:30-17 Uhr, 17./18.01.2026, 102 €

Beruflich orientieren, mit Methode! – In Kooperation mit der Agentur für Arbeit

252.5C070K Lehrkräfteteam, VHS
Mo, 17-19 Uhr, 03.11.2025, 0 €

Beruflich orientieren, mit Methode! – In Kooperation mit der Agentur für Arbeit

252.5C072K Lehrkräfteteam, VHS
Mo, 17-19 Uhr, 19.01.2026, 0 €

TRAIN THE TRAINER**i Beratung / Programmbereichsleiter**

Reimund.Evers@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43202

Fragen zur Anmeldung

Annette.Volmer@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43102

Train the Trainer – Informationsabend

252.5C250K Dr. Reimund Evers, VHS
Do, 18-19 Uhr, 13.11.2025, 0 €

Train the Trainer – Lernprozesse kompetent gestalten, Teilnehmende begeistern

252.5C252K Lehrkräfteteam, VHS
7 Module je Sa/So ab 29.11.2025, 994 €

NACHHALTIGER LEBEN UND ARBEITEN**Infoabend: Nachhaltigkeit schaffen – Veränderung gemeinsam gestalten**

252.5C260K Dr. Reimund Evers, VHS
Di, 18-19:30 Uhr, 28.10.2025, 0 €

Nachhaltigkeit schaffen – Veränderung gemeinsam gestalten

252.5C262K Lehrkräfteteam, VHS
6 Module je Sa/So ab 08.11.2025, 107 €

Mein Handabdruck: Aktiv werden für eine nachhaltige Zukunft!

252.5C266K Eva Grieskamp, Kulturforum (Steele)
Sa, 10-17 Uhr, 07.02.2026, 18 €

AUSBILDEREIGNUNG (IHK)**Vorbereitungslehrgang zur Ausbildereignungsprüfung (IHK)**

252.5C280K Lehrkräfteteam, VHS
Mo-Sa, 9-17 Uhr, 24.-29.11.2025, 429 €

Vorbereitungslehrgang zur Ausbildereignungsprüfung (IHK)

252.5C282K Lehrkräfteteam, VHS
Mo-Sa, 9-17 Uhr, 12.-17.01.2026, 429 €

Fit für die Praktische Ausbildereignungsprüfung (IHK) – Intensivtraining

252.5C284K Andrea Haaf, VHS
Do, 18:15-21:10 Uhr, 04./11.12.2025, 213 €

MEDIATION**Einführung in die Mediation: Wie löse ich Konflikte kompetent und dauerhaft?**

252.5C491K Maria Nacke-Viedenz, VHS
Mo-Do, 9:30-16:30 Uhr, 08.-11.12.2025, 173 €

Ausbildung in Mediation – Informationsabend

252.5C493K Sabine Sauerborn, VHS
Mi, 18:30-20 Uhr, 14.01.2026, 0 €

MANAGEMENT / RECHNUNGSWESEN**Projektmanagement – Realisieren von Projekten im Team**

252.5D020K Dr. Daniel Zerweck, VHS
Mo-Mi, 10-17 Uhr, 10.-12.11.2025, 138 €

Besser Schreiben im Beruf: klar, verständlich, wirkungsvoll

252.5D046K Christiane Biederbeck, Kulturforum (Steele), Mi-Fr, 9-15:15 Uhr, 17.-19.12.2025, 129 €

Fachkraft für Büromanagement (XB) – Informationsabend

252.5D240K Dr. Reimund Evers, VHS
Do, 18-19 Uhr, 09.10.2025, 0 €

Fachkraft für Büromanagement (XB)

252.5D242K Lehrkräfteteam, VHS
Die (18:15-21:25 Uhr) und Fr (17:45-20:05 Uhr) und 3x Sa/So (10-17 Uhr) ab 08./09.11.2025, 50x, 998 €

So bekommen Sie Ihr Büro in den Griff: Basics der Büroorganisation

252.5D244K Anke Luft, VHS
Di, 18:15-21:25 Uhr, ab 11.11.2025, 8x, 107 €

Grundlagen der Finanzbuchführung – beim TEST-Sieger gelernt

252.5D250K Achim Schröder
Mo-Do, 10-17 Uhr, 22.-23.02.2026, 168 €

Fachkraft für Finanzbuchführung (XB)

