vhs Volkshochschule Herten

inklusive **VHS-Semester-programm**

ein.Blick

Terra – die Erde

Sven Plöger: Zieht euch warm an!
E Terra ad Astra – Von der Erde zu den Sternen
Skills for Future
Gemischtes Doppel – Zwei Biografien

Afrika entdecken
Reisen: Mesopotamien, Mexiko, Normandie und Bretagne, London
Im Rhythmus der Erde

© Dennis Stratmann / Proshoto.com

Liebe Leserinnen und Leser,

Terra – die Erde.

Mit dieser neuen Ausgabe des VHS-Magazins **ein.Blick** lade ich Sie ein, Terra aus ganz unterschiedlichen Perspektiven zu entdecken. Die Erde ist unser gemeinsamer Lebensraum, Ausgangspunkt jeder Reise und Heimat vielfältiger Kulturen, Geschichten und Lebensweisen. Sie verbindet Menschen über Grenzen hinweg und zeigt zugleich, wie bunt und facettenreich unsere Welt ist.

Die Beiträge dieser Ausgabe machen deutlich, wie vielfältig das Thema aufgegriffen werden kann. Sie führen an neue Orte, eröffnen ungewohnte Perspektiven und zeigen, wie Begegnungen über Ländergrenzen hinweg Verständnis fördern und Brücken zwischen Menschen bauen. Sie regen dazu an, über die Werte nachzudenken, die unsere Gesellschaft zusammenhalten, werfen einen Blick auf unterschiedliche Erfahrungen und Lebenswelten und greifen Fragen auf, die uns alle bewegen – vom gesellschaftlichen Miteinander bis hin zum verantwortungsvollen Umgang mit unserer Umwelt. Besonders schön ist dabei zu sehen, mit wie viel Engagement sich junge Menschen in Herten in die Gestaltung einzelner Projekte und Veranstaltungen einbringen.

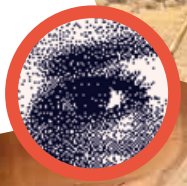
Als Volkshochschule verstehen wir Bildung als Einladung, die Welt mit offenen Augen zu betrachten, Fragen zu stellen und voneinander zu lernen. Terra steht deshalb nicht nur für den Planeten, auf dem wir leben, sondern auch für den gemeinsamen Boden, auf dem Wissen, Austausch und Verständnis wachsen können. Denn nur so gelingt ein gutes Miteinander – heute und in Zukunft.

Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre, spannende Entdeckungen und viele neue Denkanstöße.
Viele Grüße

Fred Toplak
Bürgermeister der Stadt Herten

Terra – die Erde

4 Schreibwerkstatt: Nachdenken über Mutter Erde
6 Sven Plöger: Zieht euch warm an, es wird noch heißer!
8 Eine kleine Geschichte des deutschen Waldes
10 E Terra ad Astra – Von der Erde zu den Sternen
12 Skills for Future
14 Welche Werte halten uns zusammen?
17 Dokumentarfilme: Die Unbeugsamen – Teil 1 und 2
18 Gemischtes Doppel – Zwei Biografien, ein Deutschland
20 Über die Grenze: Leben in Ost und West
22 Vom Klassenzimmer in die Welt
24 Reisen bildet – 10 Funfacts
26 Afrika entdecken – Natur, Kultur und Abenteuer
28 Reisereportagen und Bildvorträge
33 Herzwochen 2026 – Herz aus dem Takt
34 Im Rhythmus der Erde – Fernöstliche Wege zu mehr Gelassenheit
36 Wenn aus Erde Kunst wird …
39 CreativWerkstatt Herten
40 Musikschule Herten
42 Kulturbüro Herten
44 Stadtbibliothek Herten
46 VHS-Semesterprogramm
55 Anmeldung und Impressum



Nachdenken über Mutter Erde

Poetisches aus der Schreibwerkstatt

„Terra“, unsere Erde, ist Schwerpunkt des Herbstprogramms der VHS Herten. Deshalb lag es nahe, auch die Schreibwerkstatt um einen Beitrag zu bitten. Ob sinnliches Naturerleben, mythologische Annäherung oder Bewunderung für die Kraft der permanenten Wiedergeburt – ganz unterschiedlich haben sich die Teilnehmenden dem Thema genähert.

Die Schreibwerkstatt in Herten besteht seit vielen Jahren als feste Gruppe literarisch interessierter Menschen. Sie trifft sich jeden ersten Dienstag im Monat. In entspannter und wertschätzender Atmosphäre entstehen Texte unterschiedlichster Art: Kurzgeschichten, autobiografische Erinnerungen, Gedichte, szenische Arbeiten und freie literarische Formen. Kreative Impulse sowie Sprach- und Stilübungen fördern die Entwicklung eigener Ideen und eröffnen neue Zugänge zum kreativen Arbeiten mit Sprache. Die regelmäßigen Treffen bieten Gelegenheit, die eigene Ausdrucksfähigkeit weiterzuentwickeln, neue Perspektiven kennenzulernen und sich von der Arbeit in der Gruppe inspirieren zu lassen. Vier Beiträge über unsere Erde zeigen die Vielfalt und Ausdruckskraft dieser literarischen Arbeit.

Terra
Erde – kraftvolle Basis für Leben und Wachstum
Faszination für die Sinne,
für die Augen
oder
eine Grundlage für eine Ernte,
die Lebenskraft groß
ein Kreislauf des Lebens
im Wechsel der Jahreszeiten
Tag und Nacht

M. Hahn

Jeder Tag
Ist Muttertag
Für Mutter Erde
Der Wald
Verneigt sich
Vor der Einzigen
Beschenkt sie
Mit filigranen Häkelspitzen
Die das Laub der Bäume
An den Himmel malt.

D. Hojtzyk

Erde und Wasser
Wo die Ozeane aufs Land treffen, säumt das Wasser die Erde in schmalem Streif. Perseus entsteigt den Fluten. Die Haut der Erde verwaltet und vermehrt von Demeter, die göttlich die Saat auf die morsche Kruste streut. Der erste Regen bringt die Erlösung: Frisches Grün zieht himmelwärts, die Triebe hoch in die Wolken gereckt, von Gottvater Zeus in Empfang genommen, ein ewiger Kreislauf aus Hinauf und Hinab, Wasser und Land, stetige Wiederholung, die alte und die neue Erde.

A. Senk

Terra incognita
Abends
Beim
Chamäleon
Die
Erste
Feuersglut

Ganz
Herrlich
Irrlichtert
Jedes
Kurze
Leuchten
Mit
Neonfarbigem
Orange

Pure
Quellenströme
Rinnen
Sanft
Tief
Urirdisch
Von
Wasseradern
Zulaufend

A. Senk

Unser Angebot: Kurs Nr. 262V2112
Hertener Schreibwerkstatt – Kreativ schreiben in inspirierender Atmosphäre
Ursula Linkemann
5 x jeden ersten Dienstag des Monats
01.09.2026 – 05.01.2027, 18:30 – 21:00 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / entgeltfrei

Zieht euch warm an, es wird noch heißer!

Können wir den Klimawandel noch beherrschen?

Ein Hitzerekord jagt weltweit den nächsten, auf extreme Trockenheit folgen sintflutartige Regenfälle. Was steckt hinter all diesen Wetterextremen? Sven Plöger, Deutschlands bekanntester Meteorologe, ordnet die aktuellen Entwicklungen ein und zeigt, welche Handlungsspielräume uns noch bleiben.

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.

In Plögers Vortrag 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. Vielmehr 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.

© Sebastian Knoth

Unser Angebot: Kurs Nr. 262V1100

Zieht euch warm an, es wird noch heißer! Können wir den Klimawandel noch beherrschen?
Sven Plöger
Di., 06.10.2026, 19:00 Uhr
Glashaus Herten, Rotunde / VVK 15 €, AK 18 €

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

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

*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 weckten 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. Besondere Beachtung finden regelmäßig auch seine TV-Dokumentationen, wie die Reihen „Wo unser Wetter entsteht“ und „Wie extrem wird unser Wetter, Sven Plöger?“.

Eine kleine Geschichte des deutschen Waldes

Der Wald ist ein komplexes Ökosystem, das sich im Laufe der Erdgeschichte permanent verändert hat und weiter verändern wird. Zeiten starker Vereisung wechselten sich ab mit extremer Hitze und prägten die Vegetation. Von ebenso großem Einfluss ist seit der Jungsteinzeit der Mensch. Bis vor 7.000 Jahren war Deutschland fast vollständig von Laubwäldern bedeckt, in dem die Eiche dominierte. Später kam die Buche hinzu. Die Menschen zogen umher und ernährten sich von Pilzen, Früchten und von der Jagd. Dann rodeten die ersten Ackerbauern den Wald für Felder und Siedlungen. Nach ein paar Jahren gaben sie diese wieder auf und legten sie an anderer Stelle neu an. Auf den verlassenen Flächen breitete sich erneut Wald aus. Da Buchen schneller und höher wachsen als Eichen, wurden sie die Nummer eins in Deutschlands Wäldern.

Erste bleibende Lücken im Urwald

Mit der dauerhaften Niederlassung der Menschen schwand die natürliche Sukzession des Waldes, und der gleichzeitig steigende Holzverbrauch hinterließ erste Lücken. Denn seit der Bronzezeit brauchte man Holz nicht nur als Brenn- und Bauholz, sondern auch als Energieträger für die Metallverarbeitung. Schon zu Beginn der christlichen Zeitrechnung war der deutsche Wald um zehn Prozent geschrumpft.

Im Mittelalter wuchsen Siedlungen zu Städten heran, der Holzverbrauch schnellte in die Höhe. Nicht ohne Grund wird die vorindustrielle Ära auch „hölzernes Zeitalter" genannt. Große Mengen Holz verschlangen der Häuser-, Brücken-, Schiffs- und Untertagebau und das Handwerk. Bereits um 1400 war nur noch ein Viertel Deutschlands bewaldet.

Mit Tannensaat gegen den Kahlschlag

Um den Bedarf an Holz langfristig zu sichern, griff man in Nürnberg erstmals zum Mittel der Wiederaufforstung. Peter Stromer, Ratsherr und Unternehmer, entdeckte 1368 das „Tannensäen" durch die Aussaat von Samen. Die Erfindung war zukunftsweisend, wenn auch zunächst nur ein Tropfen auf den heißen Stein. Denn andernorts ging der Kahlschlag ungebremst weiter. In manchen Regionen wie dem Schwarzwald sank der Waldbestand stellenweise auf zehn Prozent.

Erst um 1800 zog man die Notbremse. Eine massive Wiederaufforstung der Wälder begann. Aus ökonomischen Interessen bevorzugt wurde die schnell wachsende Fichte, aber auch Kiefer und Lärche, die in Mitteleuropa ursprünglich in höheren Gebirgslagen wuchsen. Ausgedehnte Monokulturen entstanden. Aus dem natürlich gewachsenen Wald wurde der Wirtschaftswald.

Die Zukunft des deutschen Waldes

Heute ist ein Drittel der Fläche Deutschlands wieder mit Wäldern bedeckt. Echter Urwald ist so gut wie verschwunden. Die häufigsten Baumarten sind Kiefer und Fichte, gefolgt von Buche und Eiche. Dass dabei der Anteil an Laubbäumen inzwischen wieder bei 48 Prozent liegt, ist das Ergebnis moderner Forstwirtschaft, in den vergangenen Jahren auch als Reaktion auf den rasant fortschreitenden Klimawandel.

Besonders Fichten leiden unter Hitze und Trockenheit, was sie anfällig für Schädlinge wie den Borkenkäfer macht. Wie die Zukunft unserer Wälder aussieht, hängt also auch davon ab, inwieweit sich naturferne Nadelholzmonokulturen in artenreiche und widerstandsfähigere Mischwälder umbauen lassen.

Unser Angebot: Kurs Nr. 262V1130

Ausstellung: Mythos Wald
Sigrid Godau
Sa., 26.09.2026, 11:00 – 16:00 Uhr
Gasometer Oberhausen, Arenastraße 11
46047 Oberhausen / 32 €
Die Anreise ist nicht im Angebot enthalten.

E Terra ad Astra

Von der Erde zu den Sternen

Unser blauer Planet ist etwas ganz Besonderes: Er ist der einzige Himmelskörper in unserem Sonnensystem, auf dessen Oberfläche es flüssiges Wasser gibt. Doch wie sieht es außerhalb dieses Systems aus? Rund 7.400 Exoplaneten hat die Astrophysik bislang entdeckt – und die Zahl wächst stetig weiter. Öffnen sich hier neue Lebensräume? Darüber sprachen wir mit dem promovierten Chemiker und Astronomen Dr. Tom Fliege.

VHS Herten: Herr Dr. Fliege, zunächst, wie sind Sie zur Astronomie gekommen?

Dr. Tom Fliege: Mit etwa sieben Jahren trat ich während eines Herbsturlaubs im Münsterland abends aus dem Wohnwagen und wurde fast erschlagen von einem sternenübersäten Himmel. Dieser Anblick weckte in mir den Wunsch, mehr über das Weltall zu erfahren. Karten, Bücher und ein Fernglas brachten eine erste Annäherung. Zur Konfirmation gab es dann das rein mechanische Quelle-Spiegelteleskop mit einem Durchmesser von elf und einer Brennweite von 90 Zentimetern. Mit dem Aufkommen der Digitalkameras und einem elektromotorisierten Schmidt-Cassegrain-Teleskop (23 cm/230 cm) folgte 30 Jahre später der dritte Schritt. Viele der dabei entstandenen Aufnahmen sind für den Laien aber erklärungsbedürftig. So entwickelten sich die Vorträge und Workshops, mit denen ich seit 2013 als selbstständiger Dozent im Ruhrgebiet unterwegs bin.

VHS Herten: Was macht die Erde aus astronomischer Sicht so besonders im Vergleich zu anderen Planeten?

Dr. Tom Fliege: Hier haben wir Luft, Wasser, Essen, Trinken, Leben, Freunde. In unserem gesamten Sonnensystem, das wir übrigens innerhalb eines Menschenlebens nur mit viel Mühe durchqueren könnten, gibt es keinen auch nur annähernd vergleichbaren Ort. Deshalb müssen wir auf unsere Erde aufpassen. Als Mensch zu den Sternen zu reisen und dort auf entsprechende Bedingungen zu treffen, ist – Stand heute – Science Fiction.

VHS Herten: Ist unsere Position im Universum eher zufällig oder gibt es so etwas wie eine „bevorzugte Zone" für lebensfreundliche Planeten?

Dr. Tom Fliege: Wissenschaftliche Theorien entwickeln sich ständig weiter. Wenn man davon ausgeht, dass Wasser Voraussetzung für Leben ist – was wir aber noch gar nicht abschließend wissen –, dann schränkt das den Abstand von Planetenumlaufbahnen um ihr Zentralgestirn auf eine sogenannte „habitable" oder bewohnbare Zone ein. Dort herrschen Wassertemperaturen zwischen null und 80 Grad Celsius. Auf der Erde funktioniert das zufällig, der überwiegende Teil bereits entdeckter Exoplaneten fällt damit weg.

