



Anmeldungen
ab dem
4. August 2025

Kursprogramm 2. Semester 2025



- Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2015
- Prüfstelle für den Einbürgerungstest
- Akkreditiertes Prüfungszentrum für das Europäische Sprachzertifikat „Deutsch“
- Vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) zugelassener Träger für die Durchführung von Integrationskursen
- Mitglied des Landesverbandes der Volkshochschulen von Nordrhein-Westfalen e.V. (www.vhs-nrw.de)

SERVICE, FÖRDERMÖGLICHKEITEN, BILDUNG AUF BESTELLUNG

BLITZLICHTER UND ONLINE-ANGEBOTE

GRUNDBILDUNG, SCHULABSCHLÜSSE UND STUDIUM

MENSCH, GESELLSCHAFT UND UMWELT

INTEGRATION UND SPRACHEN

BERUFLICHE WEITERBILDUNG, DIGITALE MEDIEN UND EDV

KULTUR UND KREATIVITÄT

GESUNDHEIT

JUNGE VHS

**ANGEBOTE IN
HÖRSTEL, HOPSTEN, METTINGEN UND RECKE**

TEILNAHMEBEDINGUNGEN, ANMELDEKARTEN

vhs-Hauptgeschäftsstelle

Volkshochschule Ibbenbüren
 Oststraße 28, 49477 Ibbenbüren
 Telefon: 05451 931-4305
 E-Mail: vhs@ibbenbueren.de
 Homepage: www.vhs-ibbenbueren.de

Öffnungszeiten:

montags	08:00 bis 12:00 Uhr
dienstags	08:00 bis 16:00 Uhr
mittwochs	08:00 bis 12:00 Uhr
donnerstags	08:00 bis 12:00 Uhr 14:00 bis 18:00 Uhr
freitags	08:00 bis 12:00 Uhr

vhs-Außenstellen

Volkshochschule in Hörstel

Stadtverwaltung
 Sünthe-Rendel-Straße 14, 48477 Hörstel
 Telefon: 05454 911-171, Fax: 05454 911-107
 E-Mail: s.hallmeier@hoerstel.de

Öffnungszeiten:

montags	08:30 Uhr – 12:30 Uhr
donnerstags	08:30 Uhr – 12:30 Uhr 14:00 Uhr – 17:30 Uhr

Volkshochschule in Hopsten

Gemeindeverwaltung
 Bunte Straße 35, 48496 Hopsten
 Telefon: 05458 9325-14, Fax: 05458 9325-93
 E-Mail: holthaus@hopsten.de

Servicezeiten:

montags – mittwochs	08:30 bis 12:30 Uhr 14:00 bis 16:00 Uhr
donnerstags	08:30 bis 12:30 Uhr 14:00 bis 18:00 Uhr
freitags	08:30 bis 12:00 Uhr

Das Rathaus ist montags und donnerstags geöffnet.

Volkshochschule in Mettingen

Gemeindeverwaltung
 Markt 6–8, 49497 Mettingen
 Telefon: 05452 52-11, Fax: 05452 52-911
 E-Mail: otte@mettingen.de

Öffnungszeiten:

montags – freitags	08:00 bis 12:00 Uhr
montags und dienstags	14:30 bis 16:00 Uhr
donnerstags	14:30 bis 17:30 Uhr

Volkshochschule in Recke

Gemeindeverwaltung
 Hauptstraße 28, 49509 Recke
 Telefon: 05453 910-13, Fax: 05453 910-11
 E-Mail: hohnhorst@recke.de

Öffnungszeiten:

montags	08:30 bis 12:30 Uhr 14:00 bis 16:00 Uhr
dienstags	geschlossen
mittwochs	08:30 bis 12:30 Uhr 14:00 bis 16:00 Uhr
donnerstags	14:00 bis 17:30 Uhr
freitags	08:30 bis 12:00 Uhr

und nach Vereinbarung

Träger

Träger der Volkshochschule
 Stadt Ibbenbüren, entsprechend der
 öffentlich-rechtlichen Vereinbarung
 vom 03.12.1975

Volkshochschulvorstand

Volkshochschulvorstand
 Bürgermeister Dr. Marc Schrameyer,
 Ibbenbüren

Bürgermeister David Ostholthoff,
 Hörstel

Bürgermeister Ludger Kleine-Harmeyer,
 Hopsten

Bürgermeisterin Christina Rähmann,
 Mettingen

Bürgermeister Peter Vos,
 Recke

Marie-Luise Balter-Leistner, Christoph Siemon,
 Markus Keller, Thomas Knells, Dr. Marlene Klatt



Wir verzichten auf die Nennung der Kursräume im Programmheft. Bitte entnehmen Sie vor Kursbeginn den Displays in der vhs Ibbenbüren, in welchem Raum Ihr Kurs stattfindet.

vhs-Geschäftsstellen und vhs-Unterrichtsorte





Bettina Kleingünther
Dipl.-Sportlehrerin, Dipl.-Betriebswirtin (FH),
Dipl.-Verwaltungswirtin (FH)

vhs-Leitung, Programmbereichsleitung

- Mensch, Gesellschaft und Umwelt
- Gesundheit

Telefon 05451 931-4301
bettina.kleinguenther@ibbenbueren.de



Mareike Engel
M.A.

stellvertr. vhs-Leitung,
Programmbereichsleitung

- Integration und Sprachen

Telefon 05451 931-4310
mareike.engel@ibbenbueren.de



Dr. Mingyue Gu
M.A.

Programmbereichsleitung

- Integration und Sprachen

Telefon 05451 931-4313
mingyue.gu@ibbenbueren.de



Kathrin Grieser-Schmitz
M.A., 2. Staatsexamen (Lehramt)

Programmbereichsleitung

- Grundbildung, Schulabschlüsse & Studium
- junge vhs

Telefon 05451 931-4312
kathrin.grieser-schmitz@ibbenbueren.de



Kai Albrecht
MBA und Dipl.-Systemwiss.

Programmbereichsleitung

- Berufliche Weiterbildung, digitale Medien und EDV
- Kultur und Kreativität

Telefon 05451 931-4311
kai.albrecht@ibbenbueren.de



Jana Lammers
LL.B.

Verwaltungsleitung

- Finanzen
- Förderwesen
- Statistik

Telefon 05451 931-4302
jana.lammers@ibbenbueren.de



Sandra Elsterkamp

Verwaltung

- Kursbetreuung
- Rechnungswesen

Telefon 05451 931-4306
sandra.elsterkamp@ibbenbueren.de



Amelie Gieske

Verwaltung

- Integrationskurse
- Rechnungswesen

Telefon 05451 931-4307
amelie.gieske@ibbenbueren.de



Olga Schorich

Verwaltung

- Integrationskurse

Telefon 05451 931-4304
olga.schorich@ibbenbueren.de



Nadine Helgert

Verwaltung

- Anmeldebereich
- Kursbetreuung

Telefon 05451 931-4308
nadine.helgert@ibbenbueren.de



Klaudia Stegemann

Verwaltung

- Kursbetreuung
- Marketing/Öffentlichkeitsarbeit

Telefon 05451 931-4303
klaudia.stegemann@ibbenbueren.de



Sophia Holthaus

Hopsten

Verwaltung
• Anmeldebereich

Telefon 05458 9325-14
holthaus@hopsten.de



Sabine Hallmeier

Hörstel

Verwaltung
• Anmeldebereich

Telefon 05454 911-171
s.hallmeier@hoerstel.de



Markus Otte

Mettingen

Verwaltung
• Anmeldebereich

Telefon 05452 52-11
otte@mettingen.de



Nadine Hohnhorst

Recke

Verwaltung
• Anmeldebereich

Telefon 05453 910-13
hohnhorst@recke.de

Per SMS immer gut informiert!

Ihre Kursleitung ist erkrankt oder Ihr Kurs muss verschoben werden?
Sie möchten die Erinnerung, dass Ihr Kurs in Kürze beginnt, direkt auf
Ihr Handy erhalten?

Über kurzfristige, kursrelevante Änderungen informieren wir Sie gerne per SMS,
um Sie möglichst schnell zu erreichen!

Bitte geben Sie uns hierzu Ihre Handynummer an.



Volkshochschule
Ibbenbüren
Hörstel • Hopsten • Mettingen • Recke

Mensch, Gesellschaft und Umwelt

- Resilienz-Schulungen für Unternehmen
- Stimmbildungs-Seminare
- Burnout-Prävention im kleinen Kreis
 - Beratungen zum Thema „Zero Waste“ im eigenen Haushalt

Was können wir für Sie tun?

- maßgeschneiderte Bildungsangebote
- Themen und Inhalte nach Ihren Wünschen
- Termine und Örtlichkeiten auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt
- Vermittlung qualifizierter Dozierender
- Bereitstellung von Räumlichkeiten und Online-Plattformen
- Beratung zur inhaltlichen und organisatorischen Gestaltung der Veranstaltung

Kultur und Kreativität

- Improvisationstheater als Teambuilding-Maßnahmen
- individuelle Mal- und Zeichenkurse
 - kreative Events für den Junggesell*innen-Abschied

Bildung auf an vhs Ibb

Berufliche Weiterbildung, digitale Medien und EDV

- Rhetorik-Seminare
- firmenindividuelle Weiterbildungsmaßnahmen
- Vermittlung von Kompetenzen im Bereich digitaler und sozialer Medien
- unternehmensspezifische EDV-Schulungen

Für wen?

- Unternehmen
- (Stadt-)Verwaltungen
 - Vereine
 - Schulklassen
- Einzelpersonen
- Freundeskreise
- Familien

Integration und Sprachen

- Deutschkurse, auf Wunsch mit für die Einbürgerung relevanten Zertifikatsprüfungen
- berufliche Kommunikation in der Fremdsprache
- sprachliche Urlaubsvorbereitung

Bestellung der enbüren

**Grundbildung,
Schulabschlüsse und
Studium**

- gesundheitliche Grundbildung für Mitarbeitende
- Nachholung von Schulabschlüssen neben dem Beruf

Ihre Vorteile auf einen Blick

- kleine Gruppen bzw. Einzelunterricht
 - kompetente fachliche und pädagogische Beratung
- sorgfältige Bedarfsermittlung
 - schnelle Umsetzung
- individuelle Lösungen
- permanente Qualitätskontrolle

Gesundheit

- Bewegungsangebote für die Mittagspause oder den Feierabend
- Vorträge zu Erholungs- und Gesundheitsthemen
- Outdoor- und Sportangebote als Firmenevent



Blitzlichter und Online-Angebote



Verwaltung:
Nadine Helgert

Telefon 05451 931-4308
nadine.helgert@ibbenbueren.de

SEPTEMBER

Sportklettern – Schnupperkurs Fels (zweitägig)

- Kurs-Nr. 18320
Christoph Jöst
Fr., 05.09.2025, 14:00 – 20:00 Uhr
Sa., 06.09.2025, 09:00 – 20:00 Uhr
Alpinzentrum Münster / Dörenter Klippen
Gebühr: 121,00 EUR

Infoveranstaltung Gesprächsführung am Telefon – Ausbildung für das Sorgentelefon des Kreises Steinfurt e.V.

- Kurs-Nr. 13301
Sorgentelefon des Kreises Steinfurt e.V.
Di., 09.09.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

Offene Keramikwerkstatt

- Kurs-Nr. 19401
Anke Gölzer
Mo., ab 15.09.2025, 16:00 – 19:00 Uhr
14 Termine
Dorfgemeinschaftshaus Dickenberg
Gebühr: 111,50 EUR (inkl. 19 % MwSt.)

Wald-Yoga im Köllbachtal

- Kurs-Nr. 48030
Heidi Schmidt
Fr., 19.09.2025, 15:00 – 16:30 Uhr
Wanderparkplatz Köllbachweg, Mettingen
Gebühr: entgeltfrei

Pilates für Einsteigerinnen und Einsteiger

- Kurs-Nr. 18240
Sarah Joormann
Fr., ab 19.09.2025, 09:30 – 10:30 Uhr
10 Termine
Ehemalige Bergbauberufsschule
Gebühr: 56,00 EUR

Digitales Zeichnen auf dem iPad – Procreate für Alltag und Beruf

- Kurs-Nr. 19301
Anna Breilkopf-Siepmann
Sa., 20.09.2025, 10:00 – 16:00 Uhr
Ehemalige Bergbauberufsschule
Gebühr: 45,00 EUR

Ärger im Mietverhältnis

- Kurs-Nr. 12310
Rechtsanwalt und Notar Axel Kleinmüller
Mo., 22.09.2025, 18:00 – 20:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 10,00 EUR

Microsoft-Excel effektiv und effizient im Beruf nutzen

- Kurs-Nr. 17001
Ronald Schmidt
Mo. – Do., 22.09.2025 – 25.09.2025, 18:00 – 21:00 Uhr
4 Termine
Ehemalige Bergbauberufsschule
Gebühr: 90,00 EUR



SEPTEMBER

Deutsch als Fremdsprache A1 – für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen

- Kurs-Nr. 15109
Mohamed Tamer
Mo. / Fr., 22.09.2025 - 19.12.2025, 16:00 - 17:30 Uhr
21 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 139,50 EUR

Wörter, Wirkung, Wirklichkeit

- Kurs-Nr. 13305
Cordula Engels
Di., 23.09.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 12,00 EUR

Spitze bei Hitze – Das hitzerobuste Haus

- Kurs-Nr. 12423
Markus Felix
Mi., 24.09.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

Ibbenbüren im 18. Jahrhundert

- Kurs-Nr. 12105
Albert Recknagel
Do., 25.09.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 10,00 EUR

Selbstverteidigungskurs für Frauen

- Kurs-Nr. 28210
Irena Arends
Do., 25.09.2025, 18:00 – 21:00 Uhr
„Grüne Halle“ Hörstel-Riesenbeck
Gebühr: entgeltfrei

Wann müssen die Kinder für ihre Eltern Unterhalt zahlen?

- Kurs-Nr. 12312
Hartmut Richter
Do., 25.09.2025, 19:00 – 22:00 Uhr
Saal des Kulturhauses
Gebühr: 14,00 EUR

Der Naturgarten – Ein Gewinn für Alle

- Kurs-Nr. 13809
Jürgen Schneiders
Di., 30.09.2025, 19:30 – 21:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 12,00 EUR

OKTOBER

Klangraum – Zeit für Entspannung und Wohlfühl

- Kurs-Nr. 18020
Sonja Wiethölter
Mi., 01.10.2025, 17:00 – 20:00 Uhr
Ehemalige Bergbauberufsschule
Gebühr: entgeltfrei

Mental Load - Der unsichtbare Stress

- Kurs-Nr. 13510
Philipp Romahn
Di., 07.10.2025, 19:30 – 21:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 12,00 EUR

Der Säure-Basen-Haushalt - zentrales Element unseres Wohlbefindens

- Kurs-Nr. 28020
Katrin Wiewelhove
Do., 09.10.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Aula im Rathaus Riesenbeck
Gebühr: entgeltfrei

Babysitterkurs für Mädchen im Alter von 13 bis 17 Jahren

- Kurs-Nr. 11415
Nicola Sparenberg
Fr., 10.10.2025, 17:00 – 20:00 Uhr
Sa., 11.10.2025, 10:00 – 16:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 34,50 EUR

Wie kann ich mein Kind absichern? Testamente für junge Familien

- Kurs-Nr. 12316
Hartmut Richter
Di., 21.10.2025, 19:00 – 22:00 Uhr
Saal des Kulturhauses
Gebühr: 14,00 EUR

Tägliches Denken – Alltagsdenken

- Kurs-Nr. 13512
Stefan Knabe
Di., 21.10.2025, 19:00 – 21:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 12,00 EUR

Lehramtsstudium in Osnabrück

- Kurs-Nr. 11215
Zentrale Studienberatung der Hochschule u. Universität Osnabrück
Di., 28.10.2025, 17:00 – 18:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei



OKTOBER

Ein Teller voll Sonne – Mediterrane Küche für das ganze Jahr

- Kurs-Nr. 58805
Jutta Gerling
Di., 28.10.2025, 19:00 – 22:00 Uhr
Dietrich-Bonhoeffer-Schule Recke
Gebühr: 16,00 EUR
(inkl. 19 % MwSt., zzgl. Lebensmittelumlage)

Italienisch A1 – für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

- Kurs-Nr. 15600
Tiziana Fossanova-Niermann
Di., ab 28.10.2025, 17:30 – 19:00 Uhr
11 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 73,50 EUR

Sprachlich präsent – authentisch handeln!

- Kurs-Nr. 23300
Cordula Engels
Mi., 29.10.2025, 18:00 – 19:30 Uhr
Harkenberg Gesamtschule Hörstel
Gebühr: 12,00 EUR

„Ich bin noch nie einem Juden begegnet....“ Lebensgeschichten aus Deutschland

- Kurs-Nr. 12110
Gerhard Haase-Hindenberg
Do., 30.10.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Saal des Kulturhauses
Gebühr: entgeltfrei

Aroma-Workshop für die Seele mit naturreinen ätherischen Ölen

- Kurs-Nr. 18025
Sonja Wiethölter
Do., 30.10.2025, 17:00 – 20:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

NOVEMBER

Ressourcenorientierter Alltag bei Kindern mit ADHS

- Kurs-Nr. 11425
Lara Lipinski
Mo., 03.11.2025, 18:00 – 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 15,00 EUR

Zeichnen und Malen für Anfänger*innen

- Kurs-Nr. 19302
Saskia Zierenberg
Mi., ab 05.11.2025, 18:00 – 19:30 Uhr
6 Termine
Ehemalige Bergbauberufsschule
Gebühr: 60,00 EUR (inkl. 19 % MwSt.)

Steuer ABC für Neugründer*innen

- Kurs-Nr. 16102
Sabine Berkelmann
Do., 06.11.2025, 17:45 – 21:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 22,50 EUR

Gedenkstättenfahrt zum Gestapokeller in Osnabrück sowie zum Augustaschacht in Hasbergen

- Kurs-Nr. 12120
Günter Kleine-Katthöfer
Sa., 08.11.2025, 13:00 – 19:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 10,00 EUR

Piazzolla, Paris und wir

- Kurs-Nr. 19904
Philippe Huguët
Sa., 08.11.2025, 19:00 – 21:00 Uhr
Saal des Kulturhauses
Gebühr: 25,00 EUR (inkl. 19 % MwSt.)

Meeresmotive in Aquarell

- Kurs-Nr. 19304
Anna Breilkopf-Siepmann
Sa., 08.11.2025, 10:00 – 15:00 Uhr
Ehemalige Bergbauberufsschule
Gebühr: 33,50 EUR (inkl. 19 % MwSt.)

Normandie - raue Küste, sanfte Landschaften und ein Hauch Geschichte

- Kurs-Nr. 19804
Hilke Maunder
Fr., 14.11.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Saal des Kulturhauses
Gebühr: 15,00 EUR (inkl. 19 % MwSt.)



NOVEMBER

Lass´ uns miteinander reden

- Kurs-Nr. 13310
Cordula Engels
Mo., 17.11.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 12,00 EUR

Unser Darm – Zentrum der Gesundheit

- Kurs-Nr. 18030
Monika Feldmann
Mo., 17.11.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 14,00 EUR

Jetzt aber wirklich!

Motivationspsychologie für Alltag und Beruf

- Kurs-Nr. 13515
Philipp Romahn
Di., 18.11.2025, 19:30 – 21:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 12,00 EUR

Weihnachtliche Aquarelle

- Kurs-Nr. 19309
Anna Breitkopf-Siepmann
Sa., 22.11.2025, 10:00 – 15:00 Uhr
Ehemalige Bergbauberufsschule
Gebühr: 33,50 EUR (inkl. 19 % MwSt.)

Ich gründe eine Firma

- Kurs-Nr. 12330
Rechtsanwalt und Notar Axel Kleinmüller
Mo., 24.11.2025, 18:00 – 20:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 10,00 EUR

Sprichst Du mit Dir selbst?

- Kurs-Nr. 13520
Stefan Knabe
Di., 25.11.2025, 19:00 – 21:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 12,00 EUR

Kunsttherapie zum Kennenlernen

- Kurs-Nr. 19311
Simone Seifert
Sa., 29.11.2025, 13:00 – 18:00 Uhr
Ehemalige Bergbauberufsschule
Gebühr: 55,00 EUR

DEZEMBER

„Energetische Sanierung – vom Keller bis zum Dach“

- Kurs-Nr. 22420
Markus Felix
Mi., 03.12.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Harkenberg Gesamtschule Hörstel
Gebühr: entgeltfrei

Das 1 x 1 der Geldanlage

- Kurs-Nr. 12605
NDAC/Carsten Witt
Do., 04.12.2025, 18:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 14,00 EUR

Smartphone-(Android und iPhone) Kurs für Einsteigerinnen und Einsteiger

- Kurs-Nr. 37301
Manfred Schnippe
Do., ab 04.12.2025, 18:00 – 21:00 Uhr
2 Termine
Kettelerhaus Hopsten
Gebühr: 53,50 EUR

Buchhaltung mit LexOffice leicht gemacht

- Kurs-Nr. 16104
Sabine Berkelmann
Do., 04.12.2025, 17:45 – 21:00 Uhr
Ehemalige Bergbauberufsschule
Gebühr: 22,50 EUR

Rhetorik für Frauen - Jetzt rede ich

- Kurs-Nr. 13315
Sabine Schardelmann
Fr., 05.12.2025, 17:00 – 21:45 Uhr
Fr., 06.12.2025, 10:00 – 18:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 90,00 EUR

Leber und Galle – Unsere Helden für ein gesundes Leben

- Kurs-Nr. 18035
Monika Feldmann
Mo., 08.12.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 14,00 EUR

Microsoft-Office Grundlagen – Kompaktlehrgang (Bildungsurlaub)

- Kurs-Nr. 17004
Manfred Schnippe
Mo. – Fr., 15.12.2025 – 19.12.2025, 08:00 – 12:45 Uhr
5 Termine
Ehemalige Bergbauberufsschule
Gebühr: 178,00 EUR

**JANUAR****Italienisch A1 – für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse – Schnupperkurs**

- Kurs-Nr. 15602
Tiziana Fossanova-Niermann
Do., ab 08.01.2026, 15:50 – 17:20 Uhr
4 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 27,00 EUR

Schnupperkurs Yin Yoga für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

- Kurs-Nr. 18126
Miriam Niemöller
Fr., 09.01.2026, 18:00 - 21:15 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 17,00 EUR

Neue Heizung – Wärmepumpe und ihre Alternativen

- Kurs-Nr. 12430
Markus Felix
Mi., 21.01.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

Social Media für Vereine (und kleine Firmen)

- Kurs-Nr. 17503
Helena Tenamberg
Mi., 21.01.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 22,50 EUR

Gekonnt kontern – Schlagfertig antworten

- Kurs-Nr. 16306
Sabine Schardelmann
Fr., ab 23.01.2026, 17:00 – 21:45 Uhr
2 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren
Gebühr: 90,00 EUR



INTEGRATION UND SPRACHEN

Französisch B1 – für Fortgeschrittene

- Kurs-Nr. 15520
Patrice Oliva
Do., ab 18.09.2025, 18:00 – 19:30 Uhr
12 Termine
Online
Gebühr: 80,00 EUR

BERUFLICHE WEITERBILDUNG, DIGITALE MEDIEN UND EDV

Strategisches Content-Marketing im Web

Landingpages, SEO und künstliche Intelligenz

- Kurs-Nr. 16702
Dozierendenteam
Mi., 15.10.2025, 18:30 – 21:30 Uhr
Online
Gebühr: 38,00 EUR

Künstliche Intelligenz im Büromanagement – Produktivere Prozesse und Arbeitsabläufe

- Kurs-Nr. 16803
Dozierendenteam
Do., 20.11.2025, 10:30 – 12:00 Uhr
Online
Gebühr: 19,00 EUR

MS Outlook – Full Power Workflows

Strategien zur Steigerung der Arbeitsproduktivität

- Kurs-Nr. 16805
Dozierendenteam
Di., 16.12.2025, 18:30 – 21:30 Uhr
Online
Gebühr: 38,00 EUR

Grundbildung, Schulabschlüsse und Studium



Programmbereichsleitung:
Kathrin Grieser-Schmitz

Telefon 05451 931-4312
kathrin.grieser-schmitz@ibbenbueren.de

GRUNDBILDUNG

In Deutschland können insgesamt 6,2 Millionen Erwachsene nicht richtig lesen und schreiben. Darüber hinaus haben viele Menschen große Probleme beim Rechnen. In den Grundbildungskursen für Jugendliche und Erwachsene der vhs Ibbenbüren werden – ausgehend vom individuellen Lernstand – Fähigkeiten im Lesen und Schreiben ohne Leistungsdruck vermittelt. Vorwiegender Bestandteil des Kurses „Rechnen“ ist die Vermittlung von Grundrechenarten, um den Anforderungen sowohl im Alltag als auch im Beruf gerecht werden zu können. Die Kurse sind entgeltfrei, da sie vom Land Nordrhein-Westfalen und vom Europäischen Sozialfonds finanziell unterstützt werden.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Lesen und Schreiben für (junge) Erwachsene (Anfänger)

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und des Europäischen Sozialfonds



- Kurs-Nr. 11015
N. N.
Mi., ab 01.10.2025, 09:30 – 11:00 Uhr
Mi. und Fr. (an Schultagen in NRW)
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

Lesen und Schreiben für (junge) Erwachsene (Fortgeschrittene)

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und des Europäischen Sozialfonds



- Kurs-Nr. 11017
Petra Wunderle
Mo. / Fr., 06.10.2025 – 30.01.2026, 11:15 – 12:45 Uhr
Mo. und Fr. (an Schultagen in NRW)
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

Rechnen für (junge) Erwachsene

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und des Europäischen Sozialfonds



- Kurs-Nr. 11025
Kathrin Grieser-Schmitz
Mo. / Fr., 06.10.2025 – 30.01.2026,
Mo. 09:30 – 11:00 Uhr, Fr. 11:15 – 12:45 Uhr
Mo. und Fr. (an Schultagen in NRW)
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

SCHULABSCHLÜSSE

Mit einem Schulabschluss können die Chancen auf dem Ausbildungs- und Arbeitsmarkt wesentlich verbessert werden. So bietet die vhs Ibbenbüren für (junge) Erwachsene Lehrgänge auf dem Zweiten Bildungsweg an, die auf die Prüfung zum Erwerb des Haupt- und Realschulabschluss vorbereiten. Der Unterricht findet während des gesamten Schuljahres von Nordrhein-Westfalen montags bis freitags von 09:30 Uhr bis 12:45 Uhr statt und ist entgeltfrei.

Ein entgeltfreier Basiswissenkurs in den Fächern Deutsch, Mathematik und Englisch ist für all diejenigen gedacht, die in absehbarer Zukunft den Hauptschulkurs besuchen möchten. In diesem Nachmittagskurs werden mit den Lehrkräften Grundlagen in den Hauptfächern erarbeitet.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Basiswissen in Deutsch, Mathematik und Englisch

Vorkurs zum Lehrgang zum Erwerb nachträglicher Schulabschlüsse

- Kurs-Nr. 11110
Dozierendenteam
Mo., ab 27.10.2025, 14:30 – 16:00 Uhr
Mo., Di., Mi. (an Schultagen in NRW)
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

Hauptschulabschluss nach Klasse 9 (ESA) in der Volkshochschule, 1. Semester

- Kurs-Nr. 11115
Dozierendenteam, Leitung: Achim Beckmann
Do., ab 28.08.2025, 09:30 – 12:45 Uhr
Mo. – Fr. (an Schultagen in NRW)
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei
(18,00 EUR Materialkostenpauschale)

Hauptschulabschluss nach Klasse 10 (EESA) und Realschulabschluss (MSA) in der Volkshochschule, 3. Semester

- Kurs-Nr. 11120
Dozierendenteam, Leitung: Achim Beckmann
Mo., ab 08.09.2025, 09:30 – 12:45 Uhr
Mo. – Fr. (an Schultagen in NRW)
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei
(18,00 EUR Materialkostenpauschale)

Informationsveranstaltung zu den nachholenden Schulabschlüssen an der vhs

- Kurs-Nr. 11125
Achim Beckmann
Do., 29.01.2026, 15:00 – 16:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

STUDIUM

Im Rahmen eines Vortrags informiert die Zentrale Studienberatung der Hochschule und Universität Osnabrück Studieninteressierte über das Lehramtsstudium in Osnabrück. Wer berufsbegleitend studieren möchte, sollte die Informationsveranstaltung von der Studienberatung der FernUniversität Hagen nicht verpassen. Hier werden Auskünfte über das Lehr- und Lernsystem und die Studienangebote der FernUniversität gegeben. Alle Veranstaltungen zum Studium finden in der vhs Ibbenbüren statt und sind entgeltfrei.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Lehramtsstudium in Osnabrück

- Kurs-Nr. 11215
Zentrale Studienberatung der Hochschule u. Universität Osnabrück
Di., 28.10.2025, 17:00 - 18:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

Das Universitätsstudium an der FernUniversität Hagen / Beratungsnachmittag

- Kurs-Nr. 11225
FernUniversität Hagen
Mo., 10.11.2025, 15:00 – 18:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

Berufsbegleitend Studieren mit und ohne Abitur. Das Universitätsstudium an der FernUni Hagen

- Kurs-Nr. 11230
FernUniversität Hagen
Mo., 10.11.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

Mensch, Gesellschaft und Umwelt



Programmbereichsleitung:
Bettina Kleingünther

Telefon 05451 931-4301
bettina.kleinguenther@ibbenbueren.de

MENSCH.GESELLSCHAFT. WANDEL

Die Themenpalette zur politischen und geschichtlichen Bildung im Bereich Mensch.Gesellschaft.Wandel reicht von einem Vortrag mit anschließender Stadtführung zum Thema „Ibbenbüren im 18. Jahrhundert“ über eine Lesung des Bestsellerautors Gerhard Haase-Hindenberg aus seinem Buch „Ich bin noch nie einem Juden begegnet...“ bis hin zu einer Gedenkstättenfahrt zum ehemaligen Gestapokeller in Osnabrück und dem Augustaschacht in Hasbergen. Die Veranstaltungen werden so gestaltet, dass sie Menschen aus allen gesellschaftlichen Schichten ansprechen sowie einen leichten Zugang zur deutschen Geschichte ermöglichen..

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Ibbenbüren im 18. Jahrhundert

■ Kurs-Nr. 12105
Albert Recknagel
Do., 25.09.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 10,00 EUR

„Ich bin noch nie einem Juden begegnet...“ Lebensgeschichten aus Deutschland

■ Kurs-Nr. 12110
Gerhard Haase-Hindenberg
Do., 30.10.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Saal des Kulturhauses,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

Gedenkstättenfahrt zum Gestapokeller in Osnabrück sowie zum Augustaschacht in Hasbergen

■ Kurs-Nr. 12120
Günter Kleine-Katthöfer
Sa., 08.11.2025, 13:00 – 19:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 10,00 EUR

LESUNG IN KOOPERATION MIT
DER STADTBÜCHEREI IBBENBÜREN

»Ich bin noch nie einem Juden begegnet ...«

Lebensgeschichten aus Deutschland



Gerhard Haase-Hindenberg.

GERHARD HAASE-HINDENBERG ist ausgebildeter Schauspieler, war u.a. als Unterweltstyp Stullen-Paul in Dieter Wedels Sechsteiler „König von St. Pauli“ zu sehen und stand als Reichsfeldmarschall Göring neben Tom Cruise im Hollywood-Film „Operation Walküre“ vor der Kamera. Im März 2024 war er in den ARD-Sechsteiler KAFKA in der Rolle des Vaters von Kafkas Freund Max Brod zu sehen. Daneben arbeitete er viele Jahre als Autor für Fernseh- und Hörfunkformate und als Publizist (u.a. für die Welt/ Welt am Sonntag, Die ZEIT und Tageszeitungen). Seit einigen Jahren ist er Autor der Jüdischen Allgemeine. Haase-Hindenberg hat mehr als zehn erzählende Sachbücher verfasst, darunter »Der Mann, der die Mauer öffnete«, die literarische Vorlage zum preisgekrönten TV-Film „Bornholmer Straße“ und den Sozialreport „Sex im Kopf“, der mehrere Wochen in der Spiegel-Bestsellerliste stand.

»Ich bin noch nie einem Juden begegnet«: Diesen Satz haben die meisten Jüdinnen und Juden schon einmal gehört. Aus Anlass des Jubiläums „1700 Jahre Juden in Deutschland“ erzählt der Schauspieler und Spiegel-Bestsellerautor Gerhard Haase-Hindenberg von der Vielfalt jüdischen Lebens in Deutschland. Von Dagmar, die sich hinter dem Rücken des jüdischen Vaters ausgerechnet für den Polizeidienst bewirbt; von Marina, die aus der ehemaligen UdSSR nach Deutschland gekommen ist und erst hier mit der religiösen Vergangenheit ihrer Familie konfrontiert wird; und von David, dem aus New York stammenden Jazzmusiker, der in Berlin die »jüdischste Stadt« Deutschlands entdeckt.

All diese Geschichten vom Alltag in Deutschland lebender Juden und Jüdinnen, ihren Geschichten und Erfahrungen, ihren Hoffnungen und die Bedrohungen durch den steigenden Antisemitismus verwebt der Autor mit Erklärungen zu Symbolen, Glaubenspraxis und Geschichte.

„Ich bin noch nie einem Juden begegnet...“ Lebensgeschichten aus Deutschland

■ Kurs-Nr. 12110
Gerhard Haase-Hindenberg
Do., 30.10.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Saal des Kulturhauses,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

RECHT

Im Bereich „Recht“ sind es die Dozierenden, Hartmut Richter, Buchautor und Diplom-Rechtspfleger des Amtsgerichts Ibbenbüren, sowie Axel Kleinmüller, Rechtsanwalt und Notar aus Ibbenbüren, die in verständlicher Sprache die unterschiedlichen Problematiken darstellen und in ihren Vorträgen zu Fragen einladen.

Hartmut Richter geht dabei in seinen Veranstaltungen auf die Themen „Wann müssten die Kinder für ihrer Eltern Unterhalt zahlen?“ bzw. „Wie kann ich als junge Familie mein Kind absichern“ sowie auf die Übertragung des eigenen Hauses auf die Kinder ein.

Axel Kleinmüller informiert in seinen Vorträgen über die formellen Anforderungen eines Testaments bzw. über die Möglichkeit, den letzten Willen klar, unzweifelhaft und deutlich niederzulegen. Außerdem spricht er über die Rechte und Pflichten von Mietparteien, die Behebung von Mängeln bei Bauleistungen sowie informiert über die rechtlichen Regelungen zur Gründung einer Firma..

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Ärger im Mietverhältnis

- Kurs-Nr. 12310
Rechtsanwalt und Notar Axel Kleinmüller
Mo., 22.09.2025, 18:00 – 20:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 10,00 EUR

Wann müssen die Kinder für ihre Eltern Unterhalt zahlen?

- Kurs-Nr. 12312
Hartmut Richter
Do., 25.09.2025, 19:00 – 22:00 Uhr
Saal des Kulturhauses,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 14,00 EUR

Richtig vererben

- Kurs-Nr. 12315
Rechtsanwalt und Notar Axel Kleinmüller
Mo., 06.10.2025, 18:00 – 20:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 10,00 EUR

Wie kann ich mein Kind absichern? Testamente für junge Familien

- Kurs-Nr. 12316
Hartmut Richter
Di., 21.10.2025, 19:00 – 22:00 Uhr
Saal des Kulturhauses,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 14,00 EUR

Mängel bei der Bauleistung

- Kurs-Nr. 12320
Rechtsanwalt und Notar Axel Kleinmüller
Mo., 10.11.2025, 18:00 – 20:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 10,00 EUR

Ich gründe eine Firma

- Kurs-Nr. 12330
Rechtsanwalt und Notar Axel Kleinmüller
Mo., 24.11.2025, 18:00 – 20:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 10,00 EUR

Hausübertragung von den Eltern auf die Kinder

- Kurs-Nr. 12332
Hartmut Richter
Mo., 15.12.2025, 19:00 – 22:00 Uhr
Saal des Kulturhauses,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 14,00 EUR

VERBRAUCHER*INNEN- BERATUNG – ENERGIE

Der Energieberater und Dipl.- Ing. der Versorgungstechnik, Markus Felix, erläutert in seinen Vorträgen zu den Themen „Das hitzerobuste Haus“, „Photovoltaik auf dem Dach“ und „Die Wärmepumpe“ welche Chancen die staatlich geförderten Technologien für Privathaushalte bereithalten. Unabhängigkeit und Klimaschutz spielen dabei ebenso eine Rolle wie finanzielle Erwägungen, praktische Tipps und Hinweise auf Stolperfallen. Die Veranstaltungen finden in Kooperation mit der Verbraucherzentrale NRW e.V. statt.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Spitze bei Hitze – Das hitzerobuste Haus

- Kurs-Nr. 12423
Markus Felix
Mi., 24.09.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

„Sonnenstrom vom Dach“ – Photovoltaik Dachanlagen

- Kurs-Nr. 12427
Markus Felix
Mi., 05.11.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Saal des Kulturhauses,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

Neue Heizung – Wärmepumpe und ihre Alternativen

- Kurs-Nr. 12430
Markus Felix
Mi., 21.01.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

GELD

Die Zinsen für Anlegerinnen und Anleger befinden sich zwar auf gestiegenen Niveau, gleichzeitig ist die Inflationsrate jedoch erheblich gestiegen. Wer ausschließlich in Tages- und Festgeld investiert, kann seit Jahren nur geringe Renditen erwirtschaften und damit die Inflation nicht ausgleichen. Es ist daher höchste Zeit, sich mit alternativen Anlagemöglichkeiten zu beschäftigen. Der NDAC Anlegerclub ist einer der größten Anlegergemeinschaften Deutschlands und vermittelt seit mehr als 20 Jahren Wissen rund um das Thema Geldanlage. Ziel des NDAC ist es, die Bevölkerung in Sachen Geldanlage zu bilden. Es findet keine Anlageberatung statt.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Das 1 x 1 der Geldanlage

- Kurs-Nr. 12605
NDAC/Carsten Witt
Do., 04.12.2025, 18:00 – 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 14,00 EUR

KOMMUNIKATION

Die vhs Ibbenbüren führt in Kooperation mit dem Sorgentelefon Kreis Steinfurt e.V. die Ausbildung „Gesprächsführung am Telefon“ durch. Die Teilnehmenden werden auf der Grundlage der Personenzentrierten Beratung nach Carl R. Rogers ausgebildet. Die Inhalte können nicht nur für die ehrenamtlichen Beratungen am Sorgentelefon, sondern auch für den beruflichen Kontext genutzt werden. Der Kurs schließt mit einem Zertifikat ab. Weitere Informationen zum Lehrgang erhalten Sie bei der Info-Veranstaltung am 09.09.2025. Die einzelnen Veranstaltungen finden 14-tägig mittwochs von 18:00 Uhr bis 21:00 Uhr und an einigen Wochenenden statt. Der Starttermin des Lehrgangs sowie die weiteren Termine erfolgen in Absprache mit den angemeldeten Personen.

Außerdem gibt es in diesem Semester im Bereich „Kommunikation“ Vorträge zu den Themen Rhetorik für Frauen sowie zur Wirkung von Sprache und Sprachkultur.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Infoveranstaltung Gesprächsführung am Telefon – Ausbildung für das Sorgentelefon des Kreises Steinfurt e.V.

- Kurs-Nr. 13301
Sorgentelefon des Kreises Steinfurt e.V.
Di., 09.09.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

Gesprächsführung am Telefon

Ausbildung für das Sorgentelefon des Kreises Steinfurt e.V.

- Kurs-Nr. 13304
Karin Wömmel
Fr., ab 19.09.2025, 18:00 – 21:00 Uhr,
10 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 270,00 EUR

Wörter, Wirkung, Wirklichkeit

- Kurs-Nr. 13305
Cordula Engels
Di., 23.09.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 12,00 EUR

Lass´ uns miteinander reden

- Kurs-Nr. 13310
Cordula Engels
Mo., 17.11.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 12,00 EUR

Rhetorik für Frauen – Jetzt rede ich

- Kurs-Nr. 13315
- Sabine Schardelmann
- Fr., 05.12.2025, 17:00 – 21:45 Uhr**
- Sa., 06.12.2025, 10:00 – 18:00 Uhr**
- Volkshochschule Ibbenbüren,
- Oststraße 28, Ibbenbüren
- Gebühr: 90,00 EUR

PSYCHOLOGIE

In einer immer komplexer werdenden Welt, in der Herausforderungen und Lösungen vielschichtiger Natur sind, werden wir ständig Druck, Stress, hoher Arbeitsbelastung und anstrengenden Sozialkontakten ausgesetzt. Das löst oft negative Emotionen aus und führt zu Anspannungen. Die vhs Ibbenbüren bietet in diesem Semester mehrere Vorträge an, um z.B. unser Alltagsdenken zu durchleuchten oder mit Stresssituationen besser umgehen zu können.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Mental Load – Der unsichtbare Stress

- Kurs-Nr. 13510
- Philipp Romahn
- Di., 07.10.2025, 19:30 – 21:00 Uhr**
- Volkshochschule Ibbenbüren,
- Oststraße 28, Ibbenbüren
- Gebühr: 12,00 EUR

Tägliches Denken – Alltagsdenken

- Kurs-Nr. 13512
- Stefan Knabe
- Di., 21.10.2025, 19:00 – 21:00 Uhr**
- Volkshochschule Ibbenbüren,
- Oststraße 28, Ibbenbüren
- Gebühr: 12,00 EUR

Jetzt aber wirklich! Motivationspsychologie für Alltag und Beruf

- Kurs-Nr. 13515
- Philipp Romahn
- Di., 18.11.2025, 19:30 – 21:00 Uhr**
- Volkshochschule Ibbenbüren,
- Oststraße 28, Ibbenbüren
- Gebühr: 12,00 EUR

Sprichst Du mit Dir selbst?

- Kurs-Nr. 13520
- Stefan Knabe
- Di., 25.11.2025, 19:00 – 21:00 Uhr**
- Volkshochschule Ibbenbüren,
- Oststraße 28, Ibbenbüren
- Gebühr: 12,00 EUR

NATUR UND UMWELT

In diesem Vortrag gibt es viele tolle Infos darüber, wie ein Naturgarten richtig angelegt wird, um Insekten-schwund sowie Artensterben zu verhindern.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Der Naturgarten – Ein Gewinn für Alle

- Kurs-Nr. 13809
- Jürgen Schneiders
- Di., 30.09.2025, 19:30 – 21:30 Uhr**
- Volkshochschule Ibbenbüren,
- Oststraße 28, Ibbenbüren
- Gebühr: 12,00 EUR

**Besuchen Sie die
VHS Ibbenbüren auf Facebook!**



www.facebook.com/vhsibbenbueren

Integration und Sprachen



Programmbereichsleitungen:

Mareike Engel
 Telefon 05451 931-4310
 mareike.engel@ibbenbueren.de

Dr. Mingyue Gu
 Telefon 05451 931-4313
 mingyue.gu@ibbenbueren.de

BERATUNG FÜR INTEGRATIONS- UND SPRACHKURSE

Die vhs Ibbenbüren ist zugelassener Träger für Integrationskurse, die vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) gefördert werden. Ein Integrationskurs besteht aus einem Sprachkurs mit 600, unter bestimmten Bedingungen 900 oder 1200 Unterrichtsstunden (Integrationskurs mit Alphabetisierung) und teilt sich in einen Basis- und Aufbaukurs sowie einen 100-stündigen Orientierungskurs auf.

Der Sprachkurs schließt mit der Prüfung „Deutsch-Test für Zuwanderer“ (DTZ) ab. Hier kann sowohl das Zertifikat A2 als auch B1 erworben werden.

Der Orientierungskurs mit den Schwerpunkten Rechtsordnung, Geschichte, Politik und Kultur endet mit dem Test „Leben in Deutschland“.

Teilnehmende mit einer Teilnahmeberechtigung von der Ausländerbehörde oder dem BAMF zahlen 229,00 EUR pro Modul (zzgl. Material). Teilnehmende ohne Berechtigungsschein zahlen 458,00 EUR pro Modul (zzgl. Material). Bei Bezug von Arbeitslosengeld II oder Wohngeld kann ein Antrag auf Kostenbefreiung gestellt werden.

INTEGRATIONSKURSE

Basissprachkurs			
	Modul 1	Modul 2	Modul 3
Niveau	A1/1	A1/2	A2/1
Stunden	100	100	100
Aufbaukurs			
	Modul 4	Modul 5	Modul 6
Niveau	A2/2	B1/1	Ziel B1 (Prüfung DTZ)
Stunden	100	100	100
Orientierungskurs			
Niveau	Abschlusstest „Leben in Deutschland“		
Stunden	100		

BERATUNGS- BZW. ANTRAGSZEITEN FÜR INTEGRATIONSKURSE

Dienstag: 09:00 – 11:00 Uhr | Donnerstag: 14:00 – 16:00 Uhr

Mitzubringen sind:

- Gültiges Ausweisdokument (Ankunftsnachweis, Aufenthaltsgestattung oder Aufenthaltstitel)
- „Berechtigungsschein für einen Integrationskurs“ vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) oder vom Jobcenter
- „Verpflichtung zur Teilnahme an einem Integrationskurs“ von der Ausländerbehörde
- Nachweis über den Erhalt von Sozialleistungen (SGB II, Wohngeld)

SERVICE AND INFORMATION ABOUT VISITING “INTEGRATIONSKURSE”

Tuesday: 09:00 – 11:00 a.m. | Thursday: 02:00 – 04:00 p.m.

Bring with you:

- Valid document (Ankunftsnachweis, Aufenthaltsgestattung oder Aufenthaltstitel)
- Document stating that you can visit an Integrationskurs: „Berechtigungsschein für einen Integrationskurs“ from the Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) or Jobcenter
- Document stating that you commit yourself to attending an Integrationskurs: Verpflichtung zur Teilnahme an einem Integrationskurs von der Ausländerbehörde
- Document stating that you get social services: SGB-II Leistungen, housing benefit

Sprachen lernen an der vhs Ibbenbüren

Fremdsprachenunterricht sowie Deutsch als Fremdsprache

Die Sprachkurse an der vhs Ibbenbüren richten sich nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER), der die Niveaustufen von A (elementare Sprachverwendung) über B (selbstständige Sprachverwendung) bis hin zu C (kompetente Sprachverwendung) umfasst. Auf jeder Stufe wird Sprachkompetenz in Teilqualifikationen untergliedert: Leseverstehen, Hörverstehen, Sprechen/mündliche Interaktion und Schreiben/schriftliche Interaktion.

Eine erste allgemeine Selbsteinschätzung zu allen Sprachen ist unter www.vhseinstufungstest.de möglich. Sprachspezifische Tests können unter www.klett-sprachen.de/einstufungstest durchgeführt werden.

Gerne beraten wir Sie auch telefonisch oder persönlich zur richtigen Sprachkurswahl:

Telefonische Beratungszeiten unter Montag, 18.08.2025: 13:00 bis 15:00 Uhr
05451 931-4313 und 05451 931-4310 Donnerstag, 03.09.2025: 09:00 bis 11:00 Uhr

Persönliche Beratungszeiten nach telefonischer Vereinbarung unter 05451 931-4313 oder 05451 931-4310.

Die Kompetenzstufen des GER

Elementare Sprachverwendung

Stufe A1

Sie können vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen und Fragen hierzu beantworten. Sie können sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen. Sie können einfache Standardformulare, z.B. im Hotel, ausfüllen.

Stufe A2

Sie können einfache Alltagsgespräche führen. Sie können sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen unkomplizierten, direkten Austausch von Informationen geht. Sie können mit einfachen Mitteln Personen, Orte, Dinge, ihre eigene Ausbildung und ihre Interessen beschreiben. Sie können kurze Notizen und Mitteilungen erfassen.

Selbstständige Sprachverwendung

Stufe B1

Sie können die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus der Arbeit, Schule, Freizeit, usw. geht. Sie können die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Sie können sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessensgebiete äußern. Sie können über Erfahrungen und Ereignisse berichten, Träume, Hoffnungen, Ziele beschreiben und zu Plänen und Absichten kurze Begründungen oder Erklärungen geben. Sie können persönliche und formelle Briefe verfassen.

Stufe B2

Sie können die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen; verstehen im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen. Sie können sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit einem Muttersprachler ohne Belastung für beide Gesprächspartner möglich ist. Sie können sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert ausdrücken, einen Standpunkt zu einem Problem erklären und die Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben. Sie können detaillierte Texte, z.B. Aufsätze oder Berichte, schreiben.

Kompetente Sprachverwendung

Stufe C1

Sie können Unterhaltungen, Radio- und Fernsehsendungen relativ mühelos verstehen und sich fließend ausdrücken. Sie können komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen. Sie können sich klar und gut strukturiert ausdrücken und zu komplexen Sachverhalten schreiben.

Stufe C2

Sie können alles, was Sie lesen oder hören, mühelos verstehen. Sie können sich an allen Gesprächen und Diskussionen sicher und angemessen beteiligen. Sie können jede Art geschriebener Texte mühelos lesen. Sie können sich spontan, sehr fließend und differenziert ausdrücken.

EINBÜRGERUNGSTEST

Zur Einbürgerung müssen deutsche Sprachkenntnisse auf dem Niveau B1 sowie ein Einbürgerungstest nachgewiesen werden. Beim Test sind 17 von 33 Fragen aus Gesellschaft, Politik, Geschichte und Kultur richtig zu beantworten. Die Volkshochschule führt den Test im Auftrag des BAMF durch. Nähere Informationen zu rechtlichen Fragen hinsichtlich der Einbürgerung erteilt die Ausländerbehörde des Kreises Steinfurt.

Bitte beachten Sie, dass Sie Ihr Ergebnis vom BAMF frühestens nach drei Monaten erhalten, und planen Sie dies zeitlich ein.

Es ist eine persönliche Anmeldung erforderlich.

Die Gebühr von 25,00 EUR muss bei der Anmeldung mit EC-Karte gezahlt werden.

Einbürgerungstest

- Kurs-Nr. 15103
Mareike Engel
Do., 28.08.2025, 17:00 – 18:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 25,00 EUR

Einbürgerungstest

- Kurs-Nr. 15108
Mareike Engel
Do., 11.12.2025, 17:00 – 18:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 25,00 EUR

DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE

Das Erlernen der deutschen Sprache ist ein Grundbaustein für die erfolgreiche Integration. Im Privatleben ebenso wie im Beruf werden nahezu alle Situationen einfacher, wenn man sich in der Landessprache verständigen kann. Beim Erlernen einer jeden Sprache zeigt sich immer wieder, dass es in der Gruppe mit qualifizierten Dozierenden viel effektiver ist und vor allem deutlich mehr Spaß macht als alleine. Deshalb gibt es an der vhs Ibbenbüren für alle Personen ohne Sprach Erfahrung oder mit guten Kenntnissen die Möglichkeit, die deutsche Sprache zu lernen bzw. zu festigen.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Deutsch als Fremdsprache A1 – für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen

- Kurs-Nr. 15109
Mohamed Tamer
Mo. / Fr., 22.09.2025 – 19.12.2025, 16:00 – 17:30 Uhr
21 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 139,50 EUR

ENGLISCH

Die englische Sprache ist überall und immer präsent. Zum einen findet etwa im Urlaub in Großbritannien oder den USA sowie auf internationalen Flughäfen die Verständigung zu einem großen Teil auf Englisch statt. Zum anderen begegnet die englische Sprache uns Zuhause im Alltag, wenn beispielsweise Plakate mit englischen Slogans werben, (Enkel-)Kinder Hilfe bei den Hausaufgaben im Fach Englisch benötigen, ein neuer Film nur in englischer Originalfassung bei den Streaming-Anbietern verfügbar ist oder die Geschäftspartnerin am Telefon ausschließlich Englisch spricht. Für alle, die deshalb ihre Kenntnisse der englischen Sprache ausbauen möchten, ist die vhs Ibbenbüren die richtige Anlaufstelle. Es werden Kurse auf diversen Niveaus, für unterschiedliche Altersgruppen und mit verschiedenen Schwerpunkten angeboten.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Englisch A1 – für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

- Kurs-Nr. 15203
Janika Barlag
Di., ab 16.09.2025, 20:00 – 21:30 Uhr
15 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 99,50 EUR

Englisch 55+ – A1 – für Teilnehmende ohne oder mit leichten Vorkenntnissen

- Kurs-Nr. 15205
Janika Barlag
Di., ab 16.09.2025, 18:15 – 19:45 Uhr
15 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 99,50 EUR

Weiterführung Englisch A1 für Teilnehmende mit Vorkenntnissen – Fortgeschrittene

- Kurs-Nr. 15208
Gabriele Polok
Di., ab 07.10.2025, 18:30 – 20:00 Uhr
13 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 86,50 EUR

Englisch 55+ – A2 – für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen

- Kurs-Nr. 15210
Reimund Hermes
Do., ab 18.09.2025, 10:40 – 12:10 Uhr
12 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 80,00 EUR

Englisch B1 – für Fortgeschrittene

- Kurs-Nr. 15212
Reimund Hermes
Di., ab 16.09.2025, 09:00 – 10:30 Uhr
12 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 80,00 EUR

Englisch B1 – Konversation

- Kurs-Nr. 15220
Marielies Saatkamp
Mi., ab 17.09.2025, 09:00 – 10:30 Uhr
12 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 80,00 EUR

Englisch B1 – Konversation

- Kurs-Nr. 15222
Reimund Hermes
Do., ab 18.09.2025, 09:00 – 10:30 Uhr
12 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 80,00 EUR

SPANISCH

Weltweit zählt Spanisch zu den meistgesprochenen Sprachen. Zutritt zur Gruppe der aktiv Spanischsprechenden kann man auch dann erhalten, wenn man diese Sprache nicht von Kindesbeinen an gelernt hat. Sowohl Interessierte mit leichten Vorkenntnissen als auch fortgeschrittene Lernende können an der vhs Ibbenbüren einen passenden Kurs finden, da sich Kurse vom Niveau A1 bis B1 im Programm finden. Unter der Anleitung erfahrener Dozierender werden in den meisten Kursen neben Sprechen und Hören auch Lesen und Schreiben geübt. Daneben wird ein Online-Konversationskurs angeboten, in dem die mündliche Kommunikation im Mittelpunkt steht. Alle Veranstaltungen vermitteln außerdem Wissenswertes über die Kultur der spanischsprachigen Länder.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Spanisch A1 – für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

- Kurs-Nr. 15400
Angélica Gahre-Feldmeier
Do., ab 18.09.2025, 10:00 – 11:30 Uhr
12 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 80,00 EUR

Spanisch A1 – für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen

- Kurs-Nr. 15402
Angélica Gahre-Feldmeier
Mo., ab 15.09.2025, 19:40 – 21:10 Uhr
12 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 80,00 EUR

Spanisch A2 – für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen

- Kurs-Nr. 15404
Angélica Gahre-Feldmeier
Mo., ab 15.09.2025, 18:00 – 19:30 Uhr
12 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 80,00 EUR

Spanisch A2 – für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen

- Kurs-Nr. 15406
Angélica Gahre-Feldmeier
Mi., ab 17.09.2025, 19:40 – 21:10 Uhr
11 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 73,50 EUR

Spanisch B1 – für Fortgeschrittene

- Kurs-Nr. 15410
Angélica Gahre-Feldmeier
Do., ab 25.09.2025, 18:30 – 20:00 Uhr
11 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 73,50 EUR

Spanisch B1 – für Fortgeschrittene

- Kurs-Nr. 15412
Angélica Gahre-Feldmeier
Mi., ab 17.09.2025, 18:00 – 19:30 Uhr
12 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 80,00 EUR

FRANZÖSISCH

Die Teilnahme an Angeboten des France Treff e.V. in Ibbenbüren, der Kontakt zu französischsprachigen Ansprechpartner*innen am Arbeitsplatz, ein Urlaub in Frankreich – die Beschäftigung mit der französischen Sprache und Kultur bringt für nah und fern viele Vorteile mit sich. Wer diese Vorteile kennenlernen und nutzen möchte, findet an der vhs Ibbenbüren eine bunt gefächerte Programmpalette: Die Gemeinsamkeit aller Kurse liegt in der Vermittlung von Wissenswerten über die französische Kultur und Lebensart. Unterschiede bestehen in den Niveaustufen sowie den Tageszeiten der Veranstaltungen. Zudem wird neben Präsenzkursen auch ein Online-Kurs angeboten und ein Konversationskurs ergänzt die Palette.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Französisch B1/B2 – Konversation am Vormittag

- Kurs-Nr. 15500
Patrice Oliva
Mi., ab 17.09.2025, 10:00 – 11:30 Uhr
12 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 80,00 EUR

Französisch A1 – für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen

- Kurs-Nr. 15504
Patrice Oliva
Mo., ab 15.09.2025, 17:00 – 18:30 Uhr
12 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 80,00 EUR

Französisch – A1 – 55+ für Teilnehmende (ohne / mit leichten Vorkenntnissen)

- Kurs-Nr. 15506
Patrice Oliva
Mi., ab 17.09.2025, 11:45 – 13:15 Uhr
12 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 80,00 EUR

Französisch A2 – für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen

- Kurs-Nr. 15512
Patrice Oliva
Mo., ab 15.09.2025, 18:45 – 20:15 Uhr
12 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 80,00 EUR

Französisch B1 – für Fortgeschrittene

- Kurs-Nr. 15520
Patrice Oliva
Do., ab 18.09.2025, 18:00 – 19:30 Uhr
12 Termine
Online
Gebühr: 80,00 EUR



ITALIENISCH

Italienischkurse sind ein fester Bestandteil im Angebot der vhs Ibbenbüren. Der Tatsache, dass jedes Semester viele Menschen Italienisch lernen oder ihre bereits vorhandenen Italienischkenntnisse vertiefen und festigen möchten, wird durch viele verschiedene Kursangebote Rechnung getragen. Das Spektrum reicht dabei von Kursen für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse bis hin zu Kursen, die sich an Teilnehmende mit dem Niveau B1 richten. In sämtlichen Kursen werden alle sprachlichen Teilqualifikationen geübt. Und wer die neu erworbenen Kenntnisse direkt praxisnah testen möchte, kann sich von den Tipps zu den schönsten italienischen Regionen und Besonderheiten inspirieren lassen, die in den Unterricht einfließen.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Italienisch A1 – für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

- Kurs-Nr. 15600
Tiziana Fossanova-Niermann
Di., ab 28.10.2025, 17:30 – 19:00 Uhr
11 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 73,50 EUR

Italienisch A1 – für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse – Schnupperkurs

- Kurs-Nr. 15602
Tiziana Fossanova-Niermann
Do., ab 08.01.2026, 15:50 – 17:20 Uhr
4 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 27,00 EUR

Italienisch Grundstufe A1 – für Teilnehmende mit grundlegenden Vorkenntnissen

- Kurs-Nr. 15604
Tiziana Fossanova-Niermann
Fr., ab 19.09.2025, 10:30 – 12:00 Uhr
14 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 93,00 EUR

Italienisch A1/A2

- Kurs-Nr. 15606
Tiziana Fossanova-Niermann
Do., ab 18.09.2025, 17:30 – 19:00 Uhr
15 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 99,50 EUR

Italienisch Konversation A2 – für Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen

- Kurs-Nr. 15608
Tiziana Fossanova-Niermann
Mo., ab 15.09.2025, 18:00 – 19:30 Uhr
14 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 93,00 EUR

Italienisch A2 – für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen

- Kurs-Nr. 15610
Tiziana Fossanova-Niermann
Mi., ab 17.09.2025, 18:40 – 20:10 Uhr
15 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 99,50 EUR

Italienisch B1 – für Fortgeschrittene

- Kurs-Nr. 15612
Tiziana Fossanova-Niermann
Do., ab 18.09.2025, 15:50 – 17:20 Uhr
11 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 73,50 EUR

Berufliche Weiterbildung, digitale Medien und EDV



Programmbereichsleitung:
Kai Albrecht

Telefon 05451 931-4311
kai.albrecht@ibbenbueren.de

PÄDAGOGIK

In der Infoveranstaltung informieren wir Sie unverbindlich über die Themen/Inhalte und Rahmenbedingungen des Kurses „Pädagogische Betreuungsfachkraft / Bereich Offene Ganztagsschule“ an der vhs Ibbenbüren. Der Kurs richtet sich an Interessierte, die bereits im Offenen Ganztage arbeiten oder dieses anstreben.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Infoveranstaltung Päd. Betreuungsfachkraft/ Bereich Offene Ganztagsschule

- Kurs-Nr. 16000
- Karin Beyreuther
- Do., 25.09.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
- Volkshochschule Ibbenbüren,
- Oststraße 28, Ibbenbüren
- Gebühr: entgeltfrei

Pädagogische Betreuungsfachkraft/ Bereich Offene Ganztagsschule

- Kurs-Nr. 16001
- Dozierendenteam
- Do., ab 02.10.2025, 08:00 – 11:00 Uhr
- 33 Termine
- Ehemalige Bergbauberufsschule
- Alpenstraße 142, Ibbenbüren
- Gebühr: 680,00 EUR

STEUERN

In diesen Veranstaltungen werden die Grundlagen, die man als Unternehmensgründer*in im steuerlichen Bereich kennen sollte und die des Buchhaltungstools LexOffice vermittelt.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Steuer ABC für Neugründer*innen

- Kurs-Nr. 16102
- Sabine Berkelmann
- Do., 06.11.2025, 17:45 – 21:00 Uhr
- Volkshochschule Ibbenbüren,
- Oststraße 28, Ibbenbüren
- Gebühr: 22,50 EUR

Buchhaltung mit LexOffice leicht gemacht

- Kurs-Nr. 16104
- Sabine Berkelmann
- Do., 04.12.2025, 17:45 – 21:00 Uhr
- Ehemalige Bergbauberufsschule
- Alpenstraße 142, Ibbenbüren
- Gebühr: 22,50 EUR

BERUFLICHE KOMMUNIKATION

In unseren Kursen lernen Sie Techniken um Konflikte zu erkennen und zu lösen sowie eleganten Small Talk z.B. bei Geschäftstreffen zu halten.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Small Talk - Was sage ich jetzt bloß?

- Kurs-Nr. 16304
Sabine Schardelmann
Di., ab 28.10.2025, 18:00 - 21:15 Uhr
4 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 90,00 EUR

Gekonnt kontern - Schlagfertig antworten

- Kurs-Nr. 16306
Sabine Schardelmann
Fr., ab 23.01.2026, 17:00 - 21:45 Uhr,
2 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 90,00 EUR

CONTENT MARKETING

Dieser vhs-Digitalkurs beinhaltet eine zielgerichtete Einführung in die Prinzipien eines professionellen digitalen Content-Marketings am Beispiel einer Landingpage.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Strategisches Content-Marketing im Web

Landingpages, SEO und künstliche Intelligenz

- Kurs-Nr. 16702
Dozierendenteam
Mi., 15.10.2025, 18:30 - 21:30 Uhr
Online
Gebühr: 38,00 EUR



BÜROMANAGEMENT

Diese vhs-Digitalkurse beinhalten eine zielgerichtete Einführung in die professionelle Nutzung künstlicher Intelligenz (KI) im Büromanagements und bieten einen umfassenden Einblick in eine professionelle Unternehmenskommunikation mit MS Outlook.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Künstliche Intelligenz im Büromanagement Produktivere Prozesse u. Arbeitsabläufe

- Kurs-Nr. 16803
Dozierendenteam
Do., 20.11.2025, 10:30 - 12:00 Uhr
Online
Gebühr: 19,00 EUR



MS Outlook - Full Power Workflows

Strategien zur Steigerung der Arbeitsproduktivität

- Kurs-Nr. 16805
Dozierendenteam
Di., 16.12.2025, 18:30 - 21:30 Uhr
Online
Gebühr: 38,00 EUR



EDV-KURSE

Computer sind aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken: Tagsüber wird an und mit ihnen gearbeitet, abends sind sie Teil der Freizeitgestaltung. Dass sie uns dabei viele Arbeitsschritte erleichtern und zu unserer Unterhaltung beitragen, ist nicht zu leugnen. Der sichere Umgang mit Computern und ihren Programmen ist daher im Arbeits- ebenso wie im Privatleben von großem Nutzen.

Die Tabellenkalkulation „EXCEL“ bildet einen elementaren Bestandteil des Microsoft-Office-Paketes. Der professionelle und effektive Umgang wird in dem Kurs „MS-Excel - Formeln, Funktionen, Diagramme“ vermittelt.

Der Einstiegskurs ist für Anfänger*innen, die mit der Bedienung eines Computers/Laptops vertraut werden möchten und ein gemäßigtes Tempo mit Wiederholungen bevorzugen.

Der Word-Kurs richtet sich an alle, die WORD, beruflich wie privat oder für den Verein, einsetzen wollen. Es werden in kompakter Form die wesentlichen Elemente vermittelt.

Durch das Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz haben Arbeitnehmende und Angestellte Anspruch auf Bildungsurlaub. Dieser Anspruch umfasst fünf Arbeitstage im Kalenderjahr. In diesem Bildungsurlaub werden grundlegende, praxisorientierte und berufsbezogene Inhalte aus Microsoft Word, Excel, PowerPoint und Outlook behandelt.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Microsoft-Excel – effektiv und effizient im Beruf nutzen

- Kurs-Nr. 17001
- Ronald Schmidt
- Mo. - Do., 22.09.2025 - 25.09.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
- 4 Termine
- Ehemalige Bergbauberufsschule
- Alpenstraße 142, Ibbenbüren
- Gebühr: 90,00 EUR

Neugierig auf den PC, aber unsicher im Umgang?

- Kurs-Nr. 17002
- Ronald Schmidt
- Sa., 11.10.2025, 09:00 - 15:30 Uhr
- Ehemalige Bergbauberufsschule
- Alpenstraße 142, Ibbenbüren
- Gebühr: 45,00 EUR

Sicherer Umgang mit MS-Word im Arbeitsalltag

- Kurs-Nr. 17003
- Ronald Schmidt
- Mo. - Do., 24.11.2025 - 27.11.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
- 4 Termine
- Ehemalige Bergbauberufsschule
- Alpenstraße 142, Ibbenbüren
- Gebühr: 90,00 EUR

Microsoft-Office Grundlagen – Kompaktlehrgang (Bildungsurlaub)

- Kurs-Nr. 17004
- Manfred Schnippe
- Mo. - Fr., 15.12.2025 - 19.12.2025, 08:00 - 12:45 Uhr
- 5 Termine
- Ehemalige Bergbauberufsschule
- Alpenstraße 142, Ibbenbüren
- Gebühr: 178,00 EUR

MOBILE ENDGERÄTE

Smartphones und Tablets sind allgegenwärtig und nicht mehr wegzudenken - und doch ist ihre Bedienung nicht immer selbsterklärend.

Deshalb bietet die vhs Ibbenbüren Veranstaltungen an, die sich an alle richtet, die wenig oder gar keine Erfahrungen mit dem Smartphone und dem Android-Betriebssystem haben. Das Android-Smartphone (aufgeladen, ggfs. mit Netzteil) muss mitgebracht werden.

Apple-Geräte unterscheiden sich nicht nur durch das markante Firmenlogo von anderen Smartphones. Ein Einführungskurs bietet einen guten Einstieg in die Bedienung und den Umgang mit Apples mobilem Betriebssystem iOS sowohl für den beruflichen Einsatz als auch für die private Nutzung.

Weitergehende Kenntnisse und praktische Tipps für die Nutzung von Apple-Geräten auch für den Einsatz im Berufsleben sind Inhalt des Weiterbildungskurses. In dieser Weiterbildung werden relevante Einstellungen und Apps aufgezeigt sowie praktisch trainiert.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Smartphone Android Anwendungen für Anfänger*innen

- Kurs-Nr. 17301
- Manfred Schnippe
- Sa., 06.12.2025, 09:00 - 15:30 Uhr
- Ehemalige Bergbauberufsschule
- Alpenstraße 142, Ibbenbüren
- Gebühr: 53,50 EUR (inkl. 19 % MwSt.)

iPhone und iPad - Grundkurs

- Kurs-Nr. 17303
- Manfred Schnippe
- Sa., 13.12.2025, 09:00 - 15:30 Uhr
- Volkshochschule Ibbenbüren,
- Oststraße 28, Ibbenbüren
- Gebühr: 45,00 EUR

iPhone und iPad - Weiterbildung

- Kurs-Nr. 17305
- Manfred Schnippe
- Sa., 20.12.2025, 09:00 - 15:30 Uhr
- Ehemalige Bergbauberufsschule
- Alpenstraße 142, Ibbenbüren
- Gebühr: 45,00 EUR

SOCIAL MEDIA

Social Media hat in den letzten Jahren eine immer größere Bedeutung in der Welt der Kommunikation und des Marketings gewonnen. Lernen Sie wie die Sozialen-Plattformen gewinnbringend genutzt werden können.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Social Media für Vereine (und kleine Firmen)

- Kurs-Nr. 17503
Helena Tenambergen
Mi., 21.01.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 22,50 EUR

DIGITALE BILDBEARBEITUNG

Es gibt viele Ereignisse und eine Fülle interessanter Motive, die es verdienen, fotografisch festgehalten zu werden - dazu existieren zahlreiche Möglichkeiten. Ein individuell gestaltetes Fotobuch mit der CEWE-Software setzt diese Erinnerungen und besondere Motive gekonnt in Szene.

Mit dem kostenlosen Open-Source-Bildeditor GIMP lassen sich Fotos effektiv bearbeiten und optimieren. In Kursen an der vhs Ibbenbüren können beide Programme kennengelernt, ausprobiert und angewendet werden.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Unvergessliche Augenblicke - Ein persönliches Fotobuch gestalten

- Kurs-Nr. 17603
Jutta Dieckmann
Sa., 01.11.2025, 10:00 - 15:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 31,50 EUR (inkl. 19 % MwSt.)

Ein Fotobuch gestalten – Kreativtipps für Fortgeschrittene

- Kurs-Nr. 17605
Jutta Dieckmann
Sa., 15.11.2025, 10:00 - 14:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 26,50 EUR (inkl. 19 % MwSt.)

Einführung in die kostenlose Bildbearbeitungssoftware GIMP

- Kurs-Nr. 17607
Werner Moritz
Mo., ab 29.09.2025, 18:30 - 21:30 Uhr
2 Termine
Ehemalige Bergbauberufsschule
Alpenstraße 142, Ibbenbüren
Gebühr: 35,50 EUR

Vertiefung in die kostenlose Bildbearbeitungssoftware GIMP

- Kurs-Nr. 17609
Werner Moritz
Mo., ab 06.10.2025, 18:30 - 21:30 Uhr
2 Termine
Ehemalige Bergbauberufsschule
Alpenstraße 142, Ibbenbüren
Gebühr: 35,50 EUR

Kultur und Kreativität



Programmbereichsleitung:
Kai Albrecht

Telefon 05451 931-4311
kai.albrecht@ibbenbueren.de

KREATIVES SCHREIBEN

Schreiben ist ein kreativer Prozess mit vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten, von denen mehrere an der vhs Ibbenbüren kennengelernt werden können.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Kreatives Schreiben für Anfänger*innen

- Kurs-Nr. 19203
Melanie Jungk
Sa., 25.10.2025, 10:00 – 14:45 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 28,50 EUR (inkl. 19 % MwSt.)

Kreatives Schreiben für Anfänger*innen – Teil II

- Kurs-Nr. 19205
Melanie Jungk
Sa., 17.01.2026, 10:00 – 14:45 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 28,50 EUR (inkl. 19 % MwSt.)

ZEICHNEN

Ob digital oder klassisch analog, wir bieten spannende und bereichernde Zeichen- und Malkurse an.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Digitales Zeichnen auf dem iPad – Procreate für Alltag und Beruf

- Kurs-Nr. 19301
Anna Breitkopf-Siepmann
Sa., 20.09.2025, 10:00 – 16:00 Uhr
Ehemalige Bergbauberufsschule
Alpenstraße 142, Ibbenbüren
Gebühr: 45,00 EUR

Zeichnen und Malen für Anfänger*innen

- Kurs-Nr. 19302
Saskia Zierenberg
Mi., ab 05.11.2025, 18:00 – 19:30 Uhr
6 Termine
Ehemalige Bergbauberufsschule
Alpenstraße 142, Ibbenbüren
Gebühr: 60,00 EUR (inkl. 19 % MwSt.)

Meeresmotive in Aquarell

- Kurs-Nr. 19304
Anna Breitkopf-Siepmann
Sa., 08.11.2025, 10:00 – 15:00 Uhr
Ehemalige Bergbauberufsschule
Alpenstraße 142, Ibbenbüren
Gebühr: 33,50 EUR (inkl. 19 % MwSt.)

Weihnachtliche Aquarelle

- Kurs-Nr. 19309
Anna Breitkopf-Siepmann
Sa., 22.11.2025, 10:00 – 15:00 Uhr
Ehemalige Bergbauberufsschule
Alpenstraße 142, Ibbenbüren
Gebühr: 33,50 EUR (inkl. 19 % MwSt.)

Kunsttherapie zum Kennenlernen

- Kurs-Nr. 19311
Simone Seifert
Sa., 29.11.2025, 13:00 – 18:00 Uhr
Ehemalige Bergbauberufsschule
Alpenstraße 142, Ibbenbüren
Gebühr: 55,00 EUR

KERAMIK

Im Umgang mit Keramik sind nahezu keine Grenzen gesetzt, sobald die Grundlagentechniken beherrscht werden. Die „Offene Keramikwerkstatt“ ist eine Arbeitsgemeinschaft für fortgeschrittene Keramiker*innen, die mit verschiedenen Gestaltungstechniken experimentieren. Der Kurs ist für Anfänger*innen nicht geeignet.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Offene Keramikwerkstatt

- Kurs-Nr. 19401
Anke Gölzer
Mo., ab 15.09.2025, 16:00 – 19:00 Uhr
14 Termine
Dorfgemeinschaftshaus Dickenberg,
Heitkampweg 16, Ibbenbüren
Gebühr: 111,50 EUR (inkl. 19 % MwSt.)

SCHMUCK

In diesem Kurs gestalten Sie ihre individuellen Silberschmuckunikate aus 999-Feinsilbermodelliermasse in Kombination mit Elementen aus 925 -Sterlingsilber. Eine wunderschöne Möglichkeit für persönliche und handgefertigte Geschenke.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Silberschmuck Kurs

- Kurs-Nr. 19601
Yvonne Köhne
Sa., ab 11.10.2025, 10:00 – 13:00 Uhr
2 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 40,00 EUR
(inkl. 19 % MwSt., zzgl. Materialkosten)

VORTRÄGE/LESUNGEN

Tauchen Sie bei unseren Lesungen in die faszinierende und spannende Geschichten Japans ein oder gewinnen Sie überraschende Einblicke und bildstarke Impressionen aus dem Norden Frankreichs. Aber Sie können auch am Silent Reading für Bücherfreunde teilnehmen.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Faszinierende Japanreise – Ein Vortrag über Kultur, Literatur und Mythen

- Kurs-Nr. 19802
Dagmar Schnittker
Do., 09.10.2025, 19:30 - 21:30 Uhr
Stadtbücherei,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 5,00 EUR (inkl. 19 % MwSt.)

Silent – Reading für Bücherfreunde

- Kurs-Nr. 19803
Dagmar Schnittker/Bettina Kleingünther
Fr., ab 10.10.2025, 18:30 – 20:30 Uhr
4 Termine (jeden 2. Freitag im Monat)
Stadtbücherei,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

Normandie – raue Küste, sanfte Landschaften und ein Hauch Geschichte

- Kurs-Nr. 19804
Hilke Maunder
Fr., 14.11.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Saal des Kulturhauses,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 15,00 EUR (inkl. 19 % MwSt.)

KONZERTE

In seinem brandneuen Programm taucht der französische Chansonier Philippe Huguét in die Welt des Tango Nuevo ein. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem France Treff e.V. statt.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Piazzolla, Paris und wir

- Kurs-Nr. 19904
Philippe Huguét
Sa., 08.11.2025, 19:00 – 21:00 Uhr
Saal des Kulturhauses,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 25,00 EUR (inkl. 19 % MwSt.)

Gesundheit



Programmbereichsleitung:
Bettina Kleingünther

Telefon 05451 931-4301
bettina.kleinguenther@ibbenbueren.de

GESUNDHEITSBILDUNG

Veranstaltungsreihe „Starke Frauen – Gesund leben – Selbstbewusst handeln“

Eine Kooperation zwischen der Volkshochschule Ibbenbüren – Hörstel – Hopsten – Mettingen – Recke und den Gleichstellungsbeauftragten des Altkreises Tecklenburg im Kreis Steinfurt zum Thema Gesundheitsbildung.

Gesundheit erfordert ein ganzheitliches Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele. In unserer hektischen Welt, in der tägliche Anforderungen und Stress bezogen auf Beruf und Familie oft an erster Stelle stehen, ist es für jede/n besonders wichtig, Raum für sich selbst zu schaffen und auf sich und die eigene Gesundheit zu achten.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Klangraum – Zeit für Entspannung und Wohlfühl

- Kurs-Nr. 18020
Sonja Wiethölter
Mi., 01.10.2025, 17:00 - 20:00 Uhr
Ehemalige Bergbauberufsschule
Alpenstraße 142, Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

Aroma-Workshop für die Seele mit naturreinen ätherischen Ölen

- Kurs-Nr. 18025
Sonja Wiethölter
Do., 30.10.2025, 17:00 - 20:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

Der Säure-Basen-Haushalt – zentrales Element unseres Wohlbefindens

- Kurs-Nr. 28020
Katrin Wiewelhove
Do., 09.10.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
Aula im Rathaus Riesenbeck,
Sünthe-Rendel-Straße 14, Hörstel-Riesebeck
Gebühr: entgeltfrei

Selbstverteidigungskurs für Frauen

- Kurs-Nr. 28210
Irena Arends
Do., 25.09.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Gymnastikhalle „Grüne Halle“,
Im Vogelsang 15, Hörstel-Riesenbeck
Gebühr: entgeltfrei

Waldyoga im Köllbachtal

- Kurs-Nr. 48030
Heidi Schmidt
Fr., 19.09.2025, 15:00 - 16:30 Uhr
Wanderparkplatz Köllbachtal, Mettingen
Gebühr: entgeltfrei



„Starke Frauen – Gesund leben – Selbstbewusst handeln“



Die Gleichstellungsbeauftragten
im Tecklenburger Land

Die vhs Ibbenbüren – Hörstel – Hopsten – Mettingen – Recke hat zusammen mit den Gleichstellungsbeauftragten des Altkreises Tecklenburg im zweiten Halbjahr 2025 Veranstaltungen geplant, die Frauen dabei unterstützen sollen, Körper und Geist in Einklang zu bringen und gestärkt sowie selbstbewusster den Stresssituationen im Alltag zu begegnen. Die Veranstaltungen finden dabei in den Kommunen Ibbenbüren, Hörstel und Mettingen statt.

Die beabsichtigten Veranstaltungen Wald-Yoga, Aromatherapie, Entspannung mit Klangschalen, Selbstverteidigung und Vorträge zur Frauengesundheit bieten für viele Frauen neue niederschwellige Zugänge zu weiteren vhs-Angeboten.

Zielgruppen sind zum einen Frauen, die in ihrem täglichen „Hamsterrad“ zwischen Beruf und Familie wenig Möglichkeiten bekommen, sich mit anderen Frauen zu regenerieren und in den Austausch zu Gesundheitsthemen zu kommen. Zum anderen sollen durch die Veranstaltungen auch Frauen mit Flucht- bzw. Kriegserfahrungen angesprochen werden, um ihnen kleine achtsame Auszeiten aus dem von Ängsten geprägten Alltag sowie einen Zugang zu weiteren Angeboten der Volkshochschule zu bieten, die vielen von ihnen bisher nur als Sprachkursanbieter bekannt ist.

Waldyoga im Köllbachtal

■ Fr., 19.09.2025, 15:00 - 16:30 Uhr
Gebühr: entgeltfrei

Selbstverteidigungskurs für Frauen

■ Do., 25.09.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: entgeltfrei

Klangraum – Zeit für Entspannung und Wohlfühl

■ Mi., 01.10.2025, 17:00 - 20:00 Uhr
Gebühr: entgeltfrei

Der Säure-Basen-Haushalt – zentrales Element unseres Wohlbefindens

■ Do., 09.10.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
Gebühr: entgeltfrei

Aroma-Workshop für die Seele mit naturreinen ätherischen Ölen

■ Do., 30.10.2025, 17:00 - 20:00 Uhr
Gebühr: entgeltfrei

Alle Angaben zu diesen Kursen finden Sie auf Seite 36.

vhs

Volkshochschule
Ibbenbüren

Hörstel • Hopsten • Mettingen • Recke

GESUNDHEITSBILDUNG

Unser Darm – Zentrum der Gesundheit

- Kurs-Nr. 18030
Monika Feldmann
Mo., 17.11.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 14,00 EUR

Leber und Galle – Unsere Helden für ein gesundes Leben

- Kurs-Nr. 18035
Monika Feldmann
Mo., 08.12.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 14,00 EUR

YOGA

Yoga ist ein Denk- und Übungssystem, das den Menschen in all seinen Aspekten anspricht. Das Wort „Yoga“ kann mit „Einheit“, „Verbindung“ und „Harmonie“ übersetzt werden. Im Yoga-Kurs für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen werden muskelaufbauende Körperübungen (Asanas), die Atmung (Pranayama) und Tiefenentspannung (Savasana) erlernt. Bei der meditativen und sehr entspannenden Form des YinYogas geht es darum, den Geist zu beruhigen und seinen Körper wieder zu spüren.

Mitzubringen sind zu allen Kursen: eine Yoga-Matte, ein Yoga-Kissen oder ein Yoga-Block für den entspannten Sitz, eine Decke, evtl. ein kleines Kissen für den Nacken, bequeme Kleidung und Socken.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Yoga für Teilnehmende ohne und mit leichten Vorkenntnissen

- Kurs-Nr. 18110
Tanja Schmitz
Mo., ab 15.09.2025, 17:45 – 19:00 Uhr
13 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren
Oststraße 28, Ibbenbüren, Raum 11,
(Untergeschoss Nebeneingang)
Gebühr: 91,50 EUR

Restorative Yoga für Teilnehmende ohne und mit leichten Vorkenntnissen

- Kurs-Nr. 18111
Béatrice Ihuel
Mo., ab 29.09.2025, 13:00 – 14:15 Uhr
10 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren
Oststraße 28, Ibbenbüren, Raum 11,
(Untergeschoss Nebeneingang)
Gebühr: 70,50 EUR

Hatha-Yoga für Teilnehmende ohne und mit leichten Vorkenntnissen

- Kurs-Nr. 18112
Béatrice Ihuel
Mo., ab 29.09.2025, 14:30 – 15:45 Uhr
10 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren
Oststraße 28, Ibbenbüren, Raum 11,
(Untergeschoss Nebeneingang)
Gebühr: 70,50 EUR

Yin Yoga für Teilnehmende ohne und mit leichten Vorkenntnissen

- Kurs-Nr. 18120
Miriam Niemöller
Mi., ab 10.09.2025, 19:00 – 20:15 Uhr
12 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren
Oststraße 28, Ibbenbüren, Raum 11,
(Untergeschoss Nebeneingang)
Gebühr: 84,50 EUR

- Kurs-Nr. 18122
Béatrice Ihuel
Di., ab 23.09.2025, 18:30 – 19:45 Uhr
10 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren
Oststraße 28, Ibbenbüren, Raum 11,
(Untergeschoss Nebeneingang)
Gebühr: 70,50 EUR

Schnupperkurs Yin Yoga für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

- Kurs-Nr. 18125
Miriam Niemöller
Sa., 15.11.2025, 15:00 – 18:15 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Oststraße 28, Ibbenbüren, Raum 11,
(Untergeschoss Nebeneingang)
Gebühr: 17,00 EUR

- Kurs-Nr. 18126
Miriam Niemöller
Fr., 09.01.2026, 18:00 – 21:15 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren
Oststraße 28, Ibbenbüren, Raum 11,
(Untergeschoss Nebeneingang)
Gebühr: 17,00 EUR

TAI CHI

Tai Chi ist ein jahrhundertealtes, chinesisches, meditatives Bewegungssystem mit gesundheits- und bewegungsfördernden Aspekten. Die langsamen, runden und fließenden Bewegungen sind für alle Menschen geeignet. Mit chinesischen Bewegungs- und Konzentrationsformen werden der Bewegungsapparat, die neurologischen Systeme, die Atmung, die Vorstellungskraft, das Erinnerungsvermögen und das Bewusstsein trainiert. Mit der dadurch erlangten Ausgeglichenheit kann vielen Arbeits- und Lebenssituationen gelassener begegnet werden.

Mitzubringen sind zu allen Kursen: bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe oder rutschfeste Socken.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

TAI CHI - Grundkurs für Anfängerinnen und Anfänger

- Kurs-Nr. 18130
Uwe Schleuter
Mi., ab 17.09.2025, 18:30 – 20:00 Uhr
16 Termine
Janusz-Korczak-Schule
Laggenbecker Straße 75, Gymnastikhalle
Gebühr: 134,50 EUR

TAI CHI - Aufbaukurs für Fortgeschrittene

- Kurs-Nr. 18132
Uwe Schleuter
Mi., ab 17.09.2025, 20:00 – 21:30 Uhr
16 Termine
Janusz-Korczak-Schule
Laggenbecker Straße 75, Gymnastikhalle
Gebühr: 134,50 EUR

QI GONG

Qi Gong ist ein chinesisches Bewegungs-, Konzentrations- und Meditationssystem sowie ein fester Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Es stärkt das Immunsystem, fördert Beweglichkeit sowie Konzentration und bringt Entspannung ebenso wie innere Ruhe. Die Übungen sind leicht nachvollziehbar und können im Sitzen wie im Stehen gemacht werden. Die Kurse sind daher für jedes Alter und auch für Menschen mit körperlichen Einschränkungen geeignet.

Mitzubringen sind zu allen Kursen: bequeme Kleidung und wärmende Socken.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Medizinisches Qi Gong

- Kurs-Nr. 18145
Claudia Neuland
Do., ab 02.10.2025, 18:00 – 19:30 Uhr
13 Termine
Volkshochschule Ibbenbüren
Oststraße 28, Ibbenbüren, Raum 11,
(Untergeschoss Nebeneingang)
Gebühr: 109,50 EUR

FITNESS UND GYMNASTIK

In den Fitness- und Gymnastikkursen werden Kraft, Ausdauer und Koordination geschult und die Bewegungsfreude geweckt. Der Pilateskurs fördert gezielt den Muskelaufbau in den verschiedenen Körperregionen und ist für jedes Fitnesslevel geeignet.

Mitzubringen sind: Sportkleidung, Turnschuhe, ein Handtuch und eine Matte.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Fitnesskurs für Frauen und Männer

- Kurs-Nr. 18220
N. N.
Mo., ab 15.09.2025, 19:00 – 20:00 Uhr
14 Termine
Mauritiusschule, Gymnastikhalle, Fröbelplatz 3,
Ibbenbüren
Gebühr: 78,50 EUR

Bewegung für Körper und Geist – ein Sportangebot für Menschen mit besonderen Bedürfnissen

- Kurs-Nr. 18235
Hedwig Hoffmeier
Di., ab 16.09.2025, 17:30 – 18:30 Uhr
15 Termine
Turnhalle Waldfrieden,
Waldfrieden 22-24, Ibbenbüren
Gebühr: 15,00 EUR

Pilates für Einsteigerinnen und Einsteiger

- Kurs-Nr. 18240
Sarah Joormann
Fr., ab 19.09.2025, 09:30 – 10:30 Uhr
10 Termine
Ehemalige Bergbauberufsschule
Alpenstraße 142, Ibbenbüren
Gebühr: 56,00 EUR

GOLF

Unter der Anleitung eines Golfprofessionals gehen Interessierte auf die einzigartige Reise zu ihrem ersten Golfschlag: Den Schläger halten, verschiedene Schlagtechniken testen - im Schnupperkurs erleben Teilnehmende das echte Golfgefühl und können die Sucht entwickeln, den Ball fliegen zu lassen.

Mitzubringen sind: bequeme Kleidung sowie bequeme, feste Schuhe (Golfschläger/Bälle werden gestellt).

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Let's Golf - Schnupperkurs Golf**■ Kurs-Nr. 18725**

Golfclub Habichtswald

So., 21.09.2025, 11:00 - 13:00 UhrGolfsportclub Habichtswald,
Industriestraße 16, Westerkappeln
Gebühr: 25,00 EUR**■ Kurs-Nr. 18730**

Golfclub Habichtswald

Sa., 04.10.2025, 11:00 - 13:00 UhrGolfsportclub Habichtswald,
Industriestraße 16, Westerkappeln
Gebühr: 25,00 EUR



KLETTERSCHULE

Südlich von Ibbenbüren liegt das Naturschutzgebiet Dörenther Klippen, eine bizarre Sandstein-Felsformation entlang des oberen Südwesthangs des Teutoburger Waldes, mit zum Teil 40 Meter hohen Felsen. Die Kletterkurse der vhs Ibbenbüren folgen der aktuellen Lehrmeinung des Deutschen Alpenvereins (DAV). Die Kletterausbildung erfolgt durch qualifizierte Fachübungsleiter:innen des Deutschen Alpenvereins.

Die Teilnahme an allen Kletterkursen erfolgt auf eigene Gefahr. Das Mindestalter beträgt 16 Jahre. Ausnahmen sind nicht möglich. Der genaue Treffpunkt für den Kurs wird nach der Anmeldung bekanntgegeben.

Der zweitägige Sportkletternkurs Fels ist eine gute Option, um in den Klettersport hineinzuschnuppern. Nach einem Übungstag im Alpinzentrum Münster geht es dann in den Klettergarten im Teutoburger Wald.

Mitzubringen sind: Wanderschuhe oder feste (Kletter-)Schuhe, Turn- bzw. Hallenschuhe (für den Hallentag im zweitägigen Workshop) sowie Verpflegung und Getränke.

Nähere Informationen zur angebotenen Veranstaltung finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Sportklettern – Schnupperkurs Fels (zweitägig)

- Kurs-Nr. 18320
- Christoph Jöst
- Fr., 05.09.2025, 14:00 – 20:00 Uhr
- Alpinzentrum Münster
- Sa., 06.09.2025, 09:00 – 17:00 Uhr
- Dörenther Klippen
- Gebühr: 121,00 EUR

junge vhs



Programmbereichsleitung:
Kathrin Grieser-Schmitz

Telefon 05451 931-4312
kathrin.grieser-schmitz@ibbenbueren.de

KINDER VON 8 BIS 12 JAHREN

Zu den Nachmittagsveranstaltungen der vhs Ibbenbüren sind Kinder im Alter zwischen acht und zwölf Jahren herzlich eingeladen. Als Programmpunkte in diesem Semester sind ein Forschernachmittag an der Ibbenbürener Aa und ein Besuch des Bauhofs geplant.

Nähere Informationen zu der angebotenen Veranstaltung finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Wunderwelt Ibbenbürener Aa für Kinder von 8 bis 12 Jahren

- Kurs-Nr. 11402
Martin Kleingünther
Fr., 26.09.2025, 15:00 – 17:30 Uhr
Gemeindezentrum St. Ludwig,
Groner Allee 50, Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

Besichtigung des Bauhofs für Kinder von 8 bis 12 Jahren

- Kurs-Nr. 11405
Gerrit Brüggemeyer
Di., 18.11.2025, 14:30 – 16:00 Uhr
Ibbenbürener Bau- und Servicebetrieb,
Gravenhorster Str. 240, Ibbenbüren
Gebühr: entgeltfrei

JUGENDLICHE VON 13 BIS 17 JAHREN

Das Programm der jungen vhs hält für Jugendliche im Alter zwischen 13 und 17 Jahren zwei attraktive Angebote bereit: Jugendliche in Hörstel können das Tastschreiben am PC erlernen. Neu in diesem Jahr ist außerdem die Möglichkeit, einen Babysitterkurs zu belegen und sich dies nach erfolgreicher Teilnahme bescheinigen zu lassen.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Babysitterkurs für Mädchen im Alter von 13 bis 17 Jahren

- Kurs-Nr. 11415
Nicola Sparenberg
Fr., 10.10.2025, 17:00 – 20:00 Uhr
Sa., 11.10.2025, 10:00 – 16:00 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 34,50 EUR

Tastschreiben am PC für Jugendliche

- Kurs-Nr. 27101
Mechthild Meyer
Di., ab 16.09.2025, 17:30 – 19:00 Uhr
12 Termine
Harkenberg Gesamtschule Hörstel,
Computerraum 1.64
Westfalenstraße 5, Hörstel
Gebühr: 60,00 EUR

junge vhs



Programmbereichsleitung:
Kathrin Grieser-Schmitz

Telefon 05451 931-4312
kathrin.grieser-schmitz@ibbenbueren.de

ELTERNKURSE

In dieser Kursreihe erhalten Sie Einblicke in verschiedene kindliche Entwicklungsbereiche sowie darauf basierende Förderkonzepte aus der ergotherapeutischen Arbeit. In allen Angeboten erfahren Sie praktische Tipps und Strategien, um die Entwicklung und das Lernen von (Vor-)Schulkindern gezielt zu fördern und im Alltag erfolgreich zu unterstützen.

Nähere Informationen zu den angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Internetseite www.vhs-ibbenbueren.de unter dem Menüpunkt „Programm“.

Visuelle Wahrnehmung bei (Vor-) Schulkindern

- Kurs-Nr. 11423
Lara Lipinski
Mo., 29.09.2025, 18:00 – 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 15,00 EUR

Ressourcenorientierter Alltag bei Kindern mit ADHS

- Kurs-Nr. 11425
Lara Lipinski
Mo., 03.11.2025, 18:00 – 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 15,00 EUR

Positive Lernsituationen gestalten mit dem Marburger Konzentrationstraining

- Kurs-Nr. 11427
Lara Lipinski
Mo., 10.11.2025, 18:00 – 20:30 Uhr
Volkshochschule Ibbenbüren,
Oststraße 28, Ibbenbüren
Gebühr: 15,00 EUR

Volkshochschule Hörstel



Stadtverwaltung/Volkshochschule
Sünthe-Rendel-Straße 14
48477 Hörstel

Öffnungszeiten:

montags	08:30 Uhr – 12:30 Uhr
donnerstags	08:30 Uhr – 12:30 Uhr 14:00 Uhr – 17:30 Uhr

Ansprechpartnerin:
Sabine Hallmeier

Telefon 05454 911-171
s.hallmeier@hoerstel.de

MENSCH, GESELLSCHAFT UND UMWELT

RECHT

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

In allen Medien werden die Vorsorgevollmacht und die Patientenverfügung als sinnvolles Instrument der persönlichen Selbstbestimmung dargestellt. Immer wieder wird auch darauf hingewiesen, dass jede*r Bürger*in ab dem 18. Lebensjahr diese Vorsorge treffen sollte, denn mit der Volljährigkeit erlischt die elterliche Sorge und die Eltern können nicht mehr für das Kind handeln.

Herr Richter, Buchautor und Diplom-Rechtspfleger des Amtsgerichts Ibbenbüren, wird den Sinn und Zweck einer Vorsorgevollmacht und einer Patientenverfügung anhand von Beispielen erläutern, denn im Fall einer Krankheit, eines Unfalls oder auch im Alter kann der Verstand sich trüben, so dass man nicht mehr in der Lage ist, für sich zu handeln.

Sie können den/die Ehegatten/Ehegattin, einen Familienangehörigen oder eine*n Freund*in in der Vollmacht bestimmen, der/die für Sie handeln soll. Des Weiteren können Sie den Umfang des Handelns festlegen.

Im Anschluss an den Vortrag werden alle Teilnehmenden in der Lage sein, eine individuelle Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung schreiben zu können.

Ein Hand-Out zum Vortrag kostet 4,00 EUR und kann direkt mit dem Referenten abgerechnet werden.

- Kurs-Nr. 22300
Hartmut Richter
Mo., 08.12.2025, 19:00 – 22:00 Uhr
Harkenberg Gesamtschule Hörstel, Raum 1.148
Westfalenstraße 5, Hörstel
Gebühr: 14,00 EUR

VERBRAUCHER*INNEN- BERATUNG – ENERGIE

„Energetische Sanierung– vom Keller bis zum Dach“

Kostenloser Vortrag in Kooperation mit der Verbraucherzentrale NRW e.V.

Lässt sich mein Haus energetisch optimieren? Wie gehe ich bei der Planung einer Sanierung am besten vor? Lohnt sich ein Umbau finanziell? In diesem Vortrag informiert die anbieterunabhängige Energieberatung der Verbraucherzentrale zur energetischen Sanierung.

Der Energieberater Markus Felix nimmt dabei die Beurteilung vorhandener Schwachstellen sowie die Erneuerung unterschiedlicher Bauteile und auch das Thema Fördermittel in den Blick.

- Kurs-Nr. 22420
Markus Felix
Mi., 03.12.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Harkenberg Gesamtschule Hörstel, Raum 1.147
Westfalenstraße 5, Hörstel
Gebühr: entgeltfrei

KOMMUNIKATION

Sprachlich präsent – authentisch handeln!

Das Zusammenwirken von Mitgliedern in Familie und Beruf setzt eine dialogische Grundhaltung voraus.

Respekt vor der Einzigartigkeit eines Menschen und der Austausch auf Augenhöhe finden oftmals in der Sprache ihren Ausdruck.

Dies geschieht nicht nur im Inhalt, sondern auch durch die Wörter und den Satzbau. Die scheinbar nur formalen Elemente transportieren eine eigene Botschaft. Dabei gibt es kein „richtig“ oder „falsch“.

Es hat nur eine andere Wirkung. Das Lingva Eterna Sprach- und Kommunikationskonzept macht diese Wirkung bewusst.

Mit einer klaren und wertschätzenden Sprache wirken Sie souverän, kompetent und schaffen Vertrauen.

Sie erhöhen das Bewusstsein Ihrer eigenen Gedanken und Absichten und etablieren damit eine friedliche und erfolgreiche Kommunikation.

Die praktischen Beispiele aus konkreten Situationen bereichern diesen Vortrag individuell.

- Kurs-Nr. 23300
Cordula Engels
Mi., 29.10.2025, 18:00 – 19:30 Uhr
Harkenberg Gesamtschule Hörstel, Raum 1.147
Westfalenstraße 5, Hörstel
Gebühr: 12,00 EUR

INTEGRATION UND SPRACHEN

ENGLISCH

Englisch mit Muße A 2 / B1

Ein Kurs für alle, die Freude am Umgang mit der englischen Sprache haben und ihre Sprachkenntnisse auffrischen und erweitern wollen.

Ein besonderer Fokus liegt auf dem gemeinsamen Lesen und Verstehen von englischen Texten, die Sprechansätze bieten und somit die Kommunikationsfähigkeit in der englischen Sprache fördern.

Die Auswahl der Texte wird gemeinsam im Kurs abgestimmt. Das Lerntempo und das methodische Vorgehen richten sich weitgehend nach den Wünschen der Teilnehmer*innen.

- Kurs-Nr. 25200
Agnes Krone
Mi., ab 17.09.2025, 18:30 – 20:00 Uhr
11 Termine
Harkenberg Gesamtschule Hörstel, Raum 1.148
Westfalenstraße 5, Hörstel
Gebühr: 73,00 EUR

BERUFLICHE WEITERBILDUNG, DIGITALE MEDIEN UND EDV

TASTSCHREIBEN

Tastschreiben am PC für Jugendliche von 13 bis 17 Jahren

Im täglichen Leben nimmt der Computer einen immer höheren Stellenwert ein. Die ideale Voraussetzung, Texte schnell und effizient zu schreiben, ist das Erlernen des 10-Finger-Tastschreibens. Alle Buchstaben, Ziffern und Sonderzeichen werden blind gegriffen. Wenn man die Tastaturreihen und die dazugehörigen Fingerstellungen beherrscht, schreibt man automatisch mit dem 10-Finger-System. Die Priorität des 10-Finger-Systems liegt immer zuerst auf Genauigkeit, erst dann auf Schnelligkeit. Durch vielfältige praktische Übungen werden Schreibsicherheit und Schreibgeschwindigkeit trainiert. Somit wird eine stressfreie Texteingabe gefördert. Das korrekte Anwenden des Tastschreibens führt zu einer deutlichen Zeitersparnis, sowohl in der Schule als auch im privaten Umfeld.

Zu den Inhalten des Kurses gehören:

- Die Bedienung des gesamten Tastenfeldes nach dem 10-Finger-System innerhalb kurzer Zeit
- Übungen zur Schreibsicherheit und Schnelligkeit
- Die Schreib- und Anordnungsregeln nach DIN 5008
- Textformatierung

Die Dozentin, Frau Meyer, ist staatlich geprüfte Fachlehrerin für Kurzschrift und Maschinenschreiben.

- Kurs-Nr. 27101
Mechthild Meyer
Di., ab 16.09.2025, 17:30 – 19:00 Uhr
12 Termine
Harkenberg Gesamtschule Hörstel,
Computerraum 1.64
Westfalenstraße 5, Hörstel
Gebühr: 60,00 EUR

EDV-KURSE

Word und Excel für den Büroalltag

Der Umgang mit dem Computer wird in fast allen Berufen vorausgesetzt. Von allen, die damit arbeiten, wird erwartet, dass sie ihn professionell und effektiv einsetzen.

Dieser Kurs bietet Ihnen eine effiziente Einführung in die Grundlagen der PC-Anwendungen Microsoft WORD und EXCEL.

Inhalte des Kurses sind:

- Grundlagen im Umgang mit Dateien
- Erstellen, Gestalten und Speichern von Briefen und Protokollen,
- Grafikelemente
- Erstellen von Excel-Tabellen
- Berechnungen erstellen
- Datenaustausch zwischen den Programmen

Für jeden Teilnehmenden steht ein PC zur Verfügung.

Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Kurs sind Windows-Grundkenntnisse.

- Kurs-Nr. 27211
Nils Erpenbeck
Mo. / Mi., 17.11.2025 – 26.11.2025, 18:00 – 21:00 Uhr
4 Termine
Harkenberg Gesamtschule Hörstel,
Computerraum 1.64
Westfalenstraße 5, Hörstel
Gebühr: 90,00 EUR

GESUNDHEITSBILDUNG

Der Säure-Basen-Haushalt – zentrales Element unseres Wohlbefindens

Unser Körper ist ein faszinierendes Wunderwerk der Natur, das in der Lage ist, bemerkenswerte Leistungen zu vollbringen. Damit alle lebenswichtigen Prozesse und Funktionen reibungslos ineinandergreifen, ist ein komplexes Zusammenspiel vielfältiger Stoffe und Abläufe erforderlich. In diesem Kontext kommt dem Säure-Basen-Haushalt eine herausragende Rolle zu, die oft unterschätzt wird.

Tauchen Sie ein in die Welt des Säure-Basen-Haushalts und entdecken Sie, wie dieser essenzielle Faktor unser Wohlbefinden beeinflusst und lernen Sie Zusammenhänge kennen. Erfahren Sie, wie Sie mit einfachen, aber effektiven Maßnahmen ihre Gesundheit nachhaltig positiv beeinflussen können. Lassen Sie uns gemeinsam erkunden, wie Sie im Einklang mit ihrem Körper leben können.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit den Gleichstellungsbeauftragten im Altkreis Tecklenburg im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Starke Frauen – Gesund leben – Selbstbewusst handeln“ statt.

- Kurs-Nr. 28020
Katrin Wiewelhove
Do., 09.10.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Aula im Rathaus Riesenbeck,
Sünthe-Rendel-Straße 14, Hörstel-Riesenbeck
Gebühr: entgeltfrei

YOGA

Yin Yoga für Teilnehmende ohne und mit leichten Vorkenntnissen

Yin Yoga ist eine ruhige und meditative Form des Yogas, die darauf abzielt, loszulassen, den Geist zu beruhigen, sich und seinen Körper wieder zu spüren.

Die Asanas werden im Sitzen oder im Liegen ausgeführt und drei bis fünf Minuten gehalten. Hierdurch werden tiefere Körperschichten wie Bindegewebe, Bänder, Gelenke und Faszien sehr gut erreicht und die Beweglichkeit sanft verbessert.

Steigen Sie aus dem Hamsterrad des Alltags! Die Dozentin begleitet Sie zu Ihrer achtsamen Reise zu sich selbst.

Mitzubringen sind: eine Matte (Yogamatte, sofern vorhanden), ein kleines Kissen, bequeme Kleidung, Decken, Socken und ein Yoga-Bolster (sofern vorhanden).

- Kurs-Nr. 28101
Miriam Niemöller
Do., ab 11.09.2025, 19:00 – 20:15 Uhr
12 Termine
Kita Ringelblume,
Droste-Twickel-Straße 14,
Hörstel-Bevergern
Gebühr: 84,50 EUR
- Kurs-Nr. 28102
Béatrice Ihuel
Mi., ab 24.09.2025, 19:00 – 20:15 Uhr
10 Termine
Kita Ringelblume,
Droste-Twickel-Straße 14,
Hörstel-Bevergern
Gebühr: 70,50 EUR

Schnupperkurs Yin Yoga für Teilnehmende ohne und mit leichten Vorkenntnissen

- Kurs-Nr. 28103
Miriam Niemöller
Sa., 22.11.2025, 15:00 – 18:00 Uhr
Kita Ringelblume,
Droste-Twickel-Straße 14,
Hörstel-Bevergern
Gebühr: 17,00 EUR

TAI CHI

TAI CHI – Grundkurs für Anfängerinnen und Anfänger

Tai Chi ist ein jahrhundertealtes, chinesisches, medita- tives Bewegungssystem mit gesundheits- und bewe- gungsfördernden Aspekten. Die langsamen, runden und fließenden Bewegungen sind für alle Menschen geeignet. Mit chinesischen Bewegungs- und Konzen- trationsformen werden der Bewegungsapparat, die neurologischen Systeme, die Atmung, die Vorstellungskraft, das Erinnerungsvermögen und das Bewusstsein trainiert. Mit der dadurch erlangten Ausgeglichenheit kann vielen Arbeits- und Lebenssituationen gelassener begegnet werden.

Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, Gymnastikschu- he oder rutschfeste Socken.

- Kurs-Nr. 28130
Uwe Schleuter
Mo., ab 15.09.2025, 18:00 – 19:30 Uhr
15 Termine
Harkenberg Gesamtschule Hörstel, Raum 2.100
Westfalenstraße 5, Hörstel
Gebühr: 126,00 EUR

TAI CHI – Grundkurs für Fortgeschrittene

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende jeden Alters mit Vorkenntnissen des Tai Chi. Es wird die „Peking- Form“ vertieft und besonders auf die Prinzipien des Tai Chi eingegangen, um diese fließend und harmo- nisch anzuwenden. Zudem werden weitere asiatische Bewegungsformen unterrichtet. Der Kurs bietet einen guten Ausgleich zum Alltagsstress und zum allgemeinen Leistungsdruck.

Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, Gymnastikschu- he oder rutschfeste Socken.

- Kurs-Nr. 28131
Uwe Schleuter
Mo., ab 15.09.2025, 19:30 – 21:00 Uhr
15 Termine
Harkenberg Gesamtschule Hörstel, Raum 2.100
Westfalenstraße 5, Hörstel
Gebühr: 126,00 EUR

AQUA GYMNASTIK

Aquapower am Abend

Fitnessstraining im Wasser bietet neben den therapeuti- schen Aspekten auch Freude und Spaß an der Bewe- gung.

Mit Hilfe von Aquajogging und Aquarobic können die Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit enorm gesteigert werden. Die spezifischen Eigenschaften des Wassers, wie Auftrieb und Widerstand, bieten optimale Vorausset- zungen. Ein Beitrag zur Gesunderhaltung bei attraktiver und effektiver Bewegung wird geleistet.

Der Kurs findet auch in den Herbstferien statt.

In der Kursgebühr ist das Nutzungsentgelt für das Hal- lenbad in Höhe von 24,50 EUR enthalten.

Wegen der großen Nachfrage können Sie sich nur in einem Aquakurs anmelden.

- Kurs-Nr. 28204
Ulrike Beulting
Do., ab 18.09.2025, 19:30 – 20:15 Uhr
10 Termine
Hallenbad, Sünthe-Rendel-Straße 18,
Hörstel-Riesenbeck
Gebühr: 66,50 EUR
- Kurs-Nr. 28205
Ulrike Beulting
Do., ab 18.09.2025, 20:15 – 21:00 Uhr
10 Termine
Hallenbad, Sünthe-Rendel-Straße 18,
Hörstel-Riesenbeck
Gebühr: 66,50 EUR

FITNESS UND GYMNASTIK

Selbstverteidigungskurs für Frauen

In diesem Kurs erlernen Sie mit Hilfe einer professionel- len Trainerin erste Techniken der Selbstverteidigung. Vo- raussetzungen sind nicht erforderlich. Die Trainerin geht auf die individuellen körperlichen Konstitutionen ein.

Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, Turnschuhe und ein Handtuch.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit den Gleich- stellungsbeauftragten im Altkreis Tecklenburg im Rah- men der Veranstaltungsreihe „Starke Frauen – Gesund leben – Selbstbewusst handeln“ statt.

- Kurs-Nr. 28210
Irena Arends
Do., 25.09.2025, 18:00 – 21:00 Uhr
Gymnastikhalle „Grüne Halle“,
Im Vogelsang 15,
Hörstel-Riesenbeck
Gebühr: entgeltfrei

SCHWIMMEN

Schwimmkurs für Kinder ab 5 Jahren

Der Kurs richtet sich an Kinder, die unter Aufsicht eines Schwimmmeisters das Schwimmen erlernen möchten.

In der Kursgebühr ist das Nutzungsentgelt für das Hallenbad in Höhe von 12,00 EUR enthalten.

- Kurs-Nr. 28502
- Matthias Runde
- Mo. / Do., 27.10.2025 – 27.11.2025, 13:15 – 14:00 Uhr**
- 10 Termine
- Hallenbad, Sünthe-Rendel-Straße 18,
- Hörstel-Riesenbeck
- Gebühr: 69,50 EUR

KULTUR UND KREATIVITÄT

MALEN UND ZEICHNEN

Smoke on the water: herbstliche Morgenstimmung in Aquarell

Stellen Sie sich vor, Sie fahren am frischen herbstlichen Morgen über den Kanal. Die Sonne geht gerade auf, ihre Strahlen vermischen sich mit den Nebelwolken über dem Wasser. Die Welt scheint für einen Moment stillzustehen – in Dunst und goldene Farbe getaucht.

An zwei Abenden widmen wir uns der besonderen Stimmung herbstlicher Morgenstunden. Gemeinsam erarbeiten wir Schritt für Schritt ein stimmungsvolles Aquarellmotiv, das den feinen Übergang von Dämmerung zu Licht, von Kühle zu Wärme einfängt – mit Nebelschwaden, Spiegelungen und dezenten Farbverläufen.

Mitzubringen sind: Aquarellpapier 100 % Baumwolle, 300 g, auf Wunsch werden Aquarellbögen gegen Entgelt (ca. 1,50 Euro) zur Verfügung gestellt, Aquarellfarben (z.B. ein 12-Farben-Kasten oder Tuben + Palette), Aquarell- oder Kalligraphiepinsel verschiedener Größen, ein weicher Flachpinsel, 50 bis 60 mm breit, zwei Wasserbecher, Bleistift, Radiergummi, ein Schwamm oder Papiertücher.

- Kurs-Nr. 29301
- Anna Breitkopf-Siepmann
- Do., ab 18.09.2025, 18:00 – 20:15 Uhr**
- 2 Termine
- Harkenberg Gesamtschule Hörstel, Kunstraum 0.62
- Westfalenstraße 5, Hörstel
- Gebühr: 30,00 EUR (inkl. 19 % MwSt.)

Per SMS immer gut informiert!

Ihre Kursleitung ist erkrankt oder Ihr Kurs muss verschoben werden?
Sie möchten die Erinnerung, dass Ihr Kurs in Kürze beginnt,
direkt auf Ihr Handy erhalten?

Über kurzfristige, kursrelevante Änderungen informieren wir Sie gerne
per SMS, um Sie möglichst schnell zu erreichen!

Bitte geben Sie uns hierzu Ihre Handynummer an.



Volkshochschule
Ibbenbüren

Hörstel • Hopsten • Mettingen • Recke

Volkshochschule Hopsten



Gemeindeverwaltung/Volkshochschule
Bunte Straße 35
48496 Hopsten

Servicezeiten:

montags – mittwochs 08:30 – 12:30 Uhr
14:00 – 16:00 Uhr

donnerstags 08:30 – 12:30 Uhr
14:00 – 18:00 Uhr

freitags 08:30 – 12:00 Uhr

Das Rathaus ist montags und donnerstags geöffnet.

Ansprechpartnerin:
Sophia Holthaus

Telefon 05458 9325-14 • Fax 05458 9325-93
holthaus@hopsten.de

BERUFLICHE WEITERBILDUNG, DIGITALE MEDIEN UND EDV

MOBILE ENDGERÄTE

Smartphone-(Android und iPhone) Kurs für Einsteigerinnen und Einsteiger

Sie möchten wissen, was ein Smartphone alles kann? Mit allen Smartphones kann man telefonieren und texten, ein Selfie fotografieren, ein Video aufnehmen, eine App installieren und das Internet nutzen.

Bitte geben Sie bei der Anmeldung die Marke des Smartphones an z.B.: iPhone oder Android-Smartphone (Samsung, Huawei, Sony u.a.) und bringen Sie Ihr eigenes Smartphone mit (aufgeladen, ggfs. mit Netzteil) mit.

- Kurs-Nr. 37301
Manfred Schnippe
Do., ab 04.12.2025, 18:00 – 21:00 Uhr
2 Termine
Kettelerhaus Hopsten,
Marktplatz 5, Hopsten
Gebühr: 53,50 EUR (inkl. 19 % MwSt.)

GESUNDHEIT

FITNESS UND GYMNASTIK

Fitnessgymnastik für Frauen ab 20 Jahren

Dieser Kurs ist für alle Frauen zwischen 20 und 60 Jahren gedacht, die Spaß daran haben, sich nach flotter Musik zu bewegen und dabei ihren Körper rundum zu trainieren. Es werden Bauch, Beine, Rücken, Po und Arme mit und ohne Hilfsmittel (Therabänder und Gewichte) auf Kraft und Ausdauer trainiert.

Mitzubringen sind: eine Matte oder Decke, Sportbekleidung, Sportschuhe und Getränke.

- Kurs-Nr. 38210
Jutta Jasper
Di., ab 02.09.2025, 19:00 – 20:00 Uhr
12 Termine
Aula des Schulzentrums Hopsten,
Gustav-Lampe-Straße 5, Hopsten
Gebühr: 67,50 EUR

Fitnessgymnastik für Frauen

Dieser Kurs richtet sich an alle jungen und junggebliebenen Frauen im Alter von 18 bis 50 Jahren, die Spaß daran haben, sich nach flotter Musik zu bewegen, Ausdauer zu stärken und Problemzonen zu trainieren. Abschalten und Entspannen vom Alltag gehört ebenfalls zu diesem Kurs dazu.

Der Kurs beinhaltet ein Aufwärmtraining mit leichten Choreographien aus dem Aerobic-Bereich, ein gezieltes Kraft- und Ausdauertraining für Rücken, Beine, Bauch, Po und Arme, welches u. a. mit entsprechenden Kleingeräten durchgeführt wird, sowie Entspannungsübungen.

Sowohl trainierte als auch untrainierte Frauen sind herzlich willkommen.

Mitzubringen sind: feste Sportschuhe, eine Gymnastikmatte, ein Handtuch und ein Getränk.

■ Kurs-Nr. 38221

Tanja Ostholthoff

Mi., ab 17.09.2025, 19:30 – 20:30 Uhr

10 Termine

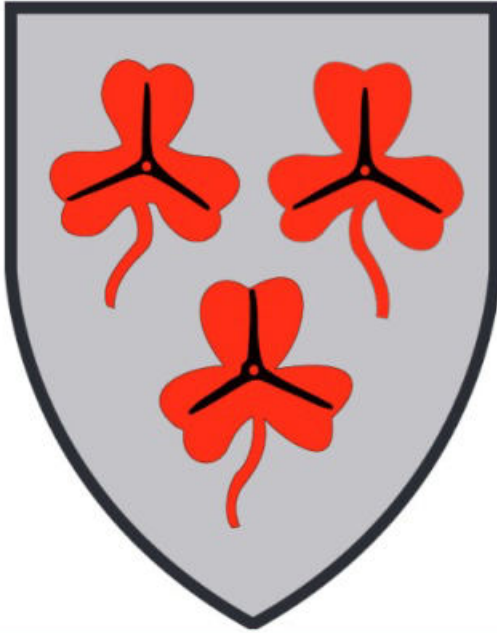
Gymnastikraum des Schulzentrums Hopsten,

Gustav-Lampe-Straße 5,

Eingang Marktstraße, Hopsten

Gebühr: 56,00 EUR

Volkshochschule Mettingen



Gemeindeverwaltung/Volkshochschule
Markt 6 – 8
49497 Mettingen

Öffnungszeiten:

montags – freitags	08:00 bis 12:00 Uhr
montags und dienstags	14:30 bis 16:00 Uhr
donnerstags	14:30 bis 17:30 Uhr

Ansprechpartner:
Markus Otte

Telefon 05452 52-11 • Fax 05452 52-911
otte@mettingen.de

GESUNDHEIT

YOGA

Waldyoga im Köllbachtal

Entdecke den Wald als Ort der Ruhe und Entspannung! Unser Waldyoga-Angebot lädt dich zu einem entspannten Spaziergang im Köllbachtal ein, bei dem wir an verschiedenen Stopps Yogaübungen im Stand durchführen. Perfekt für Anfänger und Fortgeschrittene, es ist keine Matte notwendig. Durch Atemübungen und die Verbindung mit der Natur kannst du dich erden und beruhigen. Eine Gelegenheit, um Energie zu tanken und sich mit der Natur zu verbinden. Als Abschluss können wir uns im Wassertretbecken erfrischen.

Mitzubringen sind: Wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk und ein kleines Handtuch für das Wassertretbecken.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit den Gleichstellungsbeauftragten im Altkreis Tecklenburg im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Starke Frauen – Gesund leben – Selbstbewusst handeln“ statt.

■ Kurs-Nr. 48030
Heidi Schmidt
Fr., 19.09.2025, 15:00 - 16:30 Uhr
Wanderparkplatz Köllbachweg, Mettingen
Gebühr: entgeltfrei

TAI CHI

TAI CHI - Grundkurs für Anfängerinnen und Anfänger

Tai Chi ist ein jahrhundertealtes, chinesisches, meditatives Bewegungssystem mit gesundheits- und bewegungsfördernden Aspekten. Die langsamen, runden und fließenden Bewegungen sind für alle Menschen geeignet. Mit chinesischen Bewegungs- und Konzentrationsformen werden der Bewegungsapparat, die neurologischen Systeme, die Atmung, die Vorstellungskraft, das Erinnerungsvermögen und das Bewusstsein trainiert. Mit der dadurch erlangten Ausgeglichenheit kann vielen Arbeits- und Lebenssituationen gelassener begegnet werden.

Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe oder rutschfeste Socken.

■ Kurs-Nr. 48130
Uwe Schleuter
Di., ab 16.09.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
15 Termine
Schultenhof Mettingen,
Burgstraße 9, Mettingen
Gebühr: 126,00 EUR

KULTUR UND KREATIVITÄT

MALEN UND ZEICHNEN

Acryl - und Aquarellmalerei

Mit diesem Kurs werden alle angesprochen, die Spaß daran haben, in einer Gruppe zu malen: Anfänger*innen erlernen die Grundtechniken, die Fortgeschrittenen erfahren Anregungen und Unterstützung bei der Umsetzung ihrer Bildideen. Im Vordergrund sollen die Freude am Malen sowie die Anregung und Bereicherung durch das gemeinsame künstlerische Schaffen stehen.

Natürlich sind auch andere Mal- und Zeichentechniken willkommen, auch hier steht die Dozentin mit Rat und Tat zur Seite.

Empfehlungen für die Erstausrüstung können gerne bei der Dozentin telefonisch unter 05452-509218 erfragt werden. Generell wird dazu geraten, weniger, dafür lieber höherwertige Farben anzuschaffen.

Mitzubringen sind: Farben, Pinsel, Malgründe, Wasserglas, Lappen, Mischpaletten, Bleistift, Radiergummi. Gerne können auch Malvorlagen wie Fotos, Bilder, Postkarten mitgebracht oder aus dem Fundus der Dozentin genommen werden..

- Kurs-Nr. 49302
- Ursula Dirkmann
- Di., ab 09.09.2025, 16:30 - 18:45 Uhr**
- 8 Termine
- Schulthenhof Mettingen,
- Burgstraße 9, Mettingen
- Gebühr: 120,00 EUR (inkl. 19 % MwSt)

Volkshochschule Recke



Gemeindeverwaltung/Volkshochschule
Hauptstraße 28 • 49509 Recke

Öffnungszeiten:

montags	08:30 bis 12:30 Uhr 14:00 bis 16:00 Uhr
dienstags	geschlossen
mittwochs	08:30 bis 12:30 Uhr 14:00 bis 16:00 Uhr
donnerstags	14:00 bis 17:30 Uhr
freitags	08:30 bis 12:00 Uhr
und nach Vereinbarung	

Ansprechpartnerin: Nadine Hohnhorst

Telefon 05453 910-13 • Fax 05453 910-11
hohnhorst@recke.de

MENSCH, GESELLSCHAFT UND UMWELT

NATUR UND UMWELT

Der Naturgarten – Ein Gewinn für Alle

Insektenschwund, Artensterben: In einem Naturgarten kann man etwas dagegen unternehmen. Ob Balkonkasten bepflanzt mit heimischen Arten, Insektennisthilfen, Blumenwiese oder ein teilweise umgestalteter Garten – jeder Quadratmeter zählt.

Jürgen Schneiders vom NaturGarten e.V. erzählt, wie es geht, und beantwortet gerne Ihre Fragen.

- Kurs-Nr. 53809
Jürgen Schneiders
Mi., 01.10.2025, 19:30 – 21:30 Uhr
Rathaus Recke,
Hauptstraße 28,
kleiner Ratssaal
Gebühr: 12,00 EUR

GESUNDHEIT

GESUNDHEITBILDUNG

Wanderung – Stilles Glück im Recker Moor

Ein intuitiver und erholsamer Naturspaziergang im wunderschönen Naturschutzgebiet „Recker Moor“.

Finden Sie an neun kleinen Glücksstationen in inspirierender Moor- und Heidelandschaft heraus, was Sie glücklich macht. Sie lernen, Ihrer Intuition zu folgen und wie Sie Ihre Glücksidee innerlich oder äußerlich in die Tat umsetzen können.

Für die Wanderung ist festes Schuhwerk erforderlich!

- Kurs-Nr. 58001
Dr. Barbara Vollstedt
So., 28.09.2025, 15:00 - 16:15 Uhr
Naturschutzgebiet Recker Moor
Parkplatz, Moorturm an der Schutzhütte
Gebühr: 9,00 EUR

SCHWIMMEN

Aquajogging im Tiefwasser

Unter Aquajogging versteht man das Laufen im tiefen Wasser mit und ohne Hilfsmittel. Diese Sportart ist für alle Altersgruppen geeignet, die in einem schwerelosen Ganzkörpertraining ihre Kondition und Kraftausdauer völlig gelenkschonend trainieren wollen.

Sie bietet folgende Vorteile:

- Entlastung der Gelenke, Bänder und der Wirbelsäule,
- muskelstärkende Wirkung durch Laufen im Wasser,
- Herz- und Kreislauftraining und Verbesserung der Ausdauerfähigkeit,
- minimales Verletzungsrisiko,
- aktiver Stoffwechsel, Durchblutung der Haut, Festigung des Bindegewebes und erhöhte Gelenkmobilität.

In der Kursgebühr ist der Eintritt für das Hallenbad nicht enthalten. Der Kurs findet auch in den Herbstferien statt.

■ Kurs-Nr. 58210
Annette Bruns
Mi., ab 17.09.2025, 20:45 – 21:45 Uhr
9 Termine
Hallenbad Recke,
Brookweg 11, Recke
Gebühr: 50,50 EUR

■ Kurs-Nr. 58215
Annette Bruns
Mi., ab 19.11.2025, 20:45 – 21:45 Uhr
9 Termine
Hallenbad Recke,
Brookweg 11, Recke
Gebühr: 50,50 EUR

Wir lernen schwimmen – Grundkurs mit Wassergewöhnung für Kinder ab 4,5 Jahren

Kinder ab 4,5 Jahren erlernen nach einer Gewöhnung an das Wasser die Fertigkeiten des Schwimmens: springen, gleiten, tauchen, richtiges atmen sowie erste Schwimmbewegungen.

Je Kind muss ein*e Erziehungsberechtigte*r teilnehmen, die/der schwimmen kann. Der Kurs findet zweimal wöchentlich statt.

Bitte geben Sie bei der Anmeldung den Namen des/der Erziehungsberechtigten und den Namen des Kindes an. In der Kursgebühr ist der Eintritt für das Hallenbad nicht enthalten.

■ Kurs-Nr. 58510
Katrin Haeberle
Mo. / Fr., 15.09.2025 – 14.11.2025, 15:00 – 15:45 Uhr
12 Termine
Hallenbad Recke,
Brookweg 11, Recke
Gebühr: 50,50 EUR

Aufbaukurs für Kinder ab mindestens 4,5 Jahren

Ziel dieses Kurses ist eine Verbesserung der Schwimmfähigkeiten: springen, gleiten, tauchen, richtiges atmen im Wasser sowie das Erlernen der Schwimmtechnik.

Je Kind muss ein*e Erziehungsberechtigte*r teilnehmen, die/der schwimmen kann. Der Kurs findet zweimal wöchentlich statt.

Bitte geben Sie bei Anmeldung den Namen des/der Erziehungsberechtigten und den Namen des Kindes an.

In der Kursgebühr ist der Eintritt für das Hallenbad nicht enthalten.

Die vorherige Teilnahme an einem Grundkurs wird empfohlen.

■ Kurs-Nr. 58525
Katrin Haeberle
Mo. / Fr., 15.09.2025 – 14.11.2025, 15:45 – 16:30 Uhr
12 Termine
Hallenbad Recke,
Brookweg 11, Recke
Gebühr: 50,50 EUR

KOCHEN & GENIESSEN

Ein Teller voll Sonne – Mediterrane Küche für das ganze Jahr

Tauchen Sie ein in die Welt der mediterranen Küche. Holen Sie mit frischen Kräutern, hochwertigen Olivenölen und leckerem Gemüse die Sonne in Ihre Küche. Wir bereiten mediterrane Klassiker zu, die man das ganze Jahr über genießen kann - von köstlichen Fischgerichten über herzhaftes Gemüsegerichte bis hin zu feinen Desserts.

Mitzubringen sind: Schürze, Spül- und Geschirrtücher, Restbehälter, Schreibutensilien

Die Kosten für die Lebensmittel in Höhe von 12,00 EUR pro Person werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

■ Kurs-Nr. 58805
Jutta Gerling
Di., 28.10.2025, 19:00 - 22:00 Uhr
Dietrich-Bonhoeffer-Schule, Lehrküche,
Brookweg 5, Recke
Gebühr: 16,00 EUR
(inkl. 19 % MwSt., zzgl. Lebensmittelumlage)

KULTUR UND KREATIVITÄT

SKULPTUR

Große weibliche Figur aus Beton

Wir fertigen eine große weibliche Skulptur (ca. 140 cm, ohne Arme) in weichen Formen mit sanften Rundungen an. Die Skulptur ist frostfest und ein wunderbarer Blickfang im Garten, auf der Terrasse oder am Teich.

Es sind keine Vorkenntnisse vorausgesetzt.

Bitte mitbringen Sie eine 3l bis 5 l Plastischale, einmal Gummihandschuhe und ggf. eine Schürze sowie Transportmaterial mit.

Es entstehen Materialkosten (Material: Gerüst, Beton, Modelliermasse, Fiberglas, Rohr, Eisen, Grundierung) in Höhe von 50,00 EUR, die vor Ort an die Dozentin zu zahlen sind. Bei einer Abmeldung nach Anmeldeschluss sind neben der Kursgebühr auch die Materialkosten in voller Höhe zu zahlen, da das Material nicht mehr anderweitig verwendet werden kann.

■ Kurs-Nr. 59402

Judite Weitekamp

Sa., 08.11.2025, 11:00 – 15:00 Uhr

Dietrich-Bonhoeffer-Schule, Kunstraum (Pavillion),

Brookweg 5, Recke

Gebühr: 60,50 EUR

(inkl. 19 % MwSt., zzgl. Materialkosten)

Willkommen in der vhs! Teilnahmebedingungen

vhs Ibbenbüren

Die Volkshochschule als anerkannte Einrichtung der Weiterbildung können grundsätzlich alle besuchen, die das 16. Lebensjahr vollendet haben. Grundlage der Teilnahmebedingungen ist die rechtsverbindliche Entgeltordnung in der jeweils gültigen Fassung, die auf der Internetseite der vhs Ibbenbüren abgerufen werden kann.

Beratung

Die Mitarbeitenden der Volkshochschule informieren und beraten Sie gerne über das aktuelle Weiterbildungsangebot, um Ihnen die richtige Wahl der Veranstaltungen zu erleichtern. Für die Deutsch- und Integrationskurse ist eine Beratung Pflicht. Im Hinblick auf die angedachte Wahrnehmung der Sport- und Fitnessangebote empfehlen wir Ihnen vorab eine ärztliche Beratung, sofern Sie gesundheitlich eingeschränkt oder unsicher sind, ob Sie hinsichtlich Ihrer gesundheitlichen Verfassung oder Ihres Alters das Angebot wahrnehmen können. Die Verantwortung für die Teilnahme – inklusive der Kletterkurse – liegt alleinig bei den Teilnehmenden.

Anmeldung

Wir benötigen von Ihnen eine schriftliche Anmeldung. Telefonische Anmeldungen oder Anmeldungen über Wartelisten sind grundsätzlich nicht möglich.

Eine Anmeldung kann

- per Post oder Fax,
- persönlich zu den Öffnungszeiten in den Geschäftsstellen der vhs,
- per E-Mail (vhs@ibbenbueren.de),
- oder auf unserer Homepage (www.vhs-ibbenbueren.de)

erfolgen. Nutzen Sie hierzu gerne unsere Anmeldekarten, die Sie in den Geschäftsstellen der vhs erhalten. Nur die vorherige schriftliche Anmeldung sichert Ihnen einen Platz im Kurs. Alle Anmeldungen werden grundsätzlich in der zeitlichen Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. Der jeweilige Anmeldebeginn des Semesters ist dem aktuellen Programmheft zu entnehmen.

Sofern Sie sich für einen Online-Kurs anmelden, ist eine Anmeldung pro Person und nicht pro Haushalt einzureichen.

Wichtige Angaben für die Anmeldung:

- Anschrift und Angaben zu Ihrer Person (Vorname, Name, Geburtsdatum u. E-Mail),
- Kursnummer und Kursbezeichnung,
- SEPA-Lastschriftmandat im Original.

Sie erhalten von uns eine schriftliche Anmeldebestätigung.

Sollten Sie nach der Anmeldebestätigung nichts mehr von uns hören, kommen Sie bitte zum ersten Treffen. Sollte ein Kurs ausgebucht sein und Ihre Anmeldung auf die Warteliste kommen, so werden Sie umgehend von uns informiert. Wenn Sie über die schriftliche Anmeldebestätigung hinaus nichts mehr von uns hören, kommen Sie bitte zum ersten Treffen. Bei Unsicherheiten können Sie gerne telefonisch mit uns Kontakt aufnehmen. Ein Kurs wird in der Regel nur durchgeführt, wenn die Mindestteilnehmendenzahl erreicht ist. Wird diese nicht erreicht,

kann der Kurs bei Zahlung eines Zusatzentgeltes trotzdem durchgeführt werden. Sie werden diesbzgl. ebenfalls von uns kontaktiert.

Abmeldung

Eine Abmeldung, die auch von der Zahlung der Teilnahmegebühr befreit, muss spätestens eine Woche vor der ersten Zusammenkunft schriftlich in der Geschäftsstelle vorliegen. Eine von der Zahlung der Teilnahmegebühr befreiende Abmeldung weniger als eine Woche vor der ersten Zusammenkunft ist nur dann möglich, wenn ein ärztliches Attest eingereicht wird, aus dem hervorgeht, dass der Veranstaltungsbesuch nicht möglich ist. Für jede Abmeldung erhebt die Volkshochschule grundsätzlich eine Verwaltungsgebühr in Höhe von 5,00 EUR. Eine mündliche Abmeldung bei der Kursleitung ist nicht möglich. Wird ein Kurs nicht regelmäßig besucht oder vorzeitig abgebrochen, besteht kein Anspruch auf Gebührenerstattung.

Bei Sprachkursen ist eine schriftliche Abmeldung auch nach der ersten Veranstaltung in der Geschäftsstelle noch möglich, jedoch nur, sofern sich nach dem ersten Termin herausstellt, dass der Kurs auf Grund des Sprachniveaus nicht für Sie geeignet ist. Es entstehen hier bei Abmeldung vor dem zweiten Kurstermin keinerlei Kosten.

Für Abmeldungen bei Exkursionen und Studienreisen gelten die Stornierungsbedingungen der beauftragten Reiseunternehmen bzw. Leistungsträger. Wir berechnen Ihnen daher die Beträge, die uns von diesen Unternehmen in Rechnung gestellt werden sowie die bei der vhs jeweils anfallenden Bearbeitungs- und Ausfallkosten.

Für einige Angebote mit besonderer Organisation gelten spezielle Bedingungen, auf die beim jeweiligen Angebot hingewiesen wird. Bitte beachten Sie: Sofern gemäß Kursbeschreibung Materialkosten oder Kosten für Lebensmittel anfallen, sind diese bei einer Abmeldung weniger als eine Woche vor der ersten Zusammenkunft in jedem Fall in voller Höhe zu tragen; das Einreichen eines ärztlichen Attest befreit lediglich von der Zahlung der Teilnahmegebühr, nicht jedoch von der Begleichung der Materialkosten oder der Kosten für Lebensmittel. Informationen zum Widerruf finden Sie in den Widerrufsbelehrungen auf den nachfolgenden Seiten.

Ermäßigung

Schüler*innen, Studierende, Auszubildende, Menschen mit Schwerbehinderung (ab GdB 80), Sozialhilfeempfänger*innen, Wohngeldempfänger*innen, Arbeitslosengeldempfänger*innen I, Empfänger*innen von Bürgergeld sowie Personen des Wehr- und Freiwilligenendienstes, Inhaber*innen des Sozialausweises und Inhaber*innen der Ehrenamtskarte erhalten eine Ermäßigung von 30 %, sofern der Kurs ermäßigbar ist. Inhaber*innen einer Münsterlandkarte können diese ebenfalls vorlegen, um eine entsprechende Ermäßigung im Rahmen ihres Guthabens zu erhalten. Bei Studienreisen und Exkursionen sind keine Ermäßigungen möglich. Auf weitere einzelne Angebote kann aus kalkulatorischen Gründen keine Ermäßigung gewährt werden. Nähere Auskünfte hierzu erteilen die vhs-Geschäftsstellen.

Wichtig: Es kann bei einer Online-Anmeldung über die vhs Homepage keine der o. g. Ermäßigungen erfolgen. Wir bitten Sie, die entsprechenden Nachweise bei der Anmeldung vorzulegen bzw. in Kopie der Anmeldung beizufügen. Bei fehlenden oder ungültigen Dokumenten werden Sie weiter als Vollzahler*in geführt. Eine nachträg-

liche Ermäßigung ist nach Rechnungsstellung nicht mehr möglich. Die Ermäßigungen gelten nicht für Kostenbeiträge und Umlagen (Eintritte, Nahrungsmittelumlagen, Materialien usw.).

Mitteilungen der vhs

Fallen einzelne Termine kurzfristig aus, werden Sie von uns umgehend telefonisch, per SMS oder per E-Mail benachrichtigt. Weitere Informationen entnehmen Sie bitte der örtlichen Presse.

Informationen zur Kursrechnung:

Eine Rechnung erhalten Sie im Nachgang des durchgeführten Kurses per E-Mail oder per Post.

Eine Ausnahme besteht bei Exkursionen und Studienreisen: hier entsteht die Zahlungspflicht mit der Anmeldung. Sie erhalten vor Veranstaltungsbeginn eine Rechnung per Mail oder per Post.

Teilnahmebescheinigung

Wenn Sie regelmäßig am Kurs teilgenommen haben, kann eine Teilnahmebescheinigung ausgestellt werden. Bitte melden Sie diesen Wunsch rechtzeitig bei Ihrer Kursleitung an, damit die Übergabe in der letzten Kursstunde erfolgen kann. Für Teilnahmebescheinigungen wird ein Entgelt von 5,00 EUR erhoben.

Hausordnung

Die Veranstaltungen der vhs finden in verschiedenen Gebäuden statt. Beachten Sie bitte die jeweilige Hausordnung.

Datenschutz

Die vhs Ibbenbüren speichert und verwendet Ihre Daten gemäß der neuen Europäischen-Datenschutzgrundverordnung (EU-DSGVO) sowie des neuen Bundesdatenschutzgesetzes. Ihre Daten verwenden wir allein zur Erbringung unserer Leistungen. Sie werden nicht an Dritte weitergegeben (siehe Datenschutzbestimmungen auf den nachfolgenden Seiten).

DATENSCHUTZERKLÄRUNG

Nachstehend informieren wir Sie ausführlich über den Umgang mit Ihren Daten, soweit Sie unsere Services in Anspruch nehmen.

1. Verantwortlichkeit

Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts ist die Volkshochschule der Stadt Ibbenbüren, gesetzlich vertreten durch den Bürgermeister Dr. Marc Schrameyer (nachfolgend „wir“ genannt).

2. Speicherung von Zugriffsdaten

Bei jedem Zugriff auf unsere Website werden Zugriffsdaten in einer Protokolldatei auf dem Webserver unseres Providers gespeichert.

Dieser Datensatz besteht aus

- § der IP-Adresse des anfragenden Endgeräts,
- § Datum und Uhrzeit des Abrufs,
- § dem Namen und der URL der angeforderten Datei,
- § der übertragenen Datenmenge,
- § der Meldung, ob der Abruf erfolgreich war,
- § Erkennungsdaten des verwendeten Browsers und Betriebssystems,
- § Website, von der aus der Zugriff erfolgt, sowie
- § dem Namen Ihres Internet-Zugangs-Providers.

Die Erhebung dieser Daten ist aus technischen Gründen notwendig. Diese Daten erlauben uns selbst keinen Rückschluss auf Ihre Person. Eine Nutzung unserer Website ist ohne Bereitstellung Ihrer IP-Adresse technisch leider nicht möglich.

3. Cookies-Verwendung zur Gewährleistung der Benutzerfreundlichkeit

Wir speichern auf dem Speichermedium Ihres Endgeräts Cookies, um den Besuch unserer Website attraktiv zu gestalten und die Nutzung bestimmter Funktionen zu ermöglichen. Dies dient unserem Vertriebsinteresse als berechtigtes Interesse.

Cookies sind kleine Textdateien, die vom Webserver unseres Providers an den Browser Ihres Endgeräts versandt und auf diesem gespeichert werden. Die Cookies werden benötigt, um Sie z.B. nach erfolgreicher Anmeldung zu Ihrem Nutzerkonto für die gesamte Dauer Ihres Besuches identifizieren und autorisieren zu können. Sie werden auch dann benötigt, wenn Sie Angaben z.B. im Rahmen einer Anmeldung für einen Kurs machen, ohne sich registriert zu haben, um Ihnen die mehrmalige Eingabe Ihrer Daten zu ersparen. Diese Cookies werden nach Ende Ihrer Browser-Sitzung wieder vom Speichermedium Ihres Endgeräts gelöscht (sog. Sitzungs-Cookies).

Meist ist der Browser Ihres Endgeräts so eingestellt, dass dieser die Erstellung und Speicherung von Cookies akzeptiert. Sie haben die Möglichkeit, Ihren Browser so einzurichten, dass er die Speicherung und Verwendung von Cookies generell oder für den Einzelfall ablehnt. In diesem Fall kann allerdings der Funktionsumfang unserer Website eingeschränkt sein.

4. Verwendung von Social Plug-Ins

Auf unserer Website sind Plug-Ins der sozialen Netzwerke für den deutschen Markt enthalten: Facebook

(Betreiber: Facebook Ireland Limited, 4 Grand Canal Square, Dublin 2, Irland). Die Plug-Ins erkennen Sie an dem jeweiligen Logo.

Durch Aktivierung des jeweiligen Plug-Ins erhält der entsprechende Plug-In-Anbieter die Information, dass Ihr Browser unsere Website aufgerufen hat, auch wenn Sie kein Konto beim Plug-In-Anbieter besitzen oder zu diesem Zeitpunkt nicht bei diesem eingeloggt sind. Diese Information (einschließlich Ihrer IP-Adresse) wird von Ihrem Browser direkt an einen Server vom jeweiligen Plug-In-Anbieter in den USA übermittelt und dort gespeichert.

Sind Sie beim jeweiligen Plug-In-Anbieter eingeloggt, kann der Plug-In-Anbieter den Besuch unserer Website Ihrem Konto beim Plug-In-Anbieter direkt zuordnen. Wenn Sie den Button des jeweiligen Plug-In-Anbieters betätigen oder einen Kommentar abgeben, wird die entsprechende Information ebenfalls direkt an einen Server vom Plug-In-Anbieter übermittelt und dort gespeichert. Die Informationen werden zudem auf den Seiten des Plug-In-Anbieters veröffentlicht und Ihren Freunden angezeigt.

Wenn Sie nicht möchten, dass der jeweilige Plug-In-Anbieter die über unsere Website gesammelten Daten Ihrem Konto beim jeweiligen Plug-In-Anbieter zuordnet, müssen Sie sich vor Ihrem Besuch unserer Website beim jeweiligen Plug-In-Anbieter ausloggen.

Die Plug-In-Anbieter können die erhobenen Daten zum Zwecke der Werbung, Marktforschung und bedarfsgerichteten Gestaltung ihrer jeweiligen Seiten benutzen. Hierzu werden vom jeweiligen Plug-In-Anbieter Nutzungs-, Interessen- und Beziehungsprofile erstellt, z.B. um Ihre Nutzung unserer Website im Hinblick auf die Ihnen beim jeweiligen Plug-In-Anbieter eingeblendeten Werbeanzeigen auszuwerten, andere Nutzer der Plattformen der Plug-In-Anbieter über Ihre Aktivitäten auf unserer Website zu informieren und um weitere mit der Nutzung der Plattform des jeweiligen Plug-In-Anbieters verbundene Dienstleistungen zu erbringen. Wenn Sie mit den Profilbildungen nicht einverstanden sind, können Sie diesen widersprechen. Zur Ausübung dieses Widerspruchsrechts müssen Sie sich allerdings direkt an jeweiligen Plug-In-Anbieter wenden.

Wir haben weder Einfluss auf die erhobenen Daten und Datenverarbeitungsvorgänge, noch sind uns der volle Umfang der Datenerhebung, die Zwecke sowie die Speicherfristen bekannt. Einzelheiten hierzu sowie zu Ihren Rechten und Einstellungsmöglichkeiten zum Schutz Ihrer Daten können Sie den Datenschutzhinweisen von