252.5D300K Achim Schröder, VHS
Mo, 18:15-21:25 Uhr, ab 27.10.2025, 40x, 795 €

Finanzbuchführung I (XB): Praxisorientierte Einführung

252.5D302K Achim Schröder, VHS
Mo, 18:15-21:25 Uhr, ab 27.10.2025, 15x, 234 €

Finanzbuchführung II (XB): Fortgeschrittene Anwendungen

252.5D310K Achim Schröder, VHS
Di, 18:15-21:25 Uhr, ab 30.09.2025, 15x, 228 €

Finanzbuchführung III am PC (XB) – mit Lexware Financial Office

252.5D320K Achim Schröder, VHS
Mi, 18:15-21:25 Uhr, ab 17.09.2025, 10x, 170 €

Grundlagen der Lohn- und Gehaltsabrechnung

252.5D354K Pamela van den Hövel, VHS
Mo, 18:15-21:25 Uhr, ab 03.11.2025, 10x, 206 €

IMPRESSUM

HERAUSGEBER:

Stadt Essen
Volkshochschule
Burgplatz 1
45127 Essen
☎ 0201 88-43100
E-Mail: info@vhs.essen.de

REDAKTION:

Nikolaos Georgakis (V.i.S.d.P.)
Petra Ewald
Robert Welzel

LAYOUT, SATZ & DRUCK:

Layout und Satz:
Köllen Druck+Verlag GmbH, 53117 Bonn
☎ 0228 98 98 2-0, www.koellen.de

Druck:
Funke Medien NRW GmbH
Jakob-Funke-Platz 1
45127 Essen

Gestaltung Cover und Grafik S. 5:
Etform Design Studio
Anzeige „Newsletter“, „Junge VHS“ sowie
Anmeldekarte: Ilke Koop, ilcodesign, Ehlscheid

BESONDERE HINWEISE:

Da im laufenden Semester gelegentlich aus aktuel-
lem Anlass Kurs-/Veranstaltungszeiten oder Räum-
lichkeiten geändert werden müssen, kann leider
keine Gewähr für die Richtigkeit und Vollständigkeit
der Angaben übernommen werden.

Für Folgen, die aufgrund fehlerhafter oder unter-
bliebener Einträge entstehen, wird keine Haftung
übernommen.

Auflage: 57.000

BILDNACHWEISE

S. 3 oben und unten links Volker Hartmann
S. 3 unten rechts Peter Gwiazda
S. 5 oben Andrea Kiesendahl
S. 5 unten u. S. 6 Etform Design Studio
S. 7 Canva/Lydia Doliva
S. 9 Anna Borisova-Emilova
S. 10 oben Martin Lenze
S. 10 unten Yulia Grigoryeva/Shutterstock

S. 11 Krakenimages.com/Shutterstock
S. 14 Peter Gwiazda
S. 15 Philip Pilosian/Shutterstock
S. 16 Meike Altenkamp
S. 17 Steve Debenport/Getty Images
S. 18 Stephan Rinke
S. 19-20 Dr. Johanna Hellermann
S. 23 Shutterstock

S. 24 Stock-Asso/Shutterstock
S. 25 stockfour/Shutterstock
S. 27 Monkey Business/Stock.adobe.com

Alle Rechteinhaber wurden sorgfältig recherchiert.
Falls Rechteinhaber nicht ausfindig gemacht
werden konnten, bitten wir um Kontaktaufnahme.

IHRE MEINUNG ZUM VHS-PROGRAMM:

Wir möchten unser Programm ständig weiterentwickeln – dabei ist uns Ihre Zufriedenheit ein großes Anliegen. Gerne nehmen wir Ihre Wünsche, Kritik und Anregungen entgegen. Schreiben Sie uns an o. g. Adresse oder per E-Mail an: nikolaos.georgakis@vhs.essen.de

Datenschutz

www.vhs-essen.de/datenschutz



Newsletter-Anmeldung



Nichts mehr verpassen und immer
auf dem Laufenden. Weitere Infos
unter www.vhs-essen.de/newsletter

ANMELDEKARTE

Stadt Essen
Volkshochschule
Burgplatz 1
45127 Essen

Hotline für Rückfragen:
0201 88-43100



Volkshochschule
Essen

Ermäßigung

Für die umseitige/n Veranstaltung/en beantrage ich entsprechend der gültigen VHS-Entgeltregelung eine Entgeltermäßigung. Den entsprechenden Nachweis über den aktuellen Leistungsbezug bzw. Status füge ich bei. Ohne Nachweis ist eine Ermäßigung nicht möglich.

- Leistung nach SGB II
- Leistung nach SGB XII, Kap. 3, 4
- Asylbewerberleistungsgesetz
- Arbeitslosengeld I nach SGB III
- Wohngeld / BAföG, Eingliederungshilfe
- Auszubildende/-r oder Student/-in
- Schüler/-in, Leistung nach SGB XII, Kap. 6, 7, 8, 9

Interner Vermerk der VHS:

Keine Ermäßigung:

.....

Beraten von:

.....

Datenschutz:

Die bei der Anmeldung abgefragten Daten werden gespeichert. Weitere Infos zum Datenschutz finden Sie in der Datenschutzerklärung der VHS Essen unter www.vhs-essen.de/datenschutz.

Ich willige ein, ausgewählte Veranstaltungshinweise der VHS Essen zu erhalten und zu diesem Zweck per E-Mail/ Briefpost angeschrieben zu werden. Diese Einwilligung kann nach Art. 7 Abs. 3 DSGVO jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen werden. (info@vhs-essen.de oder VHS Essen, Burgplatz 1, 45127 Essen)

Statistische Angabe:

Geburtsjahr:

Freiwillige Angabe, die Auswertung erfolgt anonym.

Eingeschrieben von:

.....

Persönlich angenommen:

.....231



Ich melde mich verbindlich zu folgenden Veranstaltungen an (Bitte in Druckbuchstaben):

Kursnummer:

.....
.....
.....

Name:

Vorname:

weiblich männlich divers

Straße / Hausnummer:

PLZ / Wohnort:

E-Mail:

Kurstitel:

.....
.....

Telefon / Festnetz:

Handy:

Um Sie bei Änderungen kurzfristig erreichen zu können, geben Sie bitte Ihre Handynummer an.

Mit den allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule (siehe Programmheft oder www.vhs-essen.de) bin ich einverstanden. Sie sind Bestandteil des Vertrages.

Datum / Unterschrift



Bei Minderjährigen wird der oder die Erziehungsberechtigte mit der Unterschrift Vertragspartner/-in der Volkshochschule und haftet für das Entgelt.

SEPA-Mandat

Ich ermächtige die Volkshochschule Essen, meine Teilnehmerentgelte für Kurse des aktuellen Semesters von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Mein Kreditinstitut weise ich zur Einlösung der Lastschrift an.

Gläubiger-ID:

DE13ZZZ0000031454

IBAN:

DE _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ |

Kontoinhaber/-in:

Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Datum / Unterschrift:



WERDEN SIE MITGLIED im Förderverein der VHS Essen



Nähere Informationen erhalten Sie unter
www.foerderverein-vhs-essen.de



Die Volkshochschule ist ein Lern- und Kulturort für alle und das Bürgerforum der Stadt Essen. Oder wie es das Ergebnis einer Bürgerbefragung gezeigt hat:

Bekannt – Gefragt – Geschätzt Nicht wegzudenken.
Unterstützen Sie die Volkshochschule Essen und werden Sie Mitglied des Fördervereins!

Sie erhalten

- das neue VHS-Programm druckfrisch frei Haus,
- Einladungen und Informationen zu aktuellen Veranstaltungen und Themen.

Über Ihre Mitgliedschaft und Ihre Mitwirkung im Förderverein der VHS Essen freuen wir uns sehr.



Miteinander. Mittendrin.

**Gemeinsam mit Ihnen
setzen wir auf Respekt,
Offenheit und Vertrauen.**

www.sparkasse-essen.de

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse Essen