VHS Herten: Welche Missionen liefern aktuell wichtige Erkenntnisse über unser Planetensystem?

Dr. Tom Fliege: Die chinesischen unbemannten Mondmissionen erforschen derzeit die uns abgewandte Seite des Mondes mit teils überraschenden Erkenntnissen über die Entstehung der Erde und des Mondes. Das erhoffte Wassereis in den Kratern am Südpol des Mondes scheint es gar nicht zu geben. Auch hier werden einige Hoffnungen aufgegeben und „wissenschaftliche Konsense" neu überdacht werden müssen.

VHS Herten: Wie wird sich die Erde langfristig entwickeln, wenn man astronomische Zeiträume betrachtet?

Dr. Tom Fliege: Wie seit Anbeginn der Erde wird sich das Klima weiter ständig wandeln – bedingt durch den Sonneneinfallswinkel und die Wasserwolkenverteilung. Als Menschen können wir das nicht ungestraft beeinflussen oder gar aufhalten. Wer Atomkriege führt, spielt mit dem Schicksal aller Menschen auf der Erde. Und langfristig betrachtet: In etwa fünf Milliarden Jahren wird sich nach heutiger Theorie unsere Sonne zu einem roten Riesenstern aufblähen und dabei Merkur, Venus und eventuell die Erde verschlucken. Vielleicht rutscht die Erde aber auch auf eine etwas entferntere Umlaufbahn. Sie wird dann ein heißer, wasserloser, lebloser Stein sein. Also, wer sich heute für ewig bindet: ewig ist in fünf Milliarden Jahren!

VHS Herten: Vielen Dank für die interessanten Einblicke.

Unser Angebot: Kurs Nr. 271V1300

E Terra ad Astra –
Von der Erde zu den Sternen
Dr. Tom Fliege
Di., 26.01.2027, 19:30 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 15 €
.

Skills for Future

Digitale Bildung im MakerSpace des Glashauses Herten

Wie gehen wir mit den Ressourcen unserer Erde um und wie kann Technologie nachhaltiges Handeln fördern? Fragen wie diese stehen im Mittelpunkt des Themenschwerpunkts „Terra“ und machen deutlich: Digitale Bildung ist heute weit mehr als reine Technikvermittlung. Wie eng digitale Kompetenzen und gesellschaftliche Themen miteinander verknüpft sind, zeigt das Projekt „Skills for Future“ der VHS Herten.

Digitale Kompetenzen sind längst eine wichtige Voraussetzung für gesellschaftliche Teilhabe, berufliche Orientierung und selbstbestimmtes Handeln. Im Rahmen des Projekts „Skills for Future“ erhalten Hertener Jugendliche die Möglichkeit, diese Fähigkeiten praxisnah zu erproben.

Das Projekt richtet sich an Jugendliche ab etwa 16 Jahren und möchte insbesondere Mädchen für digitale Themen begeistern. Im Mittelpunkt steht ein Ansatz, der sich bewusst vom klassischen Unterricht unterscheidet: Statt vorgegebener Lernwege geht es um Ausprobieren, kreatives Gestalten und unmittelbares Erleben. Die Teilnehmenden programmieren, bauen, testen und entwickeln Ideen – allein oder im Team. Fehler sind dabei ausdrücklich erlaubt, denn genau so verlaufen Arbeitsprozesse in vielen digitalen Berufsfeldern.

Der MakerSpace – ein kreativer Ort digitalen Lernens
Zentraler Ort des Projekts ist der MakerSpace im dritten Obergeschoss des Glashauses Herten. Dort stehen unterschiedliche Technologien bereit: programmierbare Roboter, ein Lasercutter, ein 3D-Drucker sowie Laptops als Schnittstelle zwischen digitaler Gestaltung und praktischer Umsetzung.

Einige Angebote sind als kompakte Workshops konzipiert und ermöglichen einen niedrigschwelligen Einstieg in

Robotik, digitale Fertigung und 3D-Modellierung. Im Fokus steht dabei immer das praktische Arbeiten – von der ersten Idee bis zum fertigen Produkt. Ergänzende Inputs ordnen die gesellschaftliche und berufliche Relevanz der Inhalte ein. Gleichzeitig ist der MakerSpace ein offener Lern- und Experimentierraum: Jeden Dienstag von 16:00 bis 18:00 Uhr können Gäste ohne Anmeldung vorbeikommen, Techniken ausprobieren und eigene Projekte umsetzen.

Anknüpfungspunkte zum Thema Nachhaltigkeit ergeben sich aus der konkreten Arbeit im MakerSpace. Ein Workshop zum 3D-Druck von Ersatzteilen zeigt exemplarisch, wie digitale Technologien helfen, Ressourcen bewusster zu nutzen. Statt defekte Gegenstände wegzuwerfen, entwickeln die Teilnehmenden eigene Lösungen und fertigen fehlende Bauteile selbst an.

Offen für eine aktiv gestaltete Zukunft
Perspektivisch ist „Skills for Future“ bewusst offen angelegt. Neben den bestehenden Angeboten sind weitere Formate geplant, etwa im Bereich Medienproduktion. Denkbar sind Workshops zu Podcasts, Videoformaten oder Social Media, die sowohl technische als auch persönliche Kompetenzen stärken und zur Meinungsbildung beitragen. Auch Kooperationen mit Schulen – beispielsweise durch Exkursionen oder die Einbindung von Medienscouts – sind vorgesehen. So soll sich der MakerSpace Schritt für Schritt zu einem festen Bestandteil der Hertener Bildungslandschaft entwickeln – als Ort, an dem alle nicht nur lernen, sondern auch aktiv gestalten.

Das Projekt der Volkshochschule Herten ist als Netzwerkvorhaben angelegt und wird in Zusammenarbeit mit folgenden Partnern umgesetzt: der Rosa-Parks-Schule, der TalentMetropole Ruhr, der PROSOZ Herten GmbH sowie der CreativWerkstatt Herten, der Gleichstellungsstelle, dem Kommunalen Integrationsmanagement und der Stadtbibliothek der Stadt Herten.

Das Projekt wird gefördert vom Ministerium für Kultur und Wissenschaft des Landes Nordrhein-Westfalen.

Unser Angebot: Kurs Nr. 262V5812
Print to Repair – Nachhaltigkeit mit 3D-Druck
Johannes Bienhüls
Mi., 23.09.2026, 15:00 – 18:00 Uhr
Glashaus Herten, 3. OG / entgeltfrei

Unser Angebot: Kurs Nr. 262V5814
Print to Repair – Nachhaltigkeit mit 3D-Druck
Johannes Bienhüls
Di., 06.10.2026, 15:00 – 18:00 Uhr
Glashaus Herten, 3. OG / entgeltfrei

Unser Angebot:
Skills for Future: Offene Experimentierfläche
Johannes Bienhüls
18 x di., 11.08. – 22.12.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
Glashaus Herten, 3. OG / entgeltfrei

Ministerium für
Kultur und Wissenschaft
des Landes Nordrhein-Westfalen

©Mirko Drotschmann

Welche Werte halten uns zusammen?

Mirko Drotschmann

Im Februar 2027 ist Mirko Drotschmann an der Volkshochschule Herten zu Gast. In seinem Vortrag fragt MrWissen2go: Wie steht es um Frieden, Freiheit und Gerechtigkeit – jene Werte, auf denen Wohlstand und Demokratie in unserer westlichen Welt gründen?

© VHS / Stefanie Dobberke

Bereits im Vorfeld der Veranstaltung befragen Schüler*innen des Städtischen Gymnasiums Herten (StGH) die Hertener Bevölkerung – „vom Kind bis zum Greis", wie Drotschmann es bei einer Planungskonferenz auf den Punkt brachte. Unterstützt wird das Projekt von Lehrkräften des StGH, der „jungen" VHS und dem Team Bildungspartnerschaften der Stadtbibliothek Herten.

Fünf Arbeitsgruppen wurden bereits gebildet. Sie befragen Kinder in Kitas und Grundschulen, Jugendliche und junge Erwachsene an weiterführenden Schulen, in Ausbildung oder im Studium, Lehrkräfte verschiedener Schulformen sowie ältere Menschen in Seniorenheimen zu Frieden, Freiheit und Gerechtigkeit. Werden diese Werte von den verschiedenen Altersgruppen unterschiedlich bewertet? Und was sagen vor allem die älteren Menschen? Hat sich die Gewichtung dieser Werte im Laufe ihres Lebens verschoben?

Die Projektergebnisse werden erstmals im Februar präsentiert und stehen auch über die Veranstaltung hinaus zur Verfügung. Über die Ergebnisse gehen die Schüler*innen mit Mirko Drotschmann im Anschluss an seinen Vortrag in den Austausch.

***Mirko Drotschmann**, besser bekannt als MrWissen2go, ist Wissenschaftsjournalist, Moderator und Historiker. Mit seinen verständlich formulierten Beiträgen zu Geschichte, Politik und Gesellschaft erreicht er auf YouTube Millionen Menschen. Auch in der ZDF-Dokumentationsreihe Terra X vermittelt er fundiertes Wissen einem breiten Publikum.*

Faktenbasiert und gleichzeitig anschaulich erläutert er beispielsweise die Demokratie und zeigt, wie sich Vorstellungen von Frieden, Freiheit und Gerechtigkeit im Laufe der Geschichte verändert haben. Was den 40-Jährigen motiviert? Er wünscht sich, dass sich Menschen mehr mit Geschichte und Politik auseinandersetzen.

Unser Angebot: Kurs Nr. 271V1100
Demokratie im Dialog –
Frieden, Freiheit und Gerechtigkeit
Mirko Drotschmann
Do., 18.02.2027, 17:00 Uhr
Glashaus Herten, Rotunde / 5 €

WDR 2

Bleibt neugierig

„Die Unbeugsamen“, Teil 1 und 2

In den Dokumentarfilmen „Die Unbeugsamen” (2021) und „Die Unbeugsamen 2 – Guten Morgen, Ihr Schönen!“ (2024) beleuchtet Regisseur Torsten Körner die Lebensrealität bundesdeutscher Politikerinnen und stellt sie den Erfahrungen engagierter Frauen in der DDR gegenüber.

In den Anfangsjahren der Bonner Republik waren es zunächst Einzelkämpferinnen, die nicht nur als Wählerinnen ernst genommen werden wollten. Mit wie viel Nachdruck sie um politische Teilhabe und Mitbestimmung kämpfen mussten, erzählen u. a. Herta Däubler-Gmelin (SPD), Marie-Elisabeth Klee (CDU), Ursula Männle (CSU), Christa Nickels (Bündnis90/Die Grünen), Ingrid Matthäus-Maier (FDP/SPD), Renate Schmidt (SPD) und Rita Süssmuth (CDU). Hinzu kommen ausgewählte Archivaufnahmen, die zeigen, wie ungeniert herablassend männliche Kollegen teilweise das Engagement der Frauen kommentierten.

Dass trotz staatlich verordneter Gleichberechtigung auch der Arbeiter- und Bauernstaat männlich dominiert war, schildert der zweite Teil der Dokumentation. Da es in der DDR aber nur insgesamt drei Ministerinnen gab, weitet sich hier der Kreis der interviewten Frauen. Zu Wort kommen u. a. die langjährige Potsdamer Oberbürgermeisterin Brunhilde Hanke, die Landwirtin und jüngste LPG-Vorsitzende der DDR Solveig Leo, die DEFA-Regieassistentin Barbara Mädler, die Malerin Doris Ziegler, die Bürgerrechtlerin Ulrike Poppe und die Schauspielerin Katrin Sass.

© isaraufwaerts.de (2)

Beide Filme werden in Kooperation der VHS Herten mit dem Kulturbüro der Stadt Herten gezeigt.

Unser Angebot: Kurs Nr. 262V1540
Filmabend: „Die Unbeugsamen“
Mo., 28.09.2026, 19:30 Uhr, Einlass: 19:00 Uhr
Glashaus Herten / entgeltfrei

Unser Angebot: Kurs Nr. 262V1550
Filmabend: „Die Unbeugsamen 2 – Guten Morgen, ihr Schönen!“
Fr., 16.10.2026, 19:30 Uhr, Einlass: 19:00 Uhr
Glashaus Herten / entgeltfrei

online

Weitere Angebote:

Kurs Nr. 262V1500 – Online
Totaler Umbruch – Stasi, Neonazi, Neuanfang
Knut Elstermann
Mi., 16.09.2026, 18:00 – 19:30 Uhr / entgeltfrei

Kurs Nr. 262V1510 – Online
Eure Einheit, unsere Einheit – An wen erinnern wir?
Nhi Le
Do., 08.10.2026, 18:00 – 19:30 Uhr / entgeltfrei

Kurs Nr. 262V1520 – Online
Jungsein in Demokratie und Diktatur
Miriam Menzel
Di., 10.11.2026, 18:00 – 19:30 Uhr / entgeltfrei

Gemischtes Doppel

Zwei Biografien, ein Deutschland

Ines Holtrup wurde in Jena geboren, ihr Ehemann Achim in Bonn. Seit 2003 wohnen sie in Dortmund. Sie arbeitet für „Demokratie leben!“ bei der Stadt Herten, er bei der Wirtschaftsförderung der Stadt Dortmund. Über ihre sehr unterschiedlichen Erfahrungen im geteilten Deutschland sprachen sie mit der VHS Herten.

VHS Herten: Frau Holtrup, Sie sind in der DDR aufgewachsen und leben seit 2003 in Westdeutschland. Welche Unterschiede zwischen Ost und West prägen Ihren Alltag oder Ihr Denken bis heute?

Ines Holtrup: Besonders prägend ist für mich das unterschiedliche Frauenbild. In der DDR war es selbstverständlich, dass Frauen Vollzeit arbeiteten – auch mit Kindern. Deshalb kann ich mit dem Begriff „Rabenmutter“ wenig anfangen. Es war normal, dass Kinder in die Krippe und in den Kindergarten gingen. Ein großer Vorteil war die finanzielle Unabhängigkeit der Frauen.

Ein zweiter Punkt ist die Überflussgesellschaft. Die DDR war eine Mangelwirtschaft. Das hatte auch seine Vorteile. Heute wird vieles nicht repariert, sondern neu angeschafft, weil es wirtschaftlicher ist. Ich glaube, deshalb haben viele Ostdeutsche beim Thema Nachhaltigkeit einen anderen Blick.

VHS Herten: Herr Holtrup, Sie sind in Westdeutschland aufgewachsen, 1995 nach Jena gezogen und leben heute wieder in NRW. Welche Unterschiede zwischen Ost und West prägen Sie bis heute?

Achim Holtrup: Im Osten änderte sich 1990 die Lebenssituation wesentlich mehr als im Westen. Als ich nach Jena kam, wurde aus der Euphorie der Wendezeit allmählich Normalität, selbst wenn der Veränderungsprozess enorm war. Inzwischen gab es nicht nur Meinungs- und Reisefreiheit, sondern auch erste schlechte Erfahrungen mit Arbeitslosigkeit und falschen Versprechungen. Die Wiedervereinigung erfolgte leider nicht auf Augenhöhe. Der Westen ignorierte gut funktionierende DDR-Strukturen. Begriffe wie „Dunkeldeutschland“ empfinde ich bis heute als herablassend.

VHS Herten: Welche Erinnerungen verbinden Sie beide mit Ihrer Jugend?

Ines Holtrup: In der DDR war die Meinungsfreiheit stark eingeschränkt. Man konnte nicht einfach sagen, was man wollte. Auch das Reisen war begrenzt, und je nach Beruf spielte die Systemtreue eine sehr wichtige Rolle. Gleichzeitig gab es eine große wirtschaftliche Sicherheit ohne Arbeitslosigkeit und wenig Angst vor sozialem Abstieg oder Kriminalität.

Achim Holtrup: Meine Jugend in den 80er-Jahren in Bonn war geprägt von familiärer Geborgenheit und wachsendem Wohlstand. Ich spielte leidenschaftlich Tennis – eine Sportart, die es in der DDR kaum gab. Begünstigt durch meinen Wohnort gehörten Demonstrationen und Staatsbesuche für mich zum Alltag.

VHS Herten: Gab es für Sie nach der Wiedervereinigung Momente, in denen Sie besonders deutlich gespürt haben, wie unterschiedlich Ost und West waren?

Ines Holtrup: Für mich gab es da mehrere Momente. Zum Beispiel bei meiner ersten Fahrt in den Westen – das Gefühl, einfach so da zu sein. Dann dieser enorme Überfluss in den Läden. In meinem Umfeld herrschte eine große Aufbruchsstimmung. Das habe ich danach nie wieder erlebt! Später dann kam die Massenarbeitslosigkeit vieler gut ausgebildeter und fleißiger Menschen. Auf einmal hatte man Angst vor dem sozialen Abstieg.

Achim Holtrup: Einen einzelnen Moment gab es für mich nicht. Drei Beispiele: In Ostdeutschland war es normal, dass Frauen berufstätig und ihre Kinder versorgt waren. Meine Mutter hätte nach ihrer Schneiderlehre gern weiter gearbeitet. Aber ihre Rolle war es, sich um die Familie zu kümmern. Der Tag im Osten begann eine Stunde früher als im Westen. Bäckereien z. B. öffneten um 5 Uhr morgens. Und statt schicker Großraumdiskotheken gab es im Osten Musikkneipen mit Rockmusik.

VHS Herten: Wenn Sie heute auf das geteilte Deutschland zurückblicken: Was wünschen Sie sich, dass jüngere Generationen über diese Zeit verstehen oder bewahren?

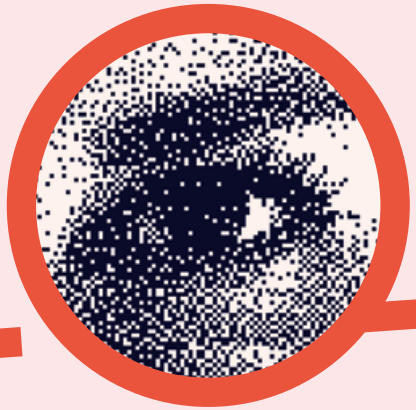
Ines Holtrup: Man sollte Menschen nicht vorschnell verurteilen. Es ist wichtig, ihre Geschichte zu kennen, um ihr Handeln zu verstehen. Ich wünsche mir mehr Respekt für die Lebensleistung der Ostdeutschen und mehr Begegnungen auf Augenhöhe. Außerdem ist das Alter der betreffenden Menschen in der Zeit für eine Bewertung wichtig. Frieden, Freiheit, das Leben von Werten und Wohlstand sind nicht selbstverständlich.

Achim Holtrup: Deutschland war nur 45 Jahre geteilt – und doch hat diese Zeit gereicht, um sich zu entfremden. Ich wünsche mir, dass kommende Generationen Deutschland als ein gemeinsames Land verstehen. Regionale Unterschiede darf und soll es gerne geben, denn sie bereichern.

VHS Herten: Herzlichen Dank für die vielen interessanten Einblicke.

Über die Grenze

FRAUEN IM GETEILTEN DEUTSCHLAND



Leben in Ost und West

Staatsgrenzen markieren das Hoheitsgebiet souveräner Staaten. Aktuell sind es 195 weltweit. Mitunter erschweren Grenzkontrollen die Einreise in ein Land. Des Öfteren stehen Grenzen aber auch für unterschiedliche politische Systeme und Gesellschaftsordnungen – etwa Demokratie und Diktatur.

Eine dieser Staatsgrenzen ist seit 1990 Geschichte: die innerdeutsche Grenze. Sie trennte Deutschland in die Deutsche Demokratische Republik und die Bundesrepublik Deutschland. Die Menschen waren deutsch und doch prägten unterschiedliche gesellschaftliche Vorstellungen und Rollenbilder das Leben in beiden Staaten.

„Frauen im geteilten Deutschland"

Einige Klischees haben sich bis heute hartnäckig gehalten: Wenn zum Beispiel von der zupackenden DDR-Arbeiterin und „Rabenmutter" die Rede ist oder die Westfrau entweder als „Heimchen am Herd" oder kompromisslose Karrierefrau beschrieben wird. Woher kommen diese Zuschreibungen? Und was ist an ihnen dran?

Die Ausstellung „Frauen im geteilten Deutschland" im Glashaus Herten beleuchtet die unterschiedlichen Lebensrealitäten von Frauen in der Bundesrepublik und der DDR der 1970er- und 1980er-Jahre. Gleichzeitig wirft sie die Frage auf, ob die Frauen beider deutscher Staaten trotz unterschiedlicher politischer und gesellschaftlicher Rahmenbedingungen ein Streben nach Selbstbestimmung in einem männlich geprägten System miteinander verband.

Die Ausstellung wurde kuratiert von Clara Marz und war ein Beitrag der Bundesstiftung zur Aufarbeitung der SED-Diktatur zum 35. Jahrestag der deutschen Einheit.

Unser Angebot: Kurs Nr. 262V1530

Ausstellung:
„Frauen im geteilten Deutschland"
Eröffnung: Mo., 28.09.2026, 19:00 Uhr
Ausstellungszeitraum: 28.09. – 16.10.2026
Di., Mi. und Fr.: 10:00 – 18:00 Uhr
Do.: 12:00 – 18:00 Uhr, Sa.: 10:00 – 13:00 Uhr
Glashaus Herten / entgeltfrei

Hertener Stadtwerke

Energie, die Heimat schafft

SATTE RABATTE FÜR STADTWERKE-KUNDEN

10%* copa ca backum

Mit der HSW-Card sparen Sie bares Geld – lokal, regional und sogar bundesweit. Ob Copa Ca Backum, Musical oder Freizeitpark: Freuen Sie sich auf attraktive Rabatte und Vorteile, die sich im Alltag wirklich lohnen.

Infos unter:
www.hertener-stadtwerke.de/hsw-card

*Mit der Hertener Stadtwerke-Card gibt es 10 % Rabatt auf den Eintritt in Wasser- und Saunawelt des Copa Ca Backum. Gültig nur an Werktagen, nicht am Wochenende oder an Feiertagen.

Vom Klassenzimmer in die Welt

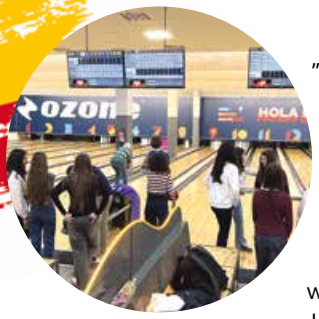
Hertener Gymnasiast*innen zu Gast in Katalonien

Ein Schüleraustausch ist eine hervorragende Gelegenheit, in den Alltag fremder Kulturen einzutauchen, Sprachkenntnisse zu vertiefen und grenzübergreifend Freundschaften zu schließen. Im März 2025 reisten 15 Schülerinnen der 9. Jahrgangsstufe des Städtischen Gymnasiums Herten für eine Woche nach Lleida. Der Gegenbesuch der katalanischen Partnerschule folgte im September. Diese vielen interkulturellen Erfahrungen haben bei den Hertener Schüler*innen einen bleibenden Eindruck hinterlassen.

„Ich habe durch den Spanienaustausch viele tolle und gleichzeitig aufregende Erfahrungen gesammelt. Ich kann jeder Person so eine Erfahrung nur ans Herz legen, denn ich habe sehr liebe und herzliche Menschen kennengelernt, die mich für eine Woche in ihre Familie aufgenommen haben. Auch die Zeit außerhalb des Programms mit der Schule war unvergesslich mit lustigen und schönen Momenten." – *Sophie*

„Wir waren von vielem positiv überrascht. So gefiel uns die Infrastruktur des Landes außerordentlich gut. Uns fielen beispielsweise einige finstere Ecken ins Auge, die zwar erst ein mulmiges Gefühl hinterließen, beim näheren Hinschauen jedoch sehr verwunschen und fast schon magisch wirkten. Die Spanier unterschieden sich kaum von den Deutschen, aber einige Gewohnheiten waren fremd, wie beispielsweise ihr Essverhalten. Es wurde nicht nur deutlich später – morgens gegen zehn und abends gegen 22:00 Uhr – gegessen, sondern auch vielfältiger und fleischlastiger. Beneidenswert war vor allem die Mensa der spanischen Schule, die über eine Mikrowelle verfügte. So konnten die Schüler*innen aus Lleida jeden Mittag dort ihr Essen aufwärmen. Insgesamt war die Erfahrung zwar zunächst ein wenig befremdlich, wurde aber sehr schnell, herzlich, spaßig und interessant." – *Hannah, Maja, Johanna*

„Der Spanienaustausch war eine großartige Gelegenheit, eine neue Kultur kennenzulernen und Englisch im Alltag zu üben. Ich persönlich habe unvergessliche Erfahrungen gemacht und internationale Freundschaften geknüpft." – *Laura*



„Der Altersunterschied war am Anfang ein wenig schwierig, dennoch konnten wir Spaß haben und die katalanische Kultur kennenlernen. Wir hatten eine tolle Truppe, mit der man auch außerhalb der Schule etwas zusammen machen konnte, sodass einem nie langweilig wurde." – *Julius*

„Mir ist besonders aufgefallen, dass die Leute in Lleida relativ viel essen und Mahlzeiten einen großen Teil des Tages einnehmen. Das gesprochene Englisch war nicht so gut wie gedacht, weshalb die Kommunikation teilweise etwas schwierig war. Trotzdem war es eine spannende Erfahrung und eine gute Möglichkeit, eine andere Kultur kennenzulernen." – *Lukas*

„Trotz des Altersunterschieds haben wir uns aufgrund gemeinsamer Interessen gut verstanden. Der Unterricht war interessant und wir haben katalanische Städte wie Barcelona und Tarragona besucht, was sehr aufregend war. Es war überraschend, die katalanische Kultur hautnah zu erleben. Ein Kulturschock waren jedoch die hohen Kosten für Öl." – *Ismail*

„Der Austausch war für mich eine sehr schöne und unvergessliche Erfahrung, die sehr viel Spaß gemacht hat. Ich konnte sehr viel Neues lernen und viele schöne Momente erleben. Besonders schön war, dass wir uns alle untereinander sehr gut verstanden haben und so viele nette Leute kennengelernt haben." – *Mira*

„Ich persönlich fand, dass der Austausch eine sehr gute Möglichkeit war, eine andere Kultur kennenzulernen. Der Austausch hat mir auf jeden Fall mehr Sicherheit gegeben, mit fremden Menschen zu sprechen." – *Anna*

„Während des Austauschs habe ich viele neue Erfahrungen gesammelt. Besonders mein Englisch hat sich verbessert, da wir es mit den spanischen Schüler*innen gesprochen haben. Die Menschen dort sind sehr freundlich. Im Alltag spielte das Essen eine große Rolle. Es gab gefühlt ständig etwas zu essen. Insgesamt war der Austausch eine tolle Erfahrung, an die ich mich noch lange erinnern werde." – *Noah*

Weitere Sprachkurse für Anfänger*innen und Fortgeschrittene ab Seite 51.

Unser Angebot: Kurs Nr. 262V4102

Englisch von Anfang an – A1.1
Bernhard Veen
12 x mi., 16.09. – 16.12.2026, 17:00 – 18:30 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 12
84 €

Unser Angebot: Kurs Nr. 262V4600

Griechisch von Anfang an – A1.1
Anneta Tarpinidou
14 x mo., 21.09.2026 – 18.01.2027
18:00 – 19:30 Uhr / 98 €
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 14

Unser Angebot: Kurs Nr. 262V4700

Spanisch von Anfang an – A1.1
Liz Gburek
12 x mi., 16.09. – 16.12.2026, 17:00 – 18:30 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 6
89 €

Unser Angebot: Kurs Nr. 262V4716

Türkisch von Anfang an – A1.1
Gülfidan Kayhan
14 x di., 22.09.2026 – 19.01.2027
18:30 – 20:00 Uhr / 103 €
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 3

Reisen bildet

Zehn Funfacts, die uns rund um die Welt führen

„Die Welt ist ein Buch, und diejenigen, die nicht reisen, lesen nur eine Seite." Bereits Kirchenvater Augustinus kannte den intellektuellen Nährwert des Reisens. Neue Orte und Begegnungen erweitern den Horizont, lassen vertraute Dinge aus einem anderen Blickwinkel sehen und machen vielleicht ein bisschen toleranter. Doch egal, ob viel gereist oder nicht – wussten Sie das schon?

10 Funfacts

Der kürzeste Linienflug der Welt dauert nur etwa 1,5 Minuten. Er verbindet zwei Inseln in Schottland (Westray und Papa Westray).

In Saudi Arabien gibt es keine Flüsse. Trotz seiner Größe ist das Land auf unterirdische Grundwasserleiter und Entsalzungsanlagen zur Wasserversorgung angewiesen.

In Island gibt es keine Mücken. Seine kalte und einzigartige Umwelt macht es zu einem der wenigen Orte ohne Mücken.

Der Eiffelturm kann im Sommer bis zu 15 cm wachsen. Das Metall dehnt sich bei Wärme aus.

Die längste Ortsbezeichnung der Welt ist 85 Buchstaben lang. Es ist ein Berg in Neuseeland: Taumatawhakatangihangakoauauotamateaturipukakapikimaungahoronukupokaiwhenuakitanatahu.

In Russland gibt es eine Stadt, in der es bis zu -50 °C kalt wird. Oimjakon ist einer der kältesten dauerhaft bewohnten Orte der Welt.

In Japan wird an einigen Bahnstationen Vogelgezwitscher gespielt. Das Gezwitscher soll Stress reduzieren und die Stimmung der Reisenden heben.

Afrika ist der einzige Kontinent, der in allen vier Hemisphären (Erdhalbkugeln) liegt. Er erstreckt sich über den Äquator und den Nullmeridian – Norden, Süden, Osten und Westen.

In Deutschland gibt es mehr als 20.000 Burgen. Einige sind Ruinen, andere Hotels – und viele können besichtigt werden.

Reisepässe gibt es nur in vier Farben. Rot, blau, grün oder schwarz – gewählt wird die Farben meist aus politischen oder religiösen Gründen.

Quelle: https://www.throughstrangelenses.com/travel-trivia/ (21.04.2026)

Unser Angebot: Kurs Nr. 271V5318
Reisen online selber buchen – individuell und sicher
Kai Kaufmann
Do., 14.01.2027, 17:00 – 20:15 Uhr
online / 18 €

Afrika entdecken

Natur, Kultur und Abenteuer

Afrika ist ein Kontinent voller Vielfalt und beeindruckender Schönheit. Weite Savannen, dichte Regenwälder, endlose Wüsten und mächtige Berge prägen die Landschaft. Afrika ist die Heimat beeindruckender Wildtiere und bietet eine einzigartige Verbindung zwischen Mensch und Natur. Die VHS Herten sprach mit Afrikaliebhaberin Anke Grau, die der Kontinent seit ihrer ersten Reise nicht mehr loslässt.

VHS Herten: Was hat Sie zu Ihren Afrikareisen inspiriert?

Anke Grau: Jahrelang lag mir mein Mann in den Ohren, einmal nach Afrika zu reisen. Erst war ich sehr skeptisch und zugegebenermaßen auch ängstlich wegen der vermeintlichen Gefahren und Unwägbarkeiten. Aber dann hat er mich mit einer Fotodokumentation überzeugt, nach Namibia zu fliegen. Ich war so begeistert, dass wir seitdem jeden Sommer ein afrikanisches Land bereist haben.

VHS Herten: Wie hat sich Ihr Blick auf die Welt durch Ihre Reisen verändert?

Anke Grau: Wir sind vorher schon viel in Europa herumgekommen, aber Afrika war ein sogenannter „Game Changer". Wie Brian Jackman so treffend formulierte: „Afrika verändert dich für immer – wie kein anderer Ort auf der Erde. Wenn du einmal dort gewesen bist, wirst du nie wieder derselbe sein." Das trifft auf mich hundertprozentig zu. Der Kontinent hat mich vom ersten Augenblick in seinen Bann gezogen. Die wilde Tierwelt ist für mich als Fotografin ein absoluter Traum: Die Eleganz der gemächlich stolzierenden Giraffen, die unbändige Kraft der Elefanten, die heimliche Schönheit der Wüstengeckos und natürlich auch die augenscheinliche Brutalität der Natur, wenn sich ein Schreiseeadler einen Jungvogel schnappt oder eine Hyänenherde an dem Kadaver eines Zebras ihren Hunger stillt.

VHS Herten: Welche kulturellen Unterschiede – oder auch Gemeinsamkeiten – haben Sie am meisten überrascht?

Anke Grau: Hätten Sie gedacht, dass man mitten im Herzen Afrikas feinste deutsche Torten essen kann und dass viele Menschen in Namibia sehr gut Deutsch sprechen? Wer bitte hat schon einmal mit einem Afrikaner mitten im Nirgendwo auf Deutsch über die Funktionsweise des Sperrdifferenzials im Landcruiser geplaudert? Außerdem liebe ich die Seele, die in der afrikanischen Musik mitklingt, der Gesang und die traditionellen Tänze verzaubern mich immer wieder.

VHS Herten: Welche Begegnung auf Ihren Reisen hat Ihren Blick auf die Welt nachhaltig verändert – und warum?

Anke Grau: Buddhas weiser Ausspruch, „Du lächelst und die Welt verändert sich", ist keineswegs nur ein nettes Wandtattoo, sondern eine kluge Lebensphilosophie. Ich habe es selbst erlebt: Wenn man Freude im Herzen trägt, anderen Menschen offen und lächelnd entgegentritt, erntet man oft mehr als erwartet. Das haben mich die ganz einfachen Menschen im letzten Winkel von Namibia ohne Worte gelehrt.

VHS Herten: Können Sie uns ein Beispiel nennen, was wir von den Lebensweisen in anderen Ländern lernen können?

Anke Grau: Mehr Gelassenheit und eine deutlich positivere Grundeinstellung gegenüber den Dingen. Auch negative Ereignisse tragen oft ein positives Potenzial in sich, wenn man nur genau hinschaut. Und genügsamer sein. Man kann mit ganz wenig leben und glücklich sein.

VHS Herten: Gibt es einen Ort, der Sie besonders geprägt hat und zu dem Sie immer wieder zurückkehren möchten?

Anke Grau: Die Namibwüste, die älteste und in meine Augen schönste Wüste der Welt, mit ihren satt orangefarbenen Dünen, welche die höchsten und bekanntesten Wanderdünen der Welt sind. Der Sonnenaufgang taucht den Sand jeden Morgen in ein loderndes Feuerbad. Und es ist die schier unendliche Weite der Landschaften, die mir auf eine ganz neue Weise den Freiheitsgedanken vermittelt hat. Tagelang im Geländewagen offroad unterwegs zu sein und keiner Menschenseele zu begegnen, kein Handyempfang, nichts. Diese Ruhe und Abgeschiedenheit, das Entkommen vom Alltagsstress – digital detox in seiner reinsten Form. Seelenmassage pur. Rückkehr in Bälde garantiert.

VHS Herten: Herzlichen Dank!

Unser Angebot: Kurs Nr. 271V1906

Südafrika: Die Welt in einem Land –
Eine Reisereportage mit kleiner Weinprobe
Anke Grau
Do., 28.01.2027, 19:00 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 7 €

Mesopotamien – Südirak

Reisereportage

Der Vortrag nimmt das Publikum mit auf eine faszinierende Reise in das antike Zweistromland und in den Südirak. Ausgangspunkt ist das ultramoderne Kuwait, eines der kleinsten und reichsten Länder der Erde. Vom Persisch-Arabischen Golf geht es weiter in die südirakische Metropole Basra, die Heimat Sindbads des Seefahrers, und in das nördlich gelegene Gebiet der Marsch-Araber.

Nicht weit von Basra entfernt, liegt die antike Stadt Ur mit ihrer berühmten Stufenpyramide. Ur gilt als Geburtsort Abrahams. Weiter nördlich am Euphrat liegt Uruk, die womöglich älteste Stadt der Erde und zugleich Wiege der menschlichen Zivilisation im Herzen Mesopotamiens. Ein Besuch sollte auf keiner Reise fehlen.

Mit Nadschaf und Kerbela stehen die wichtigsten irakischen Wallfahrtsorte auf dem Programm – ein Muss für alle Schiiten im Iran und im Südirak, wo diese zugleich die Bevölkerungsmehrheit bilden. Ein weiterer Höhepunkt der Reise ist Babylon. Sehenswert ist nicht nur das UNESCO-Weltkulturerbe, sondern auch der protzige und später geplünderte Palast, den Ex-Diktator Saddam Hussein oberhalb der antiken Stätte errichten ließ.

Den Abschluss des Vortrags bildet die legendäre Hauptstadt Bagdad, unter den Abbasiden die bedeutendste Metropole der islamischen Welt. Trotz vieler Zerstörungen erinnert manches schon wieder an den Zauber des Orients, den Agatha Christie an dieser Stadt schätzte.

Darüber hinaus gewährt der Vortrag Einblicke in das Leben der Menschen im heutigen Irak – zwischen zarter Demokratisierung, Korruption und wirtschaftlichen Nöten.

***Clemens Schmale**, Mitglied des Zenith Clubs und VHS-Leiter a. D., bereiste alle Länder des Nahen und Mittleren Ostens und der Arabischen Halbinsel und leitete zahlreiche Studienreisen nach Oman, Iran, Ägypten und zur Seidenstraße. Lange Jahrzehnte als No-Go-Area betrachtet, hatte er die Gelegenheit, den noch touristenfreien Irak zu erkunden.*

Unser Angebot: Kurs Nr. 262V1600
Reisereportage: Mesopotamien – Südirak
Clemens Schmale
Do., 08.10.2026, 19:00 Uhr
Glashaus Herten, RaumZeit (ehem. Bistro) / 5 €

El Día de los Muertos – Der Tag der Toten in Mexiko

Bildvortrag in leicht verständlichem Spanisch

Pocas tradiciones nos parecen tan extrañas como la celebración del día de los muertos en México. Esta celebración, declarada por la UNESCO como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad, intenta traernos a la memoria un tema que nos afecta a todos, la muerte.

Con esta presentación intentaremos aclarar el significado de esta celebración y así poder entender un poco más cuál es su sentido. Los esperemos a esta interesante presentación en español.

Nur wenige Traditionen muten so seltsam an wie die Feier zum Tag der Toten in Mexiko. Dieses Fest, das von der UNESCO zum immateriellen Kulturerbe der Menschheit erklärt wurde, soll uns an ein Thema erinnern, das uns alle betrifft: den Tod.

Der reich bebilderte Vortrag erläutert die Bedeutung des Festes und gibt weitere interessante Einblicke in den Tag. Hierzu sind alle Interessierten herzlich eingeladen.

Der einstündige Vortrag wird in leicht verständlichem Spanisch gehalten und richtet sich vorrangig an Spanisch-Sprecher*innen ab dem Niveau A2. Im Anschluss gibt es Gelegenheit, Fragen zu stellen.

Unser Angebot: Kurs Nr. 262V4713
Bildvortrag: El Día de los Muertos
Franco Tous
Di., 13.10.2026, 19:00 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 5 €

Normandie et Bretagne

Bildvortrag in leicht verständlichem Französisch

Lors de notre conférence nous allons découvrir les deux régions les plus connues du Nord de la France, la Normandie et la Bretagne avec leur histoire, leurs richesses et secrets. Notre voyage nous mène en outre à Rouen, Etretat, à la Côte de Calvados, au Cap de la Hague, à St. Malo, au Mont St. Michel, à la Côte de Granit rose ainsi qu'à Quiberon et dans le sud de la Bretagne.

On trouvera les traces de Guillaume le conquérant, Richard Coeur-de-Lion mais également de Charles de Gaulle et du 6. juin 1944. Puis on va découvrir des paysages magnifiques, un patrimoine extraordinaire et bien sûr les spécialités culinaires: le fromage et le calvados en Normandie et les crêpes et les fruits de mer en Bretagne. Les deux régions ont beaucoup à offrir aux visiteurs avisés.

Die Bilderreise führt in die beiden bekanntesten nordfranzösischen Regionen. Die grüne Normandie mit ihren unzähligen Wiesen, Weiden und Apfelbäumen bietet einen interessanten Kontrast zur rauen Bretagne mit ihrer zerklüfteten Küste. Die Reiseroute führt u. a. nach Rouen, Etretat, an die Calvados-Küste (wo die Landung im Juni 1944 Thema sein wird), zum Mont St. Michel, an die Rosa Granit-Küste und nach Quiberon. Die Teilnehmenden lernen die landschaftlichen und touristischen Höhepunkte beider Regionen ebenso kennen wie deren Geschichte und Geheimnisse. Außerdem stehen einige kunsthistorische Highlights und natürlich die kulinarischen Spezialitäten auf dem Programm: Käse und Calvados in der Normandie sowie Crêpes und Meeresfrüchte in der Bretagne.

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

Unser Angebot: Kurs Nr. 262V4530

Bildvortrag: Normandie et Bretagne
Ralf Petersen
Di., 24.11.2026, 19:30 Uhr
Glashaus Herten, RaumZeit (ehem. Bistro) / 5 €

Tower of London

Bildvortrag auf Englisch

In more than 900 years since its first construction by the Norman conquerors the Tower of London has often been a central stage of English history. As a residence of kings, as a refuge fort, as a prison and place of execution for prominent prisoners, as a treasury and mint ... to name just some of the Tower's functions it has been involved with the current events of the time throughout the centuries.

In modern day Great Britain it may not be the stage of grand politics anymore but it remains one of the most popular tourist attractions in the United Kingdom, demonstrating its continuing symbolic meaning.

Seit seiner Errichtung durch die normannischen Eroberer vor über 900 Jahren war der Tower of London ein zentraler Schauplatz der englischen Geschichte: Ob als Residenz der Könige, als Fluchtburg, als Gefängnis und Hinrichtungsstätte prominenter Gefangener oder als Schatzkammer und Münzprägestätte – immer wieder war der Tower in das aktuelle Geschehen im Königreich eingebunden. Im modernen Großbritannien mag er zwar nicht mehr die Bühne der großen Politik sein, doch er ist die meistbesuchte kostenpflichtige Touristenattraktion im Vereinigten Königreich – ein Zeichen dafür, dass seine symbolische Bedeutung anhält.

***Malte Pattberg** ist regelmäßig an Volkshochschulen zu Gast und hält den Vortrag auf Englisch. Das Angebot richtet sich vorrangig an Englisch-Sprecher*innen ab dem Niveau B1/B2 und alle Interessierten, die einen englischsprachigen Abend in anregender Runde verbringen möchten. Im Anschluss an den Vortrag können die Teilnehmenden Fragen stellen.*

Unser Angebot: Kurs Nr. 262V4352
Bildvortrag: Tower of London
Malte Pattberg
Fr., 11.12.2026, 19:00 Uhr
Glashaus Herten, RaumZeit (ehem. Bistro) / 5 €

PROSPER HOSPITAL RECKLINGHAUSEN
175 JAHRE
St. Elisabeth HOSPITAL HERTEN
130 JAHRE

Da sein.

Werde Teil von uns!
Infos und Bewerbungen per WhatsApp

Seit Generationen stehen das Prosper-Hospital Recklinghausen und das St. Elisabeth-Hospital Herten für eines: Für die Kultur des Helfens und der Begleitung von Menschen, die Unterstützung in gesundheitlicher Hinsicht benötigen. Seit Generationen leben wir ein Versprechen: Wir sind da, wenn es darauf ankommt. Danke für Ihr Vertrauen.

STIFTUNGS KLINIKUM PROSELIS
PROSPER HOSPITAL RECKLINGHAUSEN
St. Elisabeth HOSPITAL HERTEN

www.proselis.de

Herz aus dem Takt: Vorhofflimmern erkennen und handeln

Bundesweite Herzwochen – 1. bis 30. November 2026

Im Mittelpunkt der diesjährigen Herzwochen steht das Vorhofflimmern – wie man es erkennt und richtig handelt. Herzrhythmusstörungen sind weit verbreitet, besonders oft das Vorhofflimmern.

Jeder Mensch kennt gelegentliche Extraschläge des Herzens. Gerät das Herz jedoch dauerhaft aus dem Rhythmus, können die Folgen sehr unterschiedlich sein. Sie reichen von harmlosen Unregelmäßigkeiten bis hin zu ernsthaften gesundheitlichen Problemen. Besonders häufig ist das sogenannte Vorhofflimmern. In Deutschland sind rund eine Million Menschen davon betroffen – Tendenz steigend. Ein typisches Anzeichen von Vorhofflimmern ist ein völlig unregelmäßiger Puls. Betroffene können außerdem unter Herzstolpern, Atemnot oder Angstgefühlen leiden. Häufig bleibt das Vorhofflimmern allerdings auch unbemerkt. Obwohl es nicht unmittelbar lebensbedrohlich ist, kann es gefährliche Folgen haben: Durch die unregelmäßige Herzaktivität steigt unter anderem das Risiko für Blutgerinnsel und einen dadurch verursachten Schlaganfall. Deshalb benötigen Menschen mit Vorhofflimmern in vielen Fällen eine dauerhafte Blutverdünnung oder eine Verödungstherapie als weitere Behandlungsmöglichkeit.

Hertener Herztag

Im Herzpatient*innen-Seminar, das vom Elisabeth-Hospital Herten, dem Hertener Praxisnetz (HEP) und der VHS Herten organisiert wird, informieren vier Vorträge über den aktuellen medizinischen Stand zum Thema Vorhofflimmern und geben wichtige Informationen zur Diagnosestellung und über zur Verfügung stehende Behandlungsmöglichkeiten.
Ergänzt wird das Seminar bereits vorab durch ein attraktives Rahmenprogramm im Foyer des Glashauses Herten mit Gesundheitschecks und weiteren Gesundheitsthemen rund um das Herz. Es stehen Ärzt*innen vom Hertener Praxisnetz und aus dem St. Elisabeth-Hospital zu Gesprächen bereit, und Mitarbeitende aus den Apotheken bieten kostenlos Messungen des Blutdrucks und eine Bestimmung des Cholesterins und Blutzuckers an. Zudem werden vom Deutschen Roten Kreuz Wiederbelebungsmaßnahmen präsentiert und es besteht die Möglichkeit, sich über weitere Angebote wie die des Koronarsportvereines zu informieren. Eine Anmeldung ist erwünscht.

Unser Angebot: Kurs Nr. 262V3000

Hertener Herztag:
Herzpatient*innen-Seminar
Mi., 04.11.2026, 14:30 Uhr
(ab 15:00 Uhr Rahmenprogramm)
Glashaus Herten / entgeltfrei

Im Rahmen der Herzwochen der Deutschen Herzstiftung:

HERZ AUS DEM TAKT VORHOFFLIMMERN erkennen und handeln
Die Herzwochen der Deutschen Herzstiftung e.V.

Deutsche Herzstiftung

HEP Hertener Praxisnetz

STIFTUNGS KLINIKUM PROSELIS
PROSPER HOSPITAL
St. Elisabeth HOSPITAL HERTEN

Im Rhythmus der Erde

Fernöstliche Wege zu mehr Gelassenheit

Traditionelle Chinesische Medizin – kurz TCM – bildet die philosophische und medizinische Grundlage vieler fernöstlicher Heilmethoden, darunter auch Qigong und Tai Chi. Die TCM betrachtet den Menschen nicht isoliert, sondern als Einheit aus Körper, Geist und Umwelt. Gesundheit entsteht nach diesem Verständnis dann, wenn die Lebensenergie – das sogenannte „Qi" – frei und harmonisch durch den Körper fließen kann.

Nach der chinesischen Lehre bewegt sich diese Energie entlang bestimmter Leitbahnen, der sogenannten Meridiane. Gerät dieser Energiefluss aus dem Gleichgewicht, können Beschwerden oder Krankheiten entstehen. Ziel der TCM ist es daher, Blockaden zu lösen und die natürliche Balance des Körpers wiederherzustellen.

Hier setzen Qigong und Tai Chi an: Durch bewusste Bewegungen, kontrollierte Atmung und innere Konzentration sollen Energiefluss und Körperwahrnehmung verbessert werden. Die Übungen dienen nicht nur der Entspannung, sondern gelten innerhalb der TCM auch als vorbeugende Gesundheitspraktik. Sie sollen helfen, Stress abzubauen, die Selbstheilungskräfte zu stärken und Körper sowie Geist langfristig in Einklang zu bringen.

Beide Methoden stammen aus der jahrtausendealten chinesischen Gesundheitslehre und verbinden langsame Bewegungen, bewusste Atmung und meditative Konzentration. Ziel ist es, die Lebensenergie – im Chinesischen „Qi" genannt – harmonisch fließen zu lassen. Was früher vor allem in Klöstern oder traditionellen Heilzentren praktiziert wurde, findet heute seinen Platz in Kursräumen, Parks und Gesundheitsprogrammen weltweit.

Die Verbindung zur Natur

Im Mittelpunkt vieler fernöstlicher Heilmethoden steht die Idee, dass der Mensch Teil eines größeren natürlichen Gleichgewichts ist. Erde, Wasser, Feuer, Holz und Metall – die klassischen Elemente der chinesischen Philosophie – spiegeln sich auch im menschlichen Körper wider. Gesundheit bedeutet demnach Harmonie zwischen innerer und äußerer Welt.

Gerade im Themenschwerpunkt „Terra" wird diese Verbindung zur Erde und zur Natur besonders deutlich. Qigong und Tai Chi laden dazu ein, bewusster mit sich selbst und der eigenen Umgebung umzugehen. Die Übungen fördern Achtsamkeit und stärken das Gefühl, wieder „geerdet" zu sein – ein Zustand, den viele Menschen im hektischen Alltag vermissen.

Unser Angebot: Kurs Nr. 262V3220

Qigong
Gabriele Rohrmann
12 x do., 10.09. – 10.12.2026
10:00 – 11:15 Uhr
Bürgerhaus Herten / 66 €

Unser Angebot: Kurs Nr. 262V3221

Qigong
Kira Fuhr
12 x mi., 16.09. – 16.12.2026
18:00 – 19:00 Uhr
Siebenbürger Haus der Jugend e. V. / 44 €

Unser Angebot: Kurs Nr. 262V3231

Tai Chi Chuan – Yang Stil
Kira Fuhr
12 x mi., 16.09. – 16.12.2026
19:00 – 20:00 Uhr
Siebenbürger Haus der Jugend e. V. / 52,80 €

Wenn aus Erde Kunst wird ...

Seit fast zehn Jahren arbeitet Linn Thiele als Ergotherapeutin in einer Kinder- und Jugendpsychiatrie. Ziele sind unter anderem die Stärkung des Selbstbewusstseins und die Förderung des eigenen Antriebs. In der CreativWerkstatt Herten gibt Linn Thiele Töpferkurse. Ton ist Erde in ihrer kreativsten Form, sagt sie. Beim Töpfern entsteht aus einem natürlichen Rohstoff etwas Neues.

VHS Herten: Was macht das Arbeiten mit Ton für Kinder so besonders?

Linn Thiele: Kinder können sofort loslegen und ihre Ideen direkt mit den Händen umsetzen. Das Material reagiert auf jede Bewegung und macht kreatives Gestalten unmittelbar erlebbar. Dabei entstehen oft überraschende und sehr persönliche Werke. Töpfern erfordert Geduld, Konzentration und Ausdauer – dadurch werden die Ergebnisse umso wertvoller.

VHS Herten: Welche Erfahrungen sammeln Kinder, wenn sie ein Stück Erde mit den eigenen Händen formen?

Linn Thiele: Sie erleben, dass sie etwas erschaffen und mit jedem Fingerdruck etwas bewirken können. Dabei entwickeln sie ein Gefühl für Material, Form und Wirkung. Das stärkt ihre Kreativität, ihr Selbstvertrauen und ihre Selbstwirksamkeit.

VHS Herten: Warum ist das haptische Erleben von Materialien heute wichtiger denn je?

Linn Thiele: In einer zunehmend digitalen Welt sind echte Sinneserfahrungen besonders wertvoll. Ton fördert das bewusste Wahrnehmen, Entdecken und Begreifen mit den Händen.

VHS Herten: Was lernen Kinder beim Töpfern neben den handwerklichen Techniken?

Linn Thiele: Sie lernen, Ideen zu entwickeln, Probleme kreativ zu lösen, Arbeitsschritte zu planen und Dinge auch mal „gut" sein zu lassen. Gleichzeitig stärken sie ihre Feinmotorik, ihre Ausdauer und das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten.

VHS Herten: Wie fördert das Arbeiten mit Ton Kreativität, Geduld und Konzentration?

Linn Thiele: Ton verlangt Aufmerksamkeit und Zeit. Kinder erleben, dass gute Ergebnisse oft durch Ausprobieren, Durchhalten und sorgfältiges Arbeiten entstehen. So lernen sie, sich auf einen Prozess einzulassen und ihre Ideen Schritt für Schritt umzusetzen und nicht aufzugeben, wenn es mal nicht sofort klappen sollte.

VHS Herten: Gibt es beim Töpfern überhaupt Fehler?

Linn Thiele: Oft entstehen die interessantesten Werke durch unerwartete Entwicklungen. Ein vermeintlicher Fehler kann eine neue Idee hervorbringen und zu einer besonders kreativen Lösung führen. Deshalb gehört Experimentieren ganz selbstverständlich zum Töpfern dazu.

VHS Herten: Spielt der bewusste Umgang mit natürlichen Materialien in Ihren Kursen eine Rolle?

Linn Thiele: Ja. Beim Töpfern erleben Kinder, wie viel Zeit, Aufmerksamkeit und Handarbeit in einem selbst gefertigten Objekt steckt. Wer eine Schale an der Drehscheibe formt, entwickelt oft mehr Wertschätzung für Materialien, Ressourcen und handwerklich hergestellte Gegenstände.

VHS Herten: Gibt es einen Moment in Ihren Kursen, der Ihnen besonders in Erinnerung geblieben ist?

Linn Thiele: Besonders berühren mich die Momente, in denen aus anfänglicher Skepsis oder Frust Begeisterung wird. Gerade an der Drehscheibe erleben viele Kinder zunächst, dass nicht alles sofort gelingt. Umso schöner ist es, wenn sie am Ende stolz ihr Werkstück betrachten und merken: Ich habe das geschafft. Wichtig ist dabei häufig gar nicht das fertige Ergebnis, sondern die Freude am kreativen Prozess.

VHS Herten: Welches Werkstück stellen Kinder besonders gerne her?

Linn Thiele: Sehr beliebt sind Vasen für Mamas Blumen, Schalen für Papas Snacks und Teller für das Nutellabrot oder den eigenen Schmuck.

VHS Herten: Was wünschen Sie sich, dass die Kinder nach einem Töpferkurs mit nach Hause nehmen – außer ihrem Kunstwerk?

Linn Thiele: Ich wünsche mir, dass sie die Erfahrung mitnehmen, etwas Eigenes geschaffen zu haben. Kreativität, Mut zum Ausprobieren und Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten sind oft die wertvollsten Ergebnisse.

VHS Herten: Wenn Sie das aktuelle Magazinthema „Terra“ in einem Satz beschreiben müssten: Was bedeutet es für Sie?

Linn Thiele: „Terra“ bedeutet für mich die Verbindung zwischen Natur, Kreativität und dem Menschen, der aus Erde etwas Bleibendes erschafft.

VHS Herten: Vielen Dank!

nacht
frequenz
Nacht der
Jugendkultur
26./27.9.2026
in 106 Städten und
Gemeinden in NRW
LKJ
Landesvereinigung
Kulturelle Jugendarbeit
NRW e.V.
Ministerium für Kinder, Jugend, Familie,
Gleichstellung, Flucht und Integration
des Landes Nordrhein-Westfalen

CreativWerkstatt Herten

www.creativwerkstatt-herten.de

Unser Angebote:

Völlig durchgedreht –
Töpfern mit der Drehscheibe
Linn Thiele
CreativWerkstatt Herten / 61,10 €

Kurs Nr. 262C3500
Sa. und So., 17.10. und 18.10.2026
10:00 – 15:00 Uhr

Kurs Nr. 262C3501
Sa. und So., 07.11. und 08.11.2026
10:00 – 15:00 Uhr

Kurs Nr. 262C3503
Sa. und So., 05.12. und 06.12.2026
10:00 – 15:00 Uhr

Mit freundlicher Unterstützung:

Eine Bildungsinitiative der Volksbank Ruhr Mitte

lkd.nrw

Hertener Stadtwerke

Unser Angebot: Kurs Nr. 262C1520

Bühnen bauen wie im Märchen
Martina Kneip
6 x do., 03.09., 10.09., 08.10., 15.10., 05.11. und 12.11.2026, 16:30 – 19:00 Uhr
CreativWerkstatt Herten / 75 €

Unser Angebot: Kurs Nr. 262C1009

Acryl Malerei
Dilek Salduz
Sa. und So., 05. und 06.09.2026
10:00 – 14:00 Uhr
CreativWerkstatt Herten / 40,10 €

Unser Angebot: Kurs Nr. 262C4056

Kinderyoga
Michelle Georg
4 x di., 08.09., 15.09., 22.09. und 29.09.2026
18:00 – 19:30 Uhr
CreativWerkstatt Herten / 15,30 €

Unser Angebot: Kurs Nr. 262C1019

Unsere bunte Welt –
ein gemeinsames Kunstwerk
Michelle Georg
Sa., 24.10.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
CreativWerkstatt Herten / 10,20 €

Unser Angebot: Kurs Nr. 262C2702

Tanz und Firlefanz – Dein Musical Erlebnis
Nadine Legge, Darius Heinrich
Mo. – Fr., 19.10. – 23.10.2026 (5 Termine)
09:00 – 16:00 Uhr
CreativWerkstatt Herten
168 € inkl. Verpflegung

Musikschule Herten

Musik erleben, Talent entfalten

Die Musikschule Herten bietet Instrumental- und Vokalunterricht sowie Ensemblearbeit für Kinder, Jugendliche und Erwachsene an. Die Unterstützung eines inklusiven Schulsystems schafft die Arbeitsgrundlage der Musikschule für die Vermittlung grundlegender musikalischer Fähigkeiten.

Kooperationen mit allgemeinbildenden Schulen, Förderschulen, Kindertagesstätten sowie interkulturelle Angebote sind Eckpfeiler des Musikschulkonzeptes. Die Instrumentenkirmes, Kinderkonzerte und die WDR-Schlosskonzertreihe sind Teil eines bunten Programms und bereichern das musikalische Leben in Herten hörbar.

Informationen, Beratung und Anmeldung:
E-Mail: musikschule@herten.de
Tel.: 02366 303-517

Kaisersaal Herten

Ein musikalischer Rückblick auf ein Stück Stadtgeschichte

Der Kaisersaal in Herten war für lange Zeit ein zentraler Veranstaltungsort unter anderem für Kultur und Sport sowie bei politischen und gesellschaftlichen Anlässen. Gemeinsam mit Zeitzeug*innen und Überraschungsgästen blickt die Veranstaltung auf bewegte Jahre zurück, musikalisch untermalt durch Beiträge von Schüler*innen und Ensembles der Musikschule Herten.

Die Veranstaltung ist eine Kooperation der Musikschule mit dem Kulturbüro und der CreativWerkstatt der Stadt Herten.

Konzert: Kaisersaal Herten
Sa., 05.12.2026, 17:00 Uhr
Glashaus Herten, Rotunde
entgeltfrei

Minguet Quartett. Musik in allen Farben: Hans Werner Henze zum 100.

WDR 3 Kammerkonzert NRW im Schloss Herten

Das Minguet Quartett ehrt den großen Komponisten Hans Werner Henze, mit dem die Musiker*innen schon anlässlich seines 70. Geburtstages zusammengearbeitet haben, mit dem Programm „Meister der Oper“.

Das Programm vereint Streichquartette von Mozart, Henze und Beethoven. Alle drei Komponisten haben Bahnbrechendes sowohl im Genre Oper als auch im Bereich der Gattung Streichquartett vollbracht. Die bewusst gewählte Nähe zu den beiden berühmten Klassikern zeigt Henzes ebenbürtigen und bedeutenden Stellenwert in der Musik der Moderne.

Das Minguet Quartett hat sich durch die kluge Kombination von klassischer und zeitgenössischer Musik einen Namen gemacht und begeistert mit seinen gleichermaßen populären wie anspruchsvollen Programmen ein breites Publikum.

Programm: Meister der Oper
W. A. Mozart: Streichquartett KV 421
Hans Werner Henze: 3. Streichquartett (1975 – 1976)
L. v. Beethoven: Streichquartett op. 131

© Irene Zandel

WDR 3 Kammerkonzert NRW
So., 15.11.2026, 15:00 Uhr
Festsaal Schloss Herten
Karten an der Tageskasse.

Vorverkauf / Reservierung
Geschäftsstelle Musikschule Herten
Tel.: 02366 303-517
E-Mail: musikschule@herten.de

Ein Projekt vom: Kultursekretariat NRW Gütersloh
Gefördert durch: Ministerium für Kultur und Wissenschaft des Landes Nordrhein-Westfalen

Kulturbüro Herten

Kultur in Bewegung

Bewährte Reihen treffen auf neue Formate: Das Kulturbüro Herten erweitert sein Angebot und setzt gezielt neue Akzente. Frühere Anfangszeiten im Kabarett, ein neues Filmformat und eine stärkere Öffnung für regionale Musik prägen die kommende Saison. Eine kleine Vorschau:

7nach8 trifft 8nach7:

© Nico Brons

Patrick Nederkoorn: Die orangene Gefahr

Mit kluger Satire und überraschender Perspektive widmet sich Patrick Nederkoorn zu gewohnter Uhrzeit Themen wie Migration und Klimawandel – pointiert, unterhaltsam und mit Blick für gesellschaftliche Zusammenhänge.

Patrick Nederkoorn:
Die orangene Gefahr
Do., 24.09.2026, 20:07 Uhr
Glashaus Herten
VVK 22 €, AK 24 €, erm. 12 €

ONKeL fISCH: Hoffnung – ein Serviervorschlag

Bereits um 19.08 Uhr analysiert ONKeL fISCH Weltlage und Alltagswahnsinn mit Tempo, Musik und satirischer Schärfe – kritisch, aber nie ohne Humor.

ONKeL fISCH:
Hoffnung – ein Serviervorschlag
Do., 15.10.2026, 19:08 Uhr
Glashaus Herten
VVK 23 €, AK 26 €, erm. 13 €

© Rainer Holz

Mit freundlicher Unterstützung: Volksbank Ruhr Mitte

Klangraum Glashaus:

© 2025 Marlen Szech

Claudio Calamini e Amici

Im „Klangraum local“ rücken regionale Künstler*innen in den Fokus. Den Auftakt gestalten Claudio Calamini e Amici mit italienischen Pop- und Rockklassikern, mediterranen Klängen und sommerlicher Atmosphäre.

Claudio Calamini e Amici
Fr., 04.09.2026, 20:00 Uhr
Glashaus Herten
VVK 15 €, AK 18 €, erm. 9 €

Cine Rotunde

Mit „Cine Rotunde“ startet ein neues Filmformat. Gezeigt werden ausgewählte Spiel- und Dokumentarfilme, teilweise ergänzt durch kurze Einführungen oder Gespräche.

Cine Rotunde
Termine: 28.09., 16.10., 10.12.2026
19:30 Uhr, Einlass 19:00 Uhr
Glashaus Herten / entgeltfrei

Die Glühwürmchen – Von hysterischen Ziegen und Nachtgespenstern

© Die Glühwürmchen

Im klassischen Klangraum entführen „Die Glühwürmchen“ mit Swing, Chanson und kabarettistischer Wortkunst in die Welt der 1920er-Jahre – musikalisch, unterhaltsam und mit feiner Ironie.

Die Glühwürmchen – Von hysterischen Ziegen und Nachtgespenstern
Fr., 13.11.2026, 20:00 Uhr
Glashaus Herten
VVK 20 €, AK 22 €, erm. 11 €

KULTURbüro

Noch mehr Veranstaltungen und aktuelle Termine gibt es unter:
www.herten.de/stadtleben/kultur/veranstaltungen

Wir sind auch auf Kulturbuero.Herten kulturbuero.herten

Stadtbibliothek Herten

Die Stadtbibliothek Herten bietet ein umfangreiches Angebot an Büchern, Zeitschriften und digitalen Medien für alle Altersgruppen. Regelmäßige Veranstaltungen, Lesungen und Workshops fördern das Gemeinschaftsgefühl und den Austausch. Mit einem Online-Katalog und digitalen Ressourcen wie E-Books, Hörbüchern und Streaming-Diensten wird die Bibliothek zu einem modernen Wissenszentrum.

Öffnungszeiten:
Dienstag, Mittwoch und Freitag: 10:00 – 18:00 Uhr
Donnerstag: 12:00 – 18:00 Uhr
Samstag: 10:00 – 13:00 Uhr

Mehr Informationen finden Interessierte auf der Website:
www.herten.de/stadtbibliothek

Büchermarkt

Mehrmals im Jahr findet in Zusammenarbeit mit dem Förderverein der Stadtbibliothek e. V. ein Büchermarkt mit ausgeschiedenen Büchern und Medien der Stadtbibliothek Herten statt. Der nächste große Büchermarkt findet am Freitag, 27. November, und Samstag, 28. November 2026, in der Rotunde des Glashauses Herten statt.

Bilderbuchkino

Einmal im Monat lädt die Kinder- und Jugendbibliothek Herten Kinder ab vier Jahren zum beliebten Bilderbuchkino ein. Während eine spannende Bilderbuchgeschichte vorgelesen wird, sind die Illustrationen groß auf einer Leinwand zu sehen. Das Besondere: Die kleinen Besucher*innen nehmen auf Bobby Cars Platz und genießen die Geschichte in einer ganz besonderen Kinoatmosphäre. Im Anschluss wird passend zur Geschichte gemeinsam gebastelt.

Die Veranstaltung findet **jeden dritten Dienstag im Monat um 16 Uhr** statt. Die Teilnahme ist entgeltfrei. Eine Anmeldung an der Servicetheke der Kinder- und Jugendbibliothek oder telefonisch unter 02366 303-660 ist erforderlich. Ein Leseausweis wird für die Teilnahme nicht benötigt.

© 2024 Astrid Eckert

Gänsehaut garantiert: Jan Beck liest aus seinem neuen Simon-Dorn-Thriller

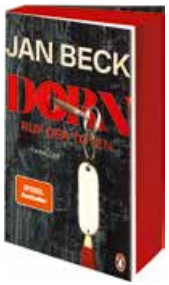
Am Dienstag, 22. September 2026, um 19:30 Uhr, stellt Bestsellerautor Jan Beck in der Stadtbibliothek Herten den neuesten Fall seiner Simon-Dorn-Reihe vor: Dorn. Zimmer 203. Ruf der Toten. Darin wird Kriminalpsychologe Simon Dorn von einer mysteriösen Klientin kontaktiert. Als sich hinter dem vermeintlichen Hilferuf ein rätselhaftes Verbrechen verbirgt, geraten Dorn und die Ermittlerin Lea Wagner auf die Spur eines gefährlichen Täters. Mit psychologischer Spannung, düsteren Schauplätzen und überraschenden Wendungen sorgt Jan Beck für packende Unterhaltung.

***Jan Beck** arbeitete zunächst als Jurist, bevor er sich ganz dem Schreiben widmete. Seine Thriller um Inga Björk und Christian Brand – darunter Das Spiel, Die Nacht, Die Spur und Das Ende – eroberten allesamt die SPIEGEL-Bestsellerliste.*

Die Lesung wird vom Förderverein der Stadtbibliothek Herten unterstützt.

Lesung: Dorn – Ruf der Toten
Jan Beck
Di., 22.09.2026, 19:30 Uhr
Stadtbibliothek Herten, Rotunde / 10 €

Karten gibt es an der Servicetheke in der Stadtbibliothek Herten, Tel.: 02366 303-651.



© Penguin-Verlag

Anmelden und Plätze sichern!

VHS-Semester-programm

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

www.vhs-herten.de

Politik, Gesellschaft, Umwelt

Zieht euch warm an, es wird noch heißer!
262V1100
Sven Plöger
Di., 06.10.2026, 19:00 Uhr
Glashaus Herten, Rotunde / VVK 15 €, AK 18 €
S. 7

Die optimale Wärmelösung für das Zuhause
262V1120
Evangelos Kamarakis
Do., 17.09.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Hertener Stadtwerke, Hauptstelle
Raum: Steigerstube / entgeltfrei

Ausstellung: Mythos Wald
S. 9
262V1130
Sigrid Godau
Sa., 26.09.2026, 11:00 – 16:00 Uhr
Gasometer Oberhausen / 32 €

Kinder erleben die Natur – Entdeckungstour durch BUND-Naturerlebnisgarten
262V1160
Roland Kerutt
Sa., 26.09.2026, 12:00 – 14:15 Uhr
Naturerlebnisgarten / 7,50 €, Kinder 5,50 €

Elektronische Patientenakte
262V1200
Rebecca von der Ley
Mo., 16.11.2026, 17:00 – 18:30 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 10 €

Vorsorgevollmacht, Patienten- und Betreuungsverfügung
262V1210
Jannine Menge
Fr., 20.11.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / entgeltfrei

Beratungsangebot für ehrenamtliche Betreuer*innen
Anna Muth-Felchner
Glashaus Herten, RaumZeit (ehem. Bistro)
entgeltfrei
262V1221
Mi., 02.09.2026, 14:00 – 15:30 Uhr
262V1222
Mi., 07.10.2026, 14:00 – 15:30 Uhr
262V1223
Mi., 04.11.2026, 14:00 – 15:30 Uhr
262V1224
Mi., 02.12.2026, 14:00 – 15:30 Uhr

E-Bike-Training für Senior*innen
262V1250
Karsten Quante
Mi., 26.08.2026, Treffpunkt: 13:00 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / entgeltfrei

Online: Neue Trends in der Geldanlage
262V1260
Hartmut Nehme
Mo., 26.10.2026, 18:30 – 21:00 Uhr
Online / 15 €

Online: Vermögensaufbau Grundlagen
262V1270
Hartmut Nehme
Mo., 02.11.2026, 18:30 – 21:00 Uhr
Online / 15 €

Online: Investieren in Aktien – Kompaktkurs
262V1280
Hartmut Nehme
Sa., 28.11.2026, 09:00 – 13:00 Uhr
Online / 25 €

Make America great again?
262V1400
Dr. Torsten Reters
Mi., 30.09.2026, 19:30 Uhr
Glashaus Herten, RaumZeit (ehem. Bistro)
5 €

Online: Totaler Umbruch – Stasi, Neonazi, Neuanfang S. 17
262V1500
Knut Elstermann
Mi., 16.09.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Online / entgeltfrei

Online: Eure Einheit, unsere Einheit – An wen erinnern wir? S. 17
262V1510
Nhi Le
Do., 08.10.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Online / entgeltfrei

Online: Jungsein in Demokratie & Diktatur S. 17
262V1520
Miriam Menzel
Di., 10.11.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Online / entgeltfrei

Ausstellung: „Frauen im geteilten Deutschland“ S. 20
262V1530
Eröffnung: Mo., 28.09.2026, 19:00 Uhr
Ausstellungszeitraum: 28.09. – 16.10.2026
Di., Mi. und Fr.: 10:00 – 18:00 Uhr
Do.: 12:00 – 18:00 Uhr, Sa.: 10:00 – 13:00 Uhr
Glashaus Herten / entgeltfrei

Film: „Die Unbeugsamen“ S. 17
262V1540
Mo., 28.09.2026, 19:30 Uhr
Glashaus Herten / entgeltfrei

Film: „Die Unbeugsamen 2 – Guten Morgen, ihr Schönen!“ S. 17
262V1550
Fr., 16.10.2026, 19:30 Uhr
Glashaus Herten / entgeltfrei

„Man wird doch wohl noch sagen dürfen …“ – Zum Umgang mit Stammtischparolen
262V1560
Cassandra Speer
Do., 12.11.2026, 18:00 – 20:30 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 10,50 €

Exkursion: Deutsches Fußballmuseum Dortmund – Juden im deutschen Fußball
262V1570
Gerda E. H. Koch
Mi., 16.09.2026, 15:00 – 18:00 Uhr
Deutsches Fußballmuseum Dortmund
16 €

„Mit Cherubim und Seraphim …“ – Engel in der jüdisch-christlichen Tradition
262V1580
Gerda E. H. Koch
Do., 19.11.2026, 19:00 Uhr
Glashaus Herten, RaumZeit (ehem. Bistro)
entgeltfrei

Migration – Emigration – Immigration – Remigration
262V1590
Dr. Volker Jakob
Di., 03.11.2026, 19:00 Uhr
Glashaus Herten, RaumZeit (ehem. Bistro) / 5 €

Reisereportage: Mesopotamien – Südirak S. 28
262V1600
Clemens Schmale
Do., 08.10.2026, 19:00 Uhr
Glashaus Herten, RaumZeit (ehem. Bistro) / 5 €

„Miteinander im Gespräch“ für Senior*innen in der Raumzeit
Ulrich Stumpf
Glashaus Herten, RaumZeit (ehem. Bistro)
entgeltfrei
262V1700
Fr., 04.09.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
262V1700
Fr., 02.10.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
262V1700
Fr., 06.11.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
262V1700
Fr., 04.12.2026, 10:00 – 12:00 Uhr

Weitere Angebote >>>

Demokratie im Dialog – Frieden, Freiheit und Gerechtigkeit S.15
271V1100
Mirko Drotschmann
Do., 18.02.2027, 17:00 Uhr
Glashaus Herten, Rotunde / 5 €

Die Türkei in der NATO
271V1200
Rasim Marz
Di., 19.01.2027, 19:30 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 5 €

E Terra ad Astra – Von der Erde zu den Sternen S.11
271V1300
Dr. Tom Fliege
Di., 26.01.2027, 19:30 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 15 €

Südafrika: Die Welt in einem Land – Eine Reise-Reportage mit kleiner Weinprobe S.27
271V1906
Anke Grau
Do., 28.01.2027, 19:00 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 7 €

Kultur und Gestaltung

Die Kunst des lebendigen Vorlesens
262V2100
Karin Kettling
Sa., 14.11.2026, 10:15 – 13:15 Uhr
Glashaus Herten, RaumZeit (ehem. Bistro)
entgeltfrei

Winterliche Geschichten mit der Stimme zum Leben erwecken
262V2101
Karin Kettling
Sa., 12.12.2026, 10:15 – 13:15 Uhr
Glashaus Herten, RaumZeit (ehem. Bistro) / 25 €

Storytelling in Wort und Bild
262V2110
Dipl.-Ing. Claudia Heinrichs
4 x di., 03.11. – 24.11.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 29 €

Hertener Schreibwerkstatt S.5
262V2112
Ursula Linkemann
5 x jeden ersten Dienstag des Monats
01.09.2026 – 05.01.2027, 18:30 – 21:00 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / entgeltfrei

Abend des französischen Chansons
262V2200
Gerd Lange
Do., 05.11.2026, 19:00 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / entgeltfrei

Garten- und Dekorationskeramik selber gestalten
262V2300
Sibylle Weber
7 x mi., 23.09. – 16.12.2026, 19:00 – 21:15 Uhr
CreativWerkstatt Herten, E-62 Werkstatt
87,50 €

Plastisches Gestalten für Anfänger*innen und Fortgeschrittene
262V2310
Eleni Schüssler
10 x mo., 14.09. – 30.11.2026, 17:30 – 20:45 Uhr
Freizeit- und Begegnungsstätte Westerholt
7 – 9 TN: 132 €, ab 10 TN: 110 €

Porträt in Ton
262V2320
Achim Tausch
Sa., 21.11.2026, 10:00 – 17:00 Uhr
Kunsthof-Knoop / 49 €

Aquarellwerkstatt – Kurs für Anfänger*innen und Fortgeschrittene
262V2324
Ursula Linkemann
14 x mo., 21.09.2026 – 18.01.2027
19:00 – 20:30 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 100 €

Häkeln für Anfänger*innen
262V2400
Irina Schefer
4 x mi., 30.09. – 04.11.2026
19:00 – 20:30 Uhr
CreativWerkstatt Herten, E-60 Frei!Raum!
29 €

Stricken für Anfänger*innen
262V2405
Martina Kneip
2 x sa., 21.11. und 28.11.2026
10:00 – 13:45 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 38 €

Stopfen und Flicken mit der Hand
262V2408
Elizabeth Noch
Sa., 17.10.2026, 09:00 – 14:00 Uhr
CreativWerkstatt Herten, E-60 Frei!Raum!
22,50 €

Näh–Werkstatt
Veronika Henrich
Siebenbürger Haus der Jugend e. V.
7 – 9 TN: 99 €, ab 10 TN: 82,50 €

262V2410 19:15 – 21:30 Uhr
10 x mo., 14.09. – 30.11.2026

262V2430 09:00 – 11:15 Uhr
10 x do., 17.09. – 03.12.2026

Näh–Werkstatt
Elizabeth Noch
CreativWerkstatt Herten, E-60 Frei!Raum!
7 – 9 TN: 67 €, ab 10 TN: 58 €
262V2435
6 x di., 22.09. – 27.10.2026
18:00 – 20:15 Uhr
262V2441
6 x di., 17.11. – 22.12.2026
18:00 – 20:15 Uhr

Näh-Werkstatt
262V2440
Tanja Kulikow
10 x do., 01.10. – 17.12.2026
19:15 – 21:30 Uhr
CreativWerkstatt Herten, E-60 Frei!Raum!
7 – 9 TN: 111 €, ab 10 TN: 96 €

Maßgeschneidert zum Unikat
262V2444
Tanja Kulikow
10 x mo., 05.10. – 07.12.2026
19:15 – 21:30 Uhr
CreativWerkstatt Herten, E-60 Frei!Raum!
7 – 9 TN: 114 €, ab 10 TN: 99 €

Stuhl polstern für Anfänger*innen
262V2450
Martina Kneip
Sa. und So., 10. und 11.10.2026
10:00 – 15:00 Uhr
CreativWerkstatt Herten, E-60 Frei!Raum!
7 – 9 TN: 60 €, ab 10 TN: 44,50 €

Gesundheit

Hertener Herztag Herzpatient*innen-Seminar S. 33
262V3000
Mi., 04.11.2026, 14:30 Uhr
Glashaus Herten / entgeltfrei

Meditatives Bogenschießen – Eine Reise zu innerer Ruhe und Stärke
262V3090
Frank Goll
Sa., 19.09.2026, 13:00 – 19:00 Uhr
VHS-Haus, Pavillon / 90 €

Yoga für Anfänger*innen und Fortgeschrittene
Anke Bruns
Schloss Herten, Gymnastikraum, 1. OG
60,50 €
262V3100
11 x mo., 07.09 – 30.11.2026
18:15 – 19:45 Uhr
262V3111
11 x mo., 07.09 – 30.11.2026
19:45 – 21:15 Uhr

Yoga auf dem Stuhl für Senior*innen
262V3112
Anke Bruns
11 x fr., 04.09. – 27.11.2026
12:15 – 13:00 Uhr
Freizeit- und Begegnungsstätte Westerholt
30 €

Vinyasa Yoga
Janette Peters
St. Antonius Haus, Sporthalle / 50,40 €
262V3115
7 x do., 03.09. – 15.10.2026
18:15 – 19:45 Uhr
262V3116
7 x do., 05.11. – 17.12.2026
18:15 – 19:45 Uhr

Pilates – Training für Kraft, Stabilität und Körperbewusstsein
Silke Mittmann
Willy-Brandt-Schule, Gymnastikraum
51,50 €
262V3203
14 x mi., 02.09. – 16.12.2026
18:30 – 19:30 Uhr
262V3204
14 x mi., 02.09. – 16.12.2026
19:30 – 20:30 Uhr

Pilates
262V3205
Janet Golde
11 x mo., 14.09. – 07.12.2026, 17:00 – 18:00 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Turnhalle
7 – 9 TN: 48,40 €, ab 10 TN: 40,30 €

Pilates – auch für Senior*innen
262V3206
Janet Golde
11 x mo., 14.09. – 07.12.2026, 16:00 – 17:00 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Turnhalle
7 – 9 TN: 48,40 €, ab 10 TN: 40,30 €

Qigong S. 35
262V3220
Gabriele Rohrmann
12 x do., 10.09. – 10.12.2026
10:00 – 11:15 Uhr
Bürgerhaus Herten / 66 €

Qigong S. 35
262V3221
Kira Fuhr
12 x mi., 16.09. – 16.12.2026
18:00 – 19:00 Uhr
Siebenbürger Haus der Jugend e.V. / 44 €

Tai Chi Chuan – Yang Stil S. 35
262V3231
Kira Fuhr
12 x mi., 16.09. – 16.12.2026
19:00 – 20:00 Uhr
Siebenbürger Haus der Jugend e. V. / 52,80 €

Weitere Angebote >>>

Rückenschule – rund um die Wirbelsäule
Stephanie Netta
Freizeit- und Begegnungsstätte Westerholt
35,80 €
262V3301
13 x di., 08.09. – 15.12.2026
18:30 – 19:15 Uhr
262V3305
13 x di., 08.09. – 15.12.2026
19:30 – 20:15 Uhr

Rückenfit
262V3310
Ulrich Schleener
11 x mi., 23.09. – 16.12.2026
17:00 – 18:00 Uhr
Christy-Brown-Schule, Gymnastikhalle
40,30 €

Vital- und Wirbelsäulengymnastik
262V3320
Sabine Schneider
10 x mi., 06.10. – 22.12.2026
19:00 – 20:30 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Turnhalle
7 – 9 TN: 66 €, ab 10 TN: 55 €

Bodyfun für Frauen
262V3401
Heli Ulbrich
11 x do., 10.09. – 03.12.2026
18:00 – 19:30 Uhr
Comeniusschule, Jahnturnhalle
60,50 €

Bodyfun
262V3405
Heli Ulbrich
10 x di., 08.09. – 24.11.2026
18:30 – 20:00 Uhr
Waldschule, Turnhalle
55 €

Bodystyling
262V3410
Iris Lange-Köster
10 x mo., 07.09. – 07.12.2026
18:15 – 19:45 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten
Turnhalle
55 €

Muskelpower after work
262V3415
Monika Storck
16 x mi., 01.07. – 09.12.2026
16:45 – 17:45 Uhr
Knappenhalle
59 €

Fit im Alltag 50+
262V3420
Bernhard Dudel
11 x fr., 04.09. – 11.12.2026
18:15 – 19:45 Uhr
Grundschule am Wilhelmsplatz
Turnhalle
7 – 9 TN: 72,60 €, ab 10 TN: 60,50 €

Mannschafts- und Ballspiele
262V3425
Gerd Peter Schattner
15 x mi., 02.09.2026 – 13.01.2027
18:00 – 19:30 Uhr
Klaus-Bechtel-Halle / 82,50 €

smovey®- WALKING
262V3430
Susanne Witte
8 x mi., 16.09. – 18.11.2026
17:30 – 18:30 Uhr
VHS-Garten
7 – 9 TN: 39,20 €, ab 10 TN: 29,30 €

Trampolin Fun – fit ins Wochenende
Nicole Bolz
Knappenhalle
262V3712
5 x sa., 12.09. – 10.10.2026
08:30 – 09:15 Uhr
7 – 9 TN: 21,40 €, ab 10 TN: 15 €
262V3713 – Ferienkurs
3 x sa., 17.10. – 31.10.2026
08:30 – 09:15 Uhr
7 – 9 TN: 12,90 €, ab 10 TN: 9 €
262V3714
7 x sa., 07.11. – 19.12.2026
08:30 – 09:15 Uhr
7 – 9 TN: 30 €, ab 10 TN: 21 €

Zumba® – Grundkurs
262V3718
Evangelia Liaka
14 x mo., 07.09.2026 – 21.12.2026
17:00 – 18:00 Uhr
Grundschule Herten-Mitte, Turnhalle
51,30 €

Zumba®-Fitness
262V3722
Evangelia Liaka
14 x mo., 07.09.2026 – 21.12.2026
18:00 – 19:00 Uhr
Grundschule Herten-Mitte, Turnhalle
51,30 €

Golf zum Kennenlernen
Benjamin Wuttke
Vestischer Golfclub Recklinghausen
20 €
262V3781
Mi., 02.09.2026, 18:45 – 20:15 Uhr
262V3782
So., 06.09.2026, 16:00 – 17:30 Uhr

Vegetarische türkische Küche
262V3810
Sengül Mizac
Fr., 06.11.2026, 18:00 – 21:45 Uhr
Willy-Brandt-Schule, Küche
36 €

Sprachen

Online: Superhirn – Vokabeln lernen im Sekundentakt
Helmut Lange
262V4000 Online / 21 €
Do., 22.10.2026, 19:00 – 21:30 Uhr
262V4001 Online / 21 €
Do., 12.11.2026, 16:00 – 18:00 Uhr

Arabisch – A1.2
262V4048
Nur El-Lahib
14 x mi., 16.09.2026 – 20.01.2027
18:30 – 20:00 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 12
7 – 9 TN: 98 €, ab 10 TN: 84 €

Englisch von Anfang an – A1.1
262V4102
Bernhard Veen
12 x mi., 16.09. – 16.12.2026
17:00 – 18:30 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 12
7 – 9 TN: 84 €, ab 10 TN: 72 €

Englisch – A2 Wiedereinsteiger*innen
262V4103
Bernhard Veen
12 x mi., 16.09. – 16.12.2026
18:45 – 20:15 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 12
7 – 9 TN: 89 €, ab 10 TN: 77 €

Englisch – B1: Mit Zeit und Muße
262V4301
Erika Müller
14 x do., 17.09.2026 – 14.01.2027
19:00 – 20:30 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 3
7 – 9 TN: 92,50 €, ab 10 TN: 77 €

Englisch – B2: Vertiefung
262V4319
Gisela Hillebrand-Renneckendorf
14 x di., 15.09.2026 – 12.01.2027
18:00 – 19:30 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 1
7 – 9 TN: 92,50 €, ab 10 TN: 77 €

Englisch – B2.4 Further Steps to Conversation
262V4320
Martina Vorholt
14 x di., 15.09.2026 – 19.01.2027
10:45 – 12:15 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 84 €

Tower of London S. 31
262V4352
Malte Pattberg
Fr., 11.12.2026, 19:00 Uhr
Glashaus Herten, RaumZeit (ehem. Bistro) / 5 €

Französisch von Anfang an – A1.2
262V4502
Abdelmalek Alioua
15 x di., 15.09.2026 – 19.01.2027
19:00 – 20:30 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten
Raum Nr. 13
7 – 9 TN: 99 €, ab 10 TN: 82,50 €

Französisch – A1.3
262V4503
Abdelmalek Alioua
15 x do., 17.09.2026 – 21.01.2027
18:30 – 20:00 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten
Raum Nr. 6
7 – 9 TN: 99 €, ab 10 TN: 82,50 €

Französisch – A2.2
262V4521
Mahshid Parastar
14 x mo., 14.09.2026 – 11.01.2027
14:15 – 15:45 Uhr
VHS-Haus, Pavillon
7 – 9 TN: 92,50 €, ab 10 TN: 77 €

Französisch – A2.3
262V4522
Mahshid Parastar
14 x di., 15.09.2026 – 12.01.2027
16:30 – 18:00 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten
Raum Nr. 5
7 – 9 TN: 92,50 €, ab 10 TN: 77 €

Französisch – B1: Mit Zeit und Muße
262V4523
Mahshid Parastar
14 x di., 15.09.2026 – 12.01.2027
19:00 – 20:30 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 5
7 – 9 TN: 92,50 €, ab 10 TN: 77 €

Normandie et Bretagne S. 30
262V4530
Ralf Petersen
Di., 24.11.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
Glashaus Herten, RaumZeit (ehem. Bistro) / 5 €

Griechisch von Anfang an – A1.1
262V4600
Anneta Tarpinidou
14 x mo., 21.09.2026 – 18.01.2027
18:00 – 19:30 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 14
7 – 9 TN: 98 €, ab 10 TN: 84 €

Griechisch – A1 / A2: Wiederholung mit Zeit und Muße
262V4605
Anneta Tarpinidou
14 x di., 15.09.2026 – 12.01.2027
18:00 – 19:30 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 14
7 – 9 TN: 129 €, ab 10 TN: 77 €

Griechisch – A2.3
262V4606
Anneta Tarpinidou
14 x di., 15.09.2026 – 12.01.2027
19:40 – 21:10 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 14
7 – 9 TN: 92,50 €, ab 10 TN: 77 €

Italienisch – A1.2
262V4613
Ange Maciucciu
8 x di., 15.09.2026 – 19.01.2027, 14-tägig
17:30 – 19:45 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 15
7 – 9 TN: 79 €, ab 10 TN: 66 €

Weitere Angebote >>>

Sprachen

Niederländisch – A1.2
262V4640
Susanne Lange
14 x mi., 16.09.2026 – 20.01.2027
17:30 – 19:00 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 3
7 – 9 TN: 92,50 €, ab 10 TN: 77 €

Niederländisch – A2.2
262V4641
Susanne Lange
14 x di., 15.09.2026 – 12.01.2027
19:00 – 20:30 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 4
7 – 9 TN: 92,50 €, ab 10 TN: 77 €

Niederländisch – B1: Konversation am Vormittag
262V4643
Susanne Lange
14 x do., 17.09.2026 – 14.01.2027
10:00 – 11:30 Uhr
Freizeit- und Begegnungsstätte Westerholt
7 – 9 TN: 97,50 €, ab 10 TN: 82 €

Niederländisch – B1: Konversation
262V4645
Susanne Lange
14 x do., 17.09.2026 – 14.01.2027
18:15 – 19:45 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 4
7 – 9 TN: 97,50 €, ab 10 TN: 82 €

Spanisch von Anfang an – A1.1
262V4700
Liz Gburek
14 x mi., 16.09. – 16.12.2026
17:00 – 18:30 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 6
7 – 9 TN: 89 €, ab 10 TN: 77 €

Spanisch – A1: Sprechtraining
262V4703
Isabel Campos Aguilera
Fr., 16.10.2026, 16:45 – 20:00 Uhr und
Sa., 17.10.2026, 10:00 – 13:15 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 34,50 €

Spanisch – A1.2
262V4707
Liz Gburek
12 x di., 15.09. – 15.12.2026, 18:45 – 20:15 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 12
7 – 9 TN: 79 €, ab 10 TN: 66 €

Spanisch – A2.3
262V4708
Liz Gburek
12 x mi., 16.09. – 16.12.2026, 18:45 – 20:15 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 6
7 – 9 TN: 79 €, ab 10 TN: 66 €

Spanisch – B2.1
262V4709
Liz Gburek
12 x di., 15.09. – 15.12.2026, 17:00 – 18:30 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 12
7 – 9 TN: 110,50 €, ab 10 TN: 66 €

„España y sus regionalismos“
262V4712
Franco Tous
Do., 03.09.2026 ,19:00 Uhr
Glashaus Herten, RaumZeit (ehem. Bistro) / 5 €

„El Día de los Muertos“
S. 29
262V4713
Franco Tous
Di., 13.10.2026 ,19:00 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 5 €

Türkisch von Anfang an – A1.1
262V4716
Gülfidan Kayhan
14 x di., 22.09.2026 – 19.01.2027
18:30 – 20:00 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 3
7 – 9 TN: 103 €, ab 10 TN: 90 €

Türkisch – A1.2
262V4717
Gülfidan Kayhan
14 x do., 24.09.2026 – 21.01.2027
18:30 – 20:00 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 12
7 – 9 TN: 129 €, ab 10 TN: 77 €

Türkisch – B1.1
262V4720
Yasemin Cakiroglu
14 x mi., 16.09.2026 – 20.01.2027
18:30 – 20:00 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 5
7 – 9 TN: 92,50 €, ab 10 TN: 77 €

Türkisch – B1: Mit Zeit und Muße
262V4731
Mustafa Korgan
14 x mi., 16.09.2026 – 20.01.2027
18:00 – 19:30 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 13
7 – 9 TN: 129 €, ab 10 TN: 77 €

Deutsche Gebärdensprache (DGS) von Anfang an
262V4840
N.N.
14 x di., 15.09.2026 – 12.01.2027
18:00 – 19:30 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 7
7 – 9 TN: 125 €, ab 10 TN: 105,50 €

Deutsche Gebärdensprache (DGS) für Fortgeschrittene
262V4841
N.N.
14 x di., 15.09.2026 – 12.01.2027
19:40 – 21:10 Uhr
Städtisches Gymnasium Herten, Raum Nr. 7
7 – 9 TN: 125 €, ab 10 TN: 105,50 €

Bildungsurlaub: Englisch – B1
271V4100
Ece Nur Karabal
Mo. – Fr., 04.01. – 08.01.2027
09:00 – 14:30 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 118 €

Bildungsurlaub: Spanisch – A1.2
271V4698
Isabel Campos Aguilera
Mo. – Fr., 04.01. – 08.01.2027
09:30 – 15:00 Uhr
VHS-Haus, Pavillon / 150 €

Arbeit und Beruf / Digitales

Online: Arbeit im Wandel
262V5010
Kai Kaufmann
Mo., 28.09.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
Online / 9 €

Selbstcoaching
262V5100
Katja Dittmar
Mi., 18.11.2026, 19:00 – 21:30 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 15 €

Was machen unsere Enkel*innen im Internet?
262V5300
Koytek Wattenberg Media UG
Do., 17.09.2026, 10:00 – 15:00 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 22 €

KI verstehen und nutzen
262V5301
Koytek Wattenberg Media UG
Mo., 19.10.2026, 10:00 – 15:00 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 22 €

KI kennenlernen und nutzen
262V5307
Christiane Biederbeck
Di., 10.11.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
VHS Herten, Ewaldstraße 3 – 5
Seminarraum 3 / 16,50 €

Online: KI-Agenten – Konzepte, Tools und Einsatz in der Praxis
262V5308
Hartmut Nehme
Fr., 04.12.2026, 18:30 – 21:00 Uhr
Online / 15 €

NotebookLM
262V5310
Michael Braun
Do., 03.12.2026, 18:00 – 18:45 Uhr
VHS Herten, Ewaldstraße 3 – 5
Seminarraum 3 / 4,50 €

Die großen LLM-KIs
262V5312
Michael Braun
Do., 03.12.2026, 19:00 – 21:15 Uhr
VHS Herten, Ewaldstraße 3 – 5
Seminarraum 3 / 13,50 €

DB Navigator
262V5314
Michael Braun
Do., 08.10.2026, 17:00 – 18:30 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 11 €

Komoot App
262V5316
Michael Braun
Do., 08.10.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 11 €

CEWE-Fotobuch am PC gestalten
262V5408
Renate Lünenbürger
2 x do., 26.11. und 03.12.2026
15:00 – 17:15 Uhr
VHS Herten, Ewaldstraße 3 – 5
Seminarraum 3 / 24 €

Linux am eigenen Laptop
262V5419
Markus Teller
5 x mi., 04.11. – 02.12.2026, 19:00 – 21:15 Uhr
VHS Herten, Ewaldstraße 3 – 5
Seminarraum 3 / 75 €

Windows 11 am eigenen Laptop
262V5420
Barbara Fromme
2 x sa., 17.10. und 24.10.2026
14:00 – 18:30 Uhr
VHS Herten, Ewaldstraße 3 – 5
Seminarraum 3 / 60 €

Grundkurs MS-Office und Dateiverwaltung
262V5421
Hans-Gerd Henke
Mi. – Fr., 11.11. – 13.11.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
VHS Herten, Ewaldstraße 3 – 5
Seminarraum 3 / 44 €

Smartphone und Tablet für Anfänger*innen
262V5689
Renate Lünenbürger
Di., 27.10., und Do., 29.10.2026
15:00 – 17:15 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 24 €

Online einkaufen – Shoppen mit dem Smartphone
262V5691
Renate Lünenbürger
Mo., 09.11.2026, 15:00 – 18:00 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 16 €

Bildungsurlaub: Leichte Sprache verstehen und anwenden
262V5748
Christiane Biederbeck
Mo. – Mi., 05.10. – 07.10.2026
09:30 – 15:30 Uhr
VHS Herten, Ewaldstraße 3 – 5
Seminarraum 3 / 90 €

Kinder trauern anders – Umgang mit Trauer in Kita und Grundschule
262V5750
Annette Rosskamp
Mo., 16.11.2026, 13:30 – 17:00 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 22 €

Magie im Berufsalltag – Der Zauberworkshop
262V5752
Yvonne Dibowski-Zanera
Do., 12.11.2026, 09:00 – 13:00 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 150 €

Weitere Angebote >>>

Arbeit und Beruf / Digitales

Skills for Future:
Offene Experimentierfläche S. 13
Johannes Bienhüls
Glashaus Herten, 3. OG / entgeltfrei
262V5804
Di., 11.08.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
262V5805
Di., 18.08.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
262V5808
Di., 01.09.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
262V5809
Di., 08.09.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
262V5810
Di., 15.09.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
262V5811
Di., 22.09.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
262V5813
Di., 29.09.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
262V5815
Di., 13.10.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
262V5816
Di., 20.10.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
262V5817
Di., 27.10.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
262V5818
Di., 03.11.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
262V5819
Di., 10.11.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
262V5820
Di., 17.11.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
262V5821
Di., 24.11.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
262V5822
Di., 01.12.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
262V5823
Di., 08.12.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
262V5824
Di., 15.12.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
262V5825
Di., 22.12.2026, 16:00 – 18:00 Uhr

Lasercutter: Digitale Fertigung und Handwerk im Wandel
262V5806
Johannes Bienhüls
Di., 25.08.2026, 16:00 – 17:30 Uhr
Glashaus Herten, 3. OG / entgeltfrei

Coding und Robotik – Einstieg mit Ozobots
262V5807
Johannes Bienhüls
Do., 27.08.2026, 16:00 – 17:30 Uhr
Glashaus Herten, 3. OG / entgeltfrei

Skills for Future:
Print to Repair S. 13
Johannes Bienhüls
Glashaus Herten, 3. OG / entgeltfrei
262V5812
Mi., 23.09.2026, 15:00 – 18:00 Uhr
262V5814
Di., 06.10.2026, 15:00 – 18:00 Uhr

Online:
Reisen online selber buchen – individuell und sicher S. 25
271V5318
Kai Kaufmann
Do., 14.01.2027, 17:00 – 20:15 Uhr
Online / 18 €

Online den Weg finden:
Navigieren mit dem Smartphone
271V5401
Renate Lünenbürger
Mo., 25.01.2027, 15:00 – 18:00 Uhr
VHS-Haus, Kaminraum / 16 €

vhs Volkshochschule Herten

Anmeldungen sind möglich
· über das Internet www.vhs-herten.de
· telefonisch zu den Öffnungszeiten unter 02366 303-581
· persönlich zu den Öffnungszeiten
VHS Herten | Resser Weg 1 | 45699 Herten

Öffnungszeiten der VHS Herten
montags: 09:00 – 12:30 Uhr und 13:30 – 16:00 Uhr
dienstags: 09:00 – 12:30 Uhr
mittwochs: geschlossen
donnerstags: 09:00 – 12:30 Uhr und 13:30 – 17:30 Uhr
freitags: 09:00 – 12:30 Uhr

Impressum
Herausgeber: Stadt Herten | Der Bürgermeister
V.i.S.d.P.: Stefanie Dobberke, Dezernat 3 –
Amt für außerschulische Bildung und Kultur,
Resser Weg 1, 45699 Herten
Gestaltung: Creativbüro Dülmen
Veröffentlichung: September 2026, Auflage: 5.000 Exemplare
Programmänderungen vorbehalten, alle Angaben ohne Gewähr.

Bildnachweis

S. 2: © Dennis Stratmann / Proshooto.com; S. 3: © Pressmaster designed by Magnific, © Anke Grau; S. 6 + 7: © https://showyourstripes.info/s/europe/germany/all/; S. 7: © Sebastian Knoth; S. 10 + 11: © Dr. Tom Fliege (3); S. 12 + 13: © Pressmaster designed by Magnific (3); S. 14: © Mirko Drotschmann; S. 15: © VHS / Stefanie Dobberke; S. 17: © isaraufwaerts.de (2); S. 19: © privat; S. 22 + 23: © Annika Vorberg (4); S. 24: © Picasa, www.ruthe.de; S. 27: © Anke Grau (5); S. 28: © Clemens Schmale; S. 30: © Ralf Petersen (2); S. 36: © privat; S. 40: © Sascha Schiefer; S. 41: © Irène Zandel; S. 42: © Nico Brons, © Rainer Holz; S. 43: © 2025 Maren Szech, © Die Glühwürmchen; S. 44: © Jörg Kamper; S. 45: © 2024 Astrid Eckert, © Penguin-Verlag; S. 48: © Anke Grau, © Dr. Tom Fliege; S. 54: © Pressmaster designed by Magnific; S. 55: © Jörg Pollmann, © Lisa Schmidt | stock.adobe.com: S. 1: © nicolagiordano; S. 3 von oben Mitte im Uhrzeigersinn: © Kornienko Alexandr (3), © leungchopan, © anuwat, © Sniezka, © softulka, © Custom Scene, © deagreez, © Iftikhar alam, © pingpao, © jittawit21, Hintergrund: © emotionpicture; S. 4: © wattana, © Kornienko Alexandr; S. 5: © Wildaanun, © Albina, © Kornienko Alexandr; S. 7: © jittawit21; S. 8: © Svetliy, © BGStock72; S. 8 + 9: © panadda; S. 9: © Yuliia, © Custom Scene; S. 10 + 11, Hintergrund: © Iftikhar alam, © Maximusdn; S. 14: © Xaver Klaussner; S. 18 + 19: © pingpao; S. 20: © softulka; S. 22 + 23: © Gautam; S. 24: © anuwat; S. 25: © Montri Thipsorn; S. 29: © Otomedream, © Sniezka, © eve orea, © Vector Tradition; S. 31: © Studio-FI; S. 34: © leungchopan, © Melinda Nagy; S. 35: © fizkes; S. 37: © pressmaster, © Petro, © davide bonaldo; S. 39: © zinkevych, © davit85; S. 40: © alipko, © Garun Studios; S. 43: © ImageFlow, © stokkete; S. 44: © deagreez, © 4Max; S. 45: © Walt; S. 46: © Daniel Ernst, © Custom Scene, © Yuliia; S. 48: © zinkevych; S. 49: © Kornienko Alexandr, © wattana, © leungchopan; S. 50: © Kalim; S. 53: © Mediteraneo; S. 54: © anuwat, © Pixel-Shot

LQW conflex Qualitätstestiert bis 19.03.2029

www.vhs-herten.de

0 % Gebühren
100 % Kompetenz

- Kostenloses Girokonto bis zum 30. Lebensjahr
- Kostenlose ClassicCard-Kreditkarte
- Weltweit Bezahlen
- Online-Banking & Banking-App
- rund 13.800 gebührenfreie Geldautomaten

Volksbank Ruhr Mitte