

**SOMMER
IN DER VHS
HERTEN**



inklusive
**SOMMER
VHS**

A circular photograph of a woman with long blonde hair wearing a wide-brimmed straw hat with a black band. She is holding a large bouquet of pink and white peonies in front of her face, partially obscuring it. She is wearing a white top with black polka dots. The background of the photo is a solid yellow color.

sommer.vhs

Juni bis August 2026
Angebote der vhs Herten



Liebe Leserinnen und Leser,

auch in diesem Jahr darf ich Sie zum Sommerprogramm unserer Volkshochschule begrüßen. Dieses Zwischenprogramm erscheint nun zum dritten Mal und bietet sowohl den Daheimgebliebenen als auch den Entdecker*innen an, Neues auszuprobieren, bekannte Interessen zu vertiefen und miteinander ins Gespräch zu kommen. Auch in diesem Sommer erwartet Sie ein vielseitiges Angebot. Ob kreative Workshops, Sprachkurse, Gesundheitsangebote, kulturelle Veranstaltungen oder spannende Vorträge – das Programm bietet zahlreiche Möglichkeiten, den Sommer aktiv und bereichernd zu gestalten. Genau dafür steht unsere Volkshochschule seit vielen Jahren: für Bildung, Begegnung und gemeinsames Lernen – offen für alle Generationen.

Bildung endet nicht mit der Schulzeit; sie begleitet uns ein Leben lang und stärkt zugleich unsere Gemeinschaft.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Entdecken, Lernen und Begegnen und hoffe, dass Sie viele inspirierende Stunden in unserer Volkshochschule verbringen werden.

Fred Toplak

Bürgermeister der Stadt Herten



Politik, Gesellschaft, Umwelt	4
Kultur und Gestalten	10
Gesundheit	14
Sprachen	19
Arbeit und Beruf / Digitales	23
Das Programm der Sommer-VHS	26
Anmeldung und Impressum	30



Inhalt





Politik, Gesellschaft, Umwelt



© Christian Kuck

Besichtigung des Abfallkraftwerks RZR Herten

Was passiert mit dem Hausmüll in meiner schwarzen Tonne, nachdem dieser von der Haustür abgeholt wurde? Welche wichtige Rolle nehmen Müllverbrennungsanlagen im Energiemix zur Versorgungssicherheit ein? Und warum wird eine völlig abfallfreie Gesellschaft auch in den kommenden Jahren nicht umsetzbar sein? Antworten auf diese und viele weitere Fragen erhalten die Besucher*innen des RZR Herten bei einem spannenden Vortrag mit anschließender Führung durch das Abfallkraftwerk.

Bitte festes Schuhwerk und eine lange Hose tragen. Da die Tour nicht barrierefrei ist, muss eine uneingeschränkte Gehfähigkeit vorhanden sein.

Die Veranstaltung ist eine Kooperation mit der AGR Abfallentsorgungs-Gesellschaft Ruhrgebiet mbH.

261V1498

Markus Jablonski

Di., 23.06.2026, 15.30 – 18.30 Uhr

Treffpunkt ist der Parkplatz / Eingang der AGR Abfallentsorgungs-Gesellschaft entgeltfrei



Zum Kennenlernen: Interkultureller FrauenGarten – im BUND-Naturerlebnisgarten

Bei einer Wanderung durch das 18.000 qm große Gelände lernen die Teilnehmerinnen Wildkräuter, Gemüse und Obst kennen, die z. B. zu einem köstlichen Imbiss oder Marmelade zubereitet werden. Einige Frauen sind von Anfang an dabei und unterstützen diejenigen, die neu hinzukommen.

Von März bis Dezember treffen sich hier jeden Donnerstag Frauen mit und ohne Fluchtgeschichte zum Gärtnern. Beim FrauenGarten lernen die Frauen sich untereinander und die Geburtsländer der anderen kennen.

Die Kennlerntermine finden in Kooperation mit dem BUND-Naturerlebnisgarten statt.

262V1041

2 x do., 06. und 13.08.2026
15 – 17.30 Uhr

262V1042

2 x do., 20. und 27.08.2026
15 – 17.30 Uhr

Sigrun Zobel

BUND-Naturerlebnisgarten

5 €

Kräuterwanderung und Feuerküche im Naturerlebnis- garten

Ein Outdoor-Event der ganz besonderen Art: Bei dieser Wanderung kann die spannende Welt der Wildkräuter entdeckt und in die faszinierende Natur eingetaucht werden – genießen mit allen Sinnen! Gemeinsam werden verschiedene, saisonale Wildkräuter bestimmt und gesammelt und auf die nachhaltige Verwendung in der Küche sowie deren Heilwirkung eingegangen. Anschließend werden die wilden Kräuter am offenen Feuer zu einem gemeinsamen „wildem“ Mittagessen verarbeitet. Die Magie des Feuers und die Kraft der Natur werden zu einem unvergesslichen Erlebnis für alle.

Bitte wetterangepasste Kleidung und festes Schuhwerk tragen. Bei Lebensmittelunverträglichkeiten bitte vorab die VHS Herten informieren.

262V1431

Anja Hestermann

Sa., 22.08.2026

11 – 14.30 Uhr

BUND-Naturerlebnisgarten

17,50 €





Zieht euch warm an, es wird noch heißer!

Wir spüren, wie das Wettergeschehen immer extremer wird und dadurch menschliches Leid und Kosten wachsen – ob durch Hitze, Trockenheit mit Dürren und Waldbränden oder auch durch Überflutungen. Auch das immer schnellere Abschmelzen des Eises der Arktis, der Rückzug vieler Gletscher und rasch steigende Meerestemperaturen rücken immer mehr in unseren Fokus. Wir erleben heute schlicht die Dinge, die uns die Wissenschaft vor rund 40 Jahren angekündigt hat. Damit ist klar: Wir haben kein Wissens-, sondern ein Handlungsproblem! Was „da draußen“ passiert, ist schlicht physikalische Realität und die Physik „interessiert“ sich in keiner Weise dafür, ob wir das Thema wegen anderer Krisen aufschieben oder gar ignorieren. Physik findet einfach statt, vollkommen emotionslos.

Im Vortrag von Sven Plöger geht es um eine klare Standortbestimmung, wo wir in Sachen Erderwärmung wirklich stehen – denn wir haben keine Zeit mehr, uns die Welt wunschbasiert „schönzureden“ oder zu konstatieren, es sei ja ohnehin alles zu spät. Beides hilft uns und vor allem den nachfolgenden Generationen in keiner Weise. Viel mehr braucht es einen begründeten Optimismus, wie man mit der Herausforderung „Klimawandel“ umgehen kann.





Der zweite Vortragsteil befasst sich daher mit einem Blick auf Möglichkeiten, die wir durchaus noch haben. Sven Plöger ist kein Missionar oder Ideologe mit erhobenem Zeigefinger, sondern er versucht, die komplexen naturwissenschaftlichen Vorgänge in eine für jede und jeden verständliche Sprache zu übersetzen. Und trotz der Ernsthaftigkeit des Themas verzichtet er in seinen Vorträgen nicht auf eine Prise Humor.

Der Diplom-Meteorologe, Buchautor, Vortragsredner und Wettermoderator Sven Plöger, geboren 1967 in Bonn, war schon als Kind fasziniert vom Himmel, den Wolken und der Fliegerei. Dies und seine Vorliebe für das Fach Physik erweckten in ihm früh den Wunsch, Meteorologe zu werden. Seit mehr als 25 Jahren steht er vor der Kamera und moderiert diverse Wettersendungen für die ARD, wie zum Beispiel das „Wetter vor Acht“ oder das Wetter in den Tagesthemen. Besondere Beachtung fanden auch seine Dokumentationen, insbesondere die Reihen „Wo unser Wetter entsteht“ und „Wie extrem wird unser Wetter, Sven Plöger?“, von der aktuell weitere Folgen gedreht werden.

Karten gibt es online über ProTicket und die Webseite der VHS Herten, im Glashaus und der VHS Herten.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit den Hertener Stadtwerken und der Volksbank Ruhr-Mitte statt.

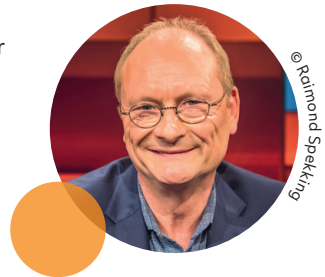
262V1100

Sven Plöger

Di., 06.10.2026, 19 Uhr

Glashaus, Rotunde

VVK 15 € / AK 18 €





Miteinander im Gespräch für Senior*innen in der RaumZeit

In Kooperation mit dem Seniorenbeirat der Stadt Herten findet an jedem ersten Freitag im Monat ein offenes Gesprächsangebot für Senior*innen zu Alltagsfragen statt. In der Sprechstunde beantworten ehrenamtliche Mitbürger*innen aus dem Seniorenbeirat Alltagsfragen z. B. zu Vorgängen mit der Verwaltung oder einer anderen öffentlichen Einrichtung und zu Hilfsangeboten, Anträgen, Formularen oder Behörden.

Die Beratenden haben sich durch ihren Beruf und ihre Lebenserfahrung Fähigkeiten und Kenntnisse erworben, die den Ratsuchenden weiterhelfen können. Bei einem Gespräch auf Augenhöhe versuchen sie, Fragen zu beantworten. Sie unterstützen oder weisen den Weg zu den zuständigen Beratungs- und Hilfsdiensten.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.



262V1990

Fr., 03.07.2026, 10 – 12 Uhr

262V1991

Fr., 07.08.2026, 10 – 12 Uhr

Ulrich Stumpf

Glashaus, RaumZeit (ehem. Bistro)
entgeltfrei



E-Bike-Training für Senior*innen

Immer mehr ältere Radfahrende steigen auf ein Pedelec oder E-Bike um, weil damit das Fahrradfahren bequemer und die Reichweite größer wird. Mit einem Pedelec ist man meistens schneller im Straßenverkehr unterwegs. Dieser besondere Umstand kann u. a. zu gefährlichen Situationen im Straßenverkehr führen. Insbesondere im zunehmenden Alter ist es eine Herausforderung, sich auf die veränderten technischen Eigenschaften wie Bremsen, E-Motor und fahrdynamischer Verlauf beim Führen eines Pedelecs im Straßenverkehr einzustellen. Aufgrund steigender Unfallzahlen mit Elektrofahrrädern bei Senior*innen werden mit der Verkehrssicherheitsberatung der Polizei Recklinghausen das Risikobewusstsein gestärkt und die Handhabung mit dem Elektrofahrrad vorgestellt.

Neben der Theorie steht vor allem auch die Fahrpraxis im Vordergrund. So werden die Teilnehmenden in einem Parcours das Handling mit ihrem Pedelec oder E-Bike üben. Dabei wird auch das richtige Bremsen vermittelt und die Blickführung im Straßenverkehr geschärft.

Die Veranstaltung beginnt im Kaminraum der VHS mit einer ca. 60-minütigen Präsentation, danach fahren die Teilnehmenden durch den Schlosspark zur Süder Grundschule zum praktischen Training.

Eine Teilnahme ist nur mit einem verkehrssicheren E-Bike/Pedelec, Fahrradhelm und wetterfester Kleidung möglich.

262V1710

Karsten Quante

Mi., 26.08.2026, 13 – 16 Uhr

VHS-Haus, Kaminraum

entgeltfrei





Kultur und Gestalten

WortGarten – Gespräche über Bücher: „Das Haus der Türen“ von Tan Twan Eng

In seinem Buch „Das Haus der Türen“ schildert der Autor Tan Twan Eng das Leben einer europäischen Frau Anfang des 20. Jahrhunderts – im kolonialen Malaysia, atmosphärisch dicht und elegant erzählt.

Die Teilnehmenden werden die Frage diskutieren, ob die teilweise fiktiven Biographien der Heldinnen noch etwas mit den Frauen von heute zu tun haben.

Die Teilnehmenden werden gebeten, das entsprechende Buch vor dem Termin gelesen zu haben. Gerne können Lieblingszitate sowie Textstellen, die für Gesprächsstoff sorgen könnten, zur Veranstaltung mitgebracht werden.

261V2222

Ursula Linkemann
Di., 16.06.2026, 18 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum
5 €





© Suhrkamp Verlag

WortGarten – Gespräche über Bücher: „Chor der Erinnyen“ von Marion Poschmann

Wird das 21. Jahrhundert durch „Chor der Erinnyen“ von Marion Poschmann vertreten? Hier trifft eine dunkle, lyrische Prosa auf ironische Charakterdarstellungen.

Die Teilnehmenden werden die Frage diskutieren, ob die teilweise fiktiven Biographien der Heldinnen noch etwas mit den Frauen von heute zu tun haben.

Die Teilnehmenden werden gebeten, das entsprechende Buch vor dem Termin gelesen zu haben. Gerne können Lieblingszitate sowie Textstellen, die für Gesprächsstoff sorgen könnten, zur Veranstaltung mitgebracht werden.

261V2223

Ursula Linkemann

Di., 30.06.2026, 18 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum

5 €





Skills for Future: Ferienprogrammierung

Von der Idee zum eigenen Projekt

Viele Berufe im Bereich Programmierung erfordern Kreativität, Gestaltung und eigene Ideen – nicht nur Technik. Genau darum geht es im Ferienprogramm „Skills for Future“ im Makerspace des Glashauses.

In zwei aufeinander aufbauenden Wochen lernen die Teilnehmenden Schritt für Schritt, wie aus Ideen eigene Projekte entstehen. Zunächst werden Grundlagen im Bereich Coding und Robotik vermittelt und erste Erfahrungen in der digitalen Gestaltung gesammelt. Darauf aufbauend entwickeln die Teilnehmenden eigene Modelle und setzen diese mit modernen Technologien um – vom ersten Entwurf bis zum fertigen Produkt.

In der zweiten Woche steht die eigenständige Projektarbeit im Mittelpunkt. Die Teilnehmenden planen und realisieren ihre eigenen Ideen, arbeiten an individuellen Projekten und nutzen unterschiedliche Geräte und Methoden. Dabei werden kreative und technische Ansätze miteinander verbunden.

Das Ferienprogramm orientiert sich an Arbeitsweisen aus digitalen und kreativen Berufsfeldern. Die Teilnehmenden entwickeln Lösungen, arbeiten projektorientiert und verbessern ihre Ergebnisse schrittweise. So entstehen Einblicke in Bereiche wie Programmierung, Design, digitale Produktion und moderne Technologien. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

262V5820

Johannes Bienhüls

Di. – Fr., 04. – 14.08.2026

10 – 14 Uhr

Glashaus, 3. Obergeschoss

entgeltfrei





CreativWerkstatt: Unsere Angebote

www.creativwerkstatt-herthen.de

262C2330

Wir begrüßen den Sommer

Anja Hestermann

Mo. – Fr., 20. – 24.07.2026

BUND-Naturerlebnisgarten / 104 €

262C2701

Filmgeheimnis – Trickfilm-Workshop

Claas König und Martin Bauer

Mo. – Fr., 20. – 24.07.2026

CreativWerkstatt Herthen / 96 €

262C1302

Kunst aus der Dose – Graffiti-Workshop

Levin Tomala

Fr. und Sa., 24. und 25.07.2026

CreativWerkstatt Herthen / 93,50 €

262C602

Kleine Hände ganz groß – die Feinmotorik-Workstatt

Katharina Pfülf

Sa. und So., 25. und 26.07.2026

CreativWerkstatt Herthen / 51 €

262C1010

Papierzauber

Christiane Ruckriegel

Mo. – Mi., 27. – 29.07.2026

CreativWerkstatt Herthen / 13,50 €



262C2710

Und Action: Wir drehen einen Film

Darlene Denise Thesing

Mo. – Fr., 10. – 14.08.2026

CreativWerkstatt Herthen / 56,25 €

262C1303

Kunst aus der Dose – Graffiti-Workshop

Levin Tomala

Do. und Fr., 13. und 14.08.2026

CreativWerkstatt Herthen / 93,50 €

262C1011

Papierzauber

Christiane Ruckriegel

Mo. – Mi., 17. – 19.08.2026

CreativWerkstatt Herthen / 13,50 €

262C3001

Vorhang auf – Wir machen Theater

Maren Teichmann und Jonas Pieper

Mo. – Fr., 24. – 28.08.2026

CreativWerkstatt Herthen / entgeltfrei



Die Landesregierung
Nordrhein-Westfalen





Gesundheit

Leckeres für das türkische Sommerbuffet

In diesem Kurs werden Anregungen aus der türkischen Küche für ein Buffet oder als Beilage für den Grillabend gegeben.

Eine unglaublich große Vielfalt an Gerichten zeichnet die türkische Küche aus, die zu den beliebtesten der Welt zählt. Gemeinsam wird an diesem Abend ein Buffet aus unterschiedlichen Köstlichkeiten vorbereitet. Herzhafte Delikatessen werden durch vegetarische oder vegane Dips und feine Aufstriche ergänzt.

Am Schluss entsteht ein bunter Tisch voller kleiner Köstlichkeiten, die am Ende des Kurses gemeinsam genossen werden.

Im Kursentgelt ist die Lebensmittelumlage bereits enthalten.

262V3800

Sengül Mizac
Mi., 30.07.2026
18 – 21.45 Uhr
Willy-Brandt-
Realschule, Küche
33,50 €





Pilates zum Kennenlernen

Training für Kraft, Stabilität und Körperbewusstsein

Pilates ist ein ganzheitliches Training für den gesamten Körper. Die Übungen werden in ruhigen, kontrollierten und fließenden Bewegungen ausgeführt. Ziel ist es, verkürzte Muskeln zu dehnen, schwächere Muskelgruppen zu kräftigen und das Zusammenspiel der Muskulatur zu verbessern.

Im Mittelpunkt steht das sogenannte „Powerhouse“ – die tiefliegende Stabilitationsmuskulatur von Bauch, Rücken und Beckenboden. Durch die gezielte Aktivierung dieser Tiefenmuskulatur wird die Körpermitte gestärkt und die Haltung verbessert. Das Training fördert außerdem Beweglichkeit, Körperwahrnehmung und Entspannung.

Bitte eine Gymnastikmatte mitbringen. Das Training wird am besten barfuß, alternativ in rutschfesten Socken, durchgeführt.

262V3201

Silke Mittmann

2 x mittwochs, 08. und 15.07.2026

18.30 – 19.30 Uhr

Willy-Brandt-Realschule

Gymnastikraum / 9 €

262V3202

Silke Mittmann

2 x mittwochs, 08. und 15.07.2026

19.30 – 20.30 Uhr

Willy-Brandt-Realschule

Gymnastikraum / 9 €



Pilates zum Kennenlernen für Senior*innen

Pilates begnügt sich nicht mit der Bearbeitung einzelner Muskelpartien, sondern betrachtet vielmehr den Körper in seiner Ganzheit. Die Übungen werden in kontrollierten und fließenden Bewegungen ausgeführt, verkürzte Muskeln sollen gedehnt und zu schwache Muskeln gestärkt werden.

Von besonderer Bedeutung und Basis des Trainings ist die Arbeit mit der Stabilisationsmuskulatur des Rumpfes, dem sogenannten „Powerhouse“. Pilates setzt vor allem bei der Aktivierung und Stärkung der tief liegenden Bauch- und Rückenmuskulatur an. Körperwahrnehmung,

Stressreduktion und Erholung stehen im Vordergrund. Flexibilität, Kraft und Energie können gesteigert werden.

Bitte eine Gymnastikmatte mitbringen.

262V3210

Janet Golde

Mo., 06.07.2026, 16 – 17 Uhr

Städtisches Gymnasium Hertzen

Turnhalle / 5 €

262V3211

Janet Golde

Mo., 13.07.2026, 16 – 17 Uhr

Städtisches Gymnasium Hertzen

Turnhalle / 5 €



Einführungskurs Taichi Chuan

Taichi Chuan ist eine asiatische Bewegungskunst mit meditativem Charakter. Ursprünglich als Kampfkunst entwickelt, ist sie heute wegen ihrer positiven Wirkung auf die Gesundheit bekannt. Durch langsame fließende Bewegungen werden Sehnen, Muskeln und Gelenke trainiert, Körperhaltung und -wahrnehmung werden verbessert. Der Gleichgewichtssinn und die Konzentration werden gestärkt.

Der Kurs eignet sich für Erwachsene in jedem Alter und dient zur Einführung in das Taichi Chuan.

262V3230

Kira Fuhr

4 x mittwochs, 05. – 26.08.2026

18 – 19 Uhr

VHS-Garten / 17,50 €



Kennlernkurs: smovey®-WALKING für Menschen 50+

Gesunde Bewegung, die Gleichgewicht und Koordination fördert

Smovey® – swing, move and smile – smoveyWALKING ist die wohl vielfältigste Art des Walkens. Durch das aktive Schwingen der smoveyRINGE spürt man die Vibration, die die kleinen Stahlkugeln in den geriffelten Ringen erzeugen und die sich über die Handreflexzonen und das Wasser in unserem Körper auf den gesamten Organismus überträgt und somit sämtliche Körperzellen vitalisiert. Ein ganzheitliches Bewegungserlebnis mit viel Spaß und Raum für Austausch.

Die smoveyRINGE werden von der Kursleiterin gestellt.

Bitte auf stabiles Schuhwerk und wettergerechte Kleidung achten.

262V3340

Susanne Witte

2 x mittwochs, 08. und 15.07.2026

17.30 – 18.30 Uhr

VHS-Garten / 10 €



Golf zum Kennenlernen

Bewegung in der Natur, verbunden mit einem ganz besonders faszinierenden Spiel.

Angeleitet von professionellen Trainern erleben die Teilnehmenden in diesem Kurs einen kompletten Überblick über das Spiel. Alle Bereiche des Spiels vom langen Schlag bis zum Einlochen des Balls auf dem Grün können die Kursteilnehmenden selbst ausprobieren. Schläger und Bälle werden für die Dauer des Kurses gestellt und sind inklusive. Die Teilnahme am Kurs setzt keinerlei Vorkenntnisse voraus und ist für Teilnehmende aller Altersklassen geeignet. Individuelle Bewegungsfähigkeiten werden berücksichtigt.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Golfclub Recklinghausen e. V. und der Golfschule Benjamin Wuttke statt.

262V3501

Benjamin Wuttke

So., 23.08.2026, 16 – 17.30 Uhr

Vestischer Golfclub Recklinghausen

20 €

Vital- und Wirbelsäulengymnastik zum Kennenlernen

Was unseren Körper vital erhält, sind unter anderem Kraft, Geschmeidigkeit, Koordinations- und Konzentrationsfähigkeit. Für die Stärkung dieser Funktionen bietet dieser Kurs abwechslungsreich gestaltete Übungen. In diesem Kurs stehen die Rücken- und Bauchkräftigung genauso im Vordergrund wie Ausdauertraining und Koordinationsübungen. Ein Augenmerk wird auch auf die Kontrolle des Atmens gelegt und auf die Förderung der Regeneration und die Verbesserung von Elastizität und Beweglichkeit. Der Kurs enthält Übungen für alle Muskelgruppen und Gelenke.

262V3650

Sabine Schneider

Di., 07.07.2026, 18 – 19.30 Uhr

Städtisches Gymnasium Herten

Turnhalle / 6,50 €

262V3651

Sabine Schneider

Di., 14.07.2026, 18 – 19.30 Uhr

Städtisches Gymnasium Herten

Turnhalle / 6,50 €



Sprachen

King Arthur and the knights of the Round Table

Vortrag auf Englisch

Ob die legendäre Figur des Königs Artus ein historisches Vorbild hatte ist sehr umstritten, aber davon unabhängig entwickelten sich die Sagenkreise um ihn und seine Ritter der Tafelrunde bereits während des Mittelalters beinahe zu einem eigenen europäischen, nicht nur britischem, Literaturgenre. Die Regelmäßigkeit mit der Neuinterpretationen, Romane, Verfilmungen und wissenschaftliche Abhandlungen auf der Basis der Artussagen erscheinen verdeutlicht wie aktuell und zeitlos viele Elemente dieser Sagen sind, während sie zugleich einen Blick auf viele Aspekte mittelalterlicher Weltanschauungen ermöglichen.

Der erfahrene Referent Malte Pattberg hält den Vortrag auf Englisch. Das Angebot richtet sich vorrangig an Englisch-Sprecher*innen ab dem Niveau B1/B2. Im Anschluss an den Vortrag können die Besucher*innen Fragen stellen.

261V4352

Malte Pattberg

Do., 18.06.2026, 19 Uhr

Glashaus, RaumZeit (ehem. Bistro) / 5 €



Spanisch Kompakt von Anfang an

Der Kurs Spanisch Kompakt richtet sich an Anfänger*innen, die noch keine Vorkenntnisse haben. Anhand von Alltagssituationen lernen die Teilnehmenden erste sprachliche Mittel für Reise und Urlaub.

Lehrwerk: *Entrada al español*.
Einstiegskurs Spanisch, Cornelsen
(ISBN 978-3-464-20567-9)

261V4701

Manuela Collantes Jucknat
4 x freitags, 19.06. – 10.07.2026
17 – 20 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 53 €

Spanisch von Anfang an A1.1

Bildungsurlaub

Dieser Kompaktkurs ist ideal für Anfänger*innen, die in kurzer Zeit solide Basiskenntnisse erwerben möchten. In dieser Woche tauchen die Teilnehmenden intensiv in die Sprache ein und lernen, sich in den wichtigsten Alltagssituationen zurechtzufinden. Der Schwerpunkt liegt dabei auf der mündlichen Kommunikation. Interkulturelle Besonderheiten fließen in den Unterricht ein.

Nach dem Kurs werden die Lernenden in der Lage sein, sich vorzustellen und zu begrüßen, nach dem Befinden zu fragen, Ausflüge zu planen, einzukaufen, Produkte zu beschreiben, Preise zu erfragen und zu bestellen. Außerdem üben die muttersprachliche Kursleitung mit der Gruppe, wie man Wünsche äußert, sich verabredet, über Freizeitaktivitäten spricht und Gefallen oder Missfallen ausdrückt. Auch die wichtigsten Vokabeln für Wochentage, Monate und Uhrzeit stehen auf dem Programm. Für die Teilnehmenden ist zu beachten, dass dieses Format ein hohes Maß an Eigenmotivation erfordert. Das kompakte Format des Kurses ermöglicht allerdings ein schnelleres und intensiveres Lernen.

Folgendes Lehrmaterial ist zu Kursbeginn mitzubringen: *Entrada al español*, ISBN 978-3-464-20567-9. Bitte lassen Sie sich vor der Materialanschaffung von der VHS Herten die sichere Durchführung des Kurses bestätigen.

Interessierte können Bildungsurlaub nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) beantragen.

261V4698

Isabel Campos Aguilera
Mo. – Fr., 22. – 26.06.2026, 9.30 – 15 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 120 €



España y sus regionalismos

Vortrag in leicht verständlichem Spanisch

Spanien bietet viele verschiedene und wunderschöne Landschaften. Drei davon sind die autonomen Gemeinschaften Galicien, das Baskenland und Katalonien. In dieser Präsentation lernen die Teilnehmenden die Besonderheiten jeder einzelnen näher kennen: ihre Landschaften, Bräuche, Traditionen, Kultur und Sprachen. Außerdem werden die Unterschiede sowie ihre mehr oder weniger deutlich gezeigten Bestrebungen nach Unabhängigkeit beleuchtet.

Im Anschluss des Vortrags gibt es die Möglichkeit Fragen zu stellen.

Der Vortrag wird in leicht verständlichem Spanisch gehalten und richtet sich an Spanisch-Sprecher*innen ab dem Niveau A2.

261V4713

Franco Tous

Fr., 26.06.2026, 19 Uhr
Glashaus, RaumZeit (ehem. Bistro)
5 €

Kroatisch / Bosnisch / Serbisch am Wochenende – A1

In diesem Schnupperkurs lernen die Teilnehmenden die Grundlagen des Kroatischen, Serbischen und Bosnischen kennen – Sprachen, die sich so ähnlich sind, dass man mit einer einzigen viele Türen in Südosteuropa öffnen kann.

Der Kurs richtet sich an alle, die neugierig auf Sprache und Kultur des ehemaligen Jugoslawien sind – mit einem besonderen Fokus auf Kroatien als beliebtes Urlaubsland. Sie lernen einfache Redewendungen, um sich im Alltag, im Restaurant oder am Strand verständigen zu können, und erfahren nebenbei Spannendes über die kulturellen Gemeinsamkeiten und Unterschiede der Region.

Das Material wird im Kurs bereitgestellt.

261V4620

David Dusanic

Sa. und So., 27. und 28.06.2026
9.30 – 12.45 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum
28 €



Niederländisch am Wochenende – A1

Reisen in die Niederlande – mit ein wenig Sprachkenntnis wird vieles leichter. Dieser Intensivkurs richtet sich an Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die grundlegende Niederländisch-Kenntnisse für die Reise erlernen möchten.

Behandelt werden hier die relevanten Themenbereiche, die typischerweise im Urlaub von Bedeutung sind – wie z. B. Begrüßung und Verabschiedung, kurze Gespräche über das Befinden, eine Unterkunft buchen, nach dem Weg fragen, Einkäufe machen und im Restaurant oder Café bestellen. Die konkrete Anwendbarkeit der Sprache steht im Vordergrund.

Unterrichtsmaterialien werden in Form von Kopien im Kurs zur Verfügung gestellt.

262V4639

Marco Bernatzki

Sa. und So., 11. und 12.07.2026

10 – 15.30 Uhr

VHS-Haus, Kaminraum / 39,50 €

Französisch – A1 / A2

Leichte Lektüre und Grammatik

Dieser Kurs richtet sich an Lernende mit Vorkenntnissen.

Die erfahrende Kursleitung liest und bespricht mit den Teilnehmenden erste leichte Lektüren wie z. B. „Les histoires de petit Nicolas“. Am Beispiel der Texte werden Grundlagen der Grammatik auf dem Niveau A2 (wie passé composé / imparfait, Ortspräpositionen) sowie die Zahlen wiederholt, das freie Sprechen geübt und entsprechende Übungen zur Festigung gemacht.

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs zur Verfügung gestellt.

262V4525

Mahshid Parastar

Mo. – Do., 24. – 27.08.2026

16.30 – 18.45Uhr

VHS-Haus, Kaminraum / 46 €



Lasercutter: Digitale Fertigung und Handwerk im Wandel

Skills for Future

Der Lasercutter gehört zu den wichtigsten Werkzeugen moderner MakerSpaces. In diesem Workshop lernen Teilnehmende, wie digitale Entwürfe mit Hilfe eines Lasers präzise aus Materialien wie Holz oder Karton geschnitten oder graviert werden können.

Nach einer kurzen Einführung in die Funktionsweise des Lasercutters und die Bedeutung digitaler Fertigung in Design und Handwerk erstellen die Teilnehmenden eigene einfache Designs. Anschließend werden diese mithilfe des Lasercutters umgesetzt – zum Beispiel als Anhänger, kleine Schilder oder dekorative Elemente. Der Workshop vermittelt einen ersten Einblick in digitale Produktionsprozesse und zeigt, wie klassische Handwerks- und Designberufe durch neue Technologien ergänzt werden.

262V5806

Johannes Bienhüls
Di., 25.08.2026, 16 – 17.30 Uhr
Glashaus, 3. Obergeschoss
entgeltfrei



Arbeit und Beruf / Digitales



Bildungsurlaub: Führungskräfte als Coach

Führungskräfte als Coach und Lernbegleiter – Klarheit, Leichtigkeit, Wirksamkeit

Als Führungskraft ist man Lernbegleiter*in, Sparringspartner*in und Vorbild. In diesem Training lernt man Coaching-Formate bewusst einzusetzen und Lernprozesse zu initiieren – mit Klarheit, Leichtigkeit und nachhaltiger Wirkung.

Was Teilnehmende erwartet:

- Coaching-Kompetenzen für Führungskräfte: Gesprächsstrukturen, Fragetechniken, Feedback
- Lernbegleitung statt Mikro-Management: Lernprozesse initiieren, fördern, selbstorganisiertes Lernen unterstützen
- Klarheit und Priorisierung: Ziele definieren, Transparenz schaffen, Fokus erhöhen
- Resiliente Führung: Krisen bewältigen, Verhalten stabil verändern
- Praxisnähe: Case Studies, Übungen, Transfer ins eigene Umfeld mit individuellem Feedback

Interessierte können Bildungsurlaub nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) beantragen.

Die Veranstaltung ist eine Kooperation mit der VHS Recklinghausen.
Der Veranstaltungsort ist in Recklinghausen.

261V5254

Britta Hülder

Mo. – Fr., 22. – 26.06.2026, 9 – 15 Uhr

VHS Recklinghausen

Gesundheitskursraum R. 0.02

Herzogswall 17, 45657 Recklinghausen

5–6 TN: 185,00 €, 7–8 TN: 135,00 €, ab 9 TN: 105,00 €



Bildungs-
urlaub



Digitales Erbe – Wie der digitale Nachlass geregelt wird

In diesem Vortrag wird erklärt, wie der digitale Nachlass rechtzeitig geregelt und Angehörige vor unnötigen Problemen bewahrt werden können. Am Ende des Vortrags gibt es die Möglichkeit, eigene Fragen zu stellen.

Der Kurs stellt keine Rechtsberatung dar.

262V5299

Christiane Biederbeck

Di., 07.07.2026, 19 – 20.30 Uhr

Glashaus, RaumZeit (ehem. Bistro)

5 €



Online den Weg finden: Navigieren mit dem Smartphone

Dieses Angebot ist speziell für ältere Teilnehmende bestimmt. Sie lernen, wie sie sich mit dem Smartphone unterwegs zurechtfinden: zu Fuß, mit dem Rad, mit dem Auto oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Es werden verschiedene Apps vorgestellt und ausprobiert. Außerdem wird gezeigt, wie man Fahrkarten online erwerben kann, und wie das Bezahlen funktioniert.

262V5313

Renate Lünenbürger

Do., 09.07.2026, 15 – 18 Uhr

VHS-Haus, Kaminraum

16 €

Anmelden und Plätze sichern!

Das Programm der Sommer-VHS

Unsere Geschäftsbedingungen, Datenschutzbestimmungen, Entgeltordnung, Satzung und unser Leitbild sind auf unserer Internetseite abrufbar sowie in der Geschäftsstelle erhältlich.

www.vhs-herthen.de



Politik, Gesellschaft, Umwelt

Miteinander im Gespräch für Senior*innen

S.8

261V1994

Ulrich Stumpf

Fr., 03.07.2026, 10 – 12 Uhr

Glashaus, RaumZeit (ehem. Bistro)
entgeltfrei

Miteinander im Gespräch für Senior*innen

S.8

262V1990

Ulrich Stumpf

Fr., 10.08.2026, 10 – 12 Uhr

Glashaus, RaumZeit (ehem. Bistro)
entgeltfrei

Zieht es warm an, es wird noch heißer!

S.6

262V1100

Sven Plöger

Di., 06.10.2026, 19 Uhr

Glashaus, Rotunde
VVK 15 €/ AK 18 €

Das Bergwerk Schlägel & Eisen in Herten

261V1310

Georg Maier

Do., 11.06.2026, 17 – 18.30 Uhr

Bergwerk Schlägel & Eisen 3/4/7
entgeltfrei



**Besichtigung des Abfallkraftwerks
RZR Herten**

261V1498

S.4

Markus Jablonski
Di., 23.06.2026, 15.30 – 18.30 Uhr
AGR Abfallentsorgungsgesellschaft / entgeltfrei

**Zum Kennenlernen:
Interkultureller FrauenGarten**

262V1041

S.5

Sigrun Zobel
2 x do., 06. und 13.08.2026, 15 – 17.30 Uhr
BUND-Naturerlebnisgarten / 5 €

**Zum Kennenlernen:
Interkultureller FrauenGarten**

262V1042

S.5

Sigrun Zobel
2 x do., 20. und 27.08.2026, 15 – 17.30 Uhr
BUND-Naturerlebnisgarten / 5 €

**Kräuterwanderung und Feuerküche
im Naturerlebnisgarten**

262V1431

S.5

Anja Hestermann
Sa., 22.08.2026, 11 – 14.30 Uhr
BUND-Naturerlebnisgarten / 17,50 €

E-Bike-Training für Senior*innen

262V1710

S.9

Karsten Quante
Mi., 26.08.2026, 13 – 16 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / entgeltfrei

Kultur und Gestaltung

**WortGarten: Das Haus der Türen
von Tan Twan Eng**

S.10

261V2222

Ursula Linkemann
Di., 16.06.2026, 18 – 19.30 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 5 €

**WortGarten: Chor der Erinnyen
von Marion Poschmann**

261V2223

S.11

Ursula Linkemann
Di., 30.06.2026, 18 – 19.30 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 5 €

**Skills for Future:
Ferienprogrammierung**

262V5820

S.12

Johannes Bienhüls
Di. – Fr., 04. – 14.08.2026
10 – 14 Uhr
Glashaus, 3. Obergeschoss
entgeltfrei



Gesundheit

**Leckeres für das türkische
Sommerbuffet**

S.14

262V3800

Sengül Mizac
Do., 30.07.2026, 18 – 21.45 Uhr
Willy-Brandt-Realschule, Küche / 33,50 €



Gesundheit

Pilates zum Kennenlernen S.15

262V3201

Silke Mittmann

2 x mi., 08. und 15.07.2026, 18.30 – 19.30 Uhr
Willy-Brandt-Realschule, Gymnastikraum / 9 €

262V3202

Silke Mittmann

2 x mi., 08. und 15.07.2026, 19.30 – 20.30 Uhr
Willy-Brandt-Realschule, Gymnastikraum / 9 €

Pilates zum Kennenlernen für Senior*innen S.16

Städtisches Gymnasium Hertens
Turnhalle / 4,50 €

262V3210

Janet Golde

Mo., 06.07.2026, 16 – 17 Uhr

262V3211

Janet Golde

Mo., 13.07.2026, 16 – 17 Uhr

Einführungskurs Taichi Chuan S.17

262V3230

Kira Fuhr

4 x mi., 05. – 26.08.2026, 18 – 19 Uhr
VHS-Garten / 17,50 €

Kennlernkurs smovey®-WALKING für Menschen 50+ S.17

262V3340

Susanne Witte

2 x mi., 08. und 15.07.2026, 17.30 – 18.30 Uhr
VHS-Garten / 10 €

Golf zum Kennenlernen S.18

262V3501

Benjamin Wuttko

So., 23.08.2026, 16 – 17.30 Uhr
Vestischer Golfclub Recklinghausen / 20 €

Vital- und Wirbelsäulengymnastik zum Kennenlernen S.18

Städtisches Gymnasium Hertens
Turnhalle / 6,50 €

262V3650

Sabine Schneider

Di., 07.07.2026, 18 – 19.30 Uhr

262V3651

Sabine Schneider

Di., 14.07.2026, 18 – 19.30 Uhr



Sprachen

Vortrag: King Arthur and the knights of the Round Table S.19

261V4352

Malte Pattberg

Do., 18.06.2026, 19 – 20.30 Uhr
Glashaus, RaumZeit (ehem. Bistro) / 5 €

Bildungsurlaub: Spanisch von Anfang an – A1.1 S.20

261V4698

Isabel Campos Aguilera

Mo. – Fr., 22. – 26.06.2026, 9.30 – 15 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 120 €

Spanisch Kompakt A1.1

261V4701

Manuela Collantes Jucknat
Fr., 19.06. – 10.07.2026, 17 – 20 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 53 €

S.20

Vortrag: España y sus regionalismos

261V4713

Franco Tous
Fr., 26.06.2026, 19 Uhr
Glashaus, RaumZeit (ehem. Bistro) / 5 €

S.21

Kroatisch / Bosnisch / Serbisch am Wochenende – A1

261V4620

David Dusanic
Sa. und So., 27. und 28.06.2026
9.30 – 12.45 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 28 €

S.21



Niederländisch am Wochenende – A1

262V4639

Marco Bernatzki
Sa. und So., 11. und 12.07.2026
10 – 15.30 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 39,50 €

S.22

Französisch – A1 / A2 Leichte Lektüre und Grammatik

262V4525

Mahshid Parastar
Mo. – Do., 24.08. – 27.08.2026, 16.30 – 18.45 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 46 €

S.22

Arbeit und Beruf / Digitales

Bildungsurlaub: Führungskräfte als Coach

261V5254

Britta Hülder
Mo. – Fr., 22. – 26.06.2026
9 – 15 Uhr
VHS Recklinghausen
185 €

S.24

Lasercutter: Digitale Fertigung und Handwerk im Wandel

262V5806

Johannes Bienhüls
Di., 25.08.2026, 16 – 17.30 Uhr
Glashaus, 3. Obergeschoss
entgeltfrei

S.23

Digitales Erbe

262V5299

Christiane Biederbeck
Di., 07.07.2026, 19 – 20.30 Uhr
Glashaus, RaumZeit (ehem. Bistro)
5 €

S.25

Online den Weg finden: Navigieren mit dem Smartphone

262V5313

Renate Lünenbürger
Do., 09.07.2026, 15 – 18 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum
16 €

S.25



Anmeldungen sind möglich

- über das Internet www.vhs-herthen.de
- telefonisch zu den Öffnungszeiten unter 02366 303-581
- persönlich zu den Öffnungszeiten
VHS Herthen | Resser Weg 1 | 45699 Herthen

Öffnungszeiten der VHS Herthen

montags: 9 – 12.30 Uhr und 13.30 – 16 Uhr
dienstags: 9 – 12.30 Uhr
mittwochs: geschlossen
donnerstags: 9 – 12.30 Uhr und 13.30 – 17.30 Uhr
freitags: 9 – 12.30 Uhr



Impressum

Herausgeber: Stadt Herthen | Der Bürgermeister
V.i.S.d.P.: Stefanie Dobberke | Dezernat 3,
Amt für außerschulische Bildung und Kultur | Resser Weg 1, 45699 Herthen
Gestaltung: Creativbüro Dülmen
Veröffentlichung: Juni 2026, Auflage: 3.000 Exemplare
Programmänderungen vorbehalten, alle Angaben ohne Gewähr.





stock.adobe.com:

S. 1: © Drobot Dean; S. 3:
© 18042011; S. 4: © Studio Romantic;
S. 5: © Sonja Birkelbach; S. 6: © jittawit21;
S. 8: © SejutaCahaya; S. 9: © Daniel; S. 10:
© BullRun; S. 11: © BullRun; S. 12: © Viacheslav Yakobchuk; S. 13: © kanpisut; S. 14: © Viacheslav Yakobchuk, © studio GDB; S. 15: © Africa Studio, © winnievinzence; S. 16: © Krakenimages.com (2); S. 17: © leszekglasner, © lordn; S. 18: © APchanel, © karelnoppe; S. 19: © Mediaphotos; S. 22: © gpointstudio; S. 23: © ImageFlow; S. 24: © vegefox.com; S. 25: © kebox, © vegefox.com; S. 26: © M.studio; Illustrationen S. 3 (2), 11, 30, 31 (2): © Hanna Bykova





Jetzt
kostenloses
Konto online
eröffnen!

0 % Gebühren

100 % Durchblick

- ✓ Kostenloses Girokonto bis zum 30. Lebensjahr
- ✓ Kostenlose ClassicCard-Kreditkarte
- ✓ Weltweit Bezahlen
- ✓ Online-Banking & Banking-App
- ✓ rund 14.500 gebührenfreie Geldautomaten



**Volksbank
Ruhr Mitte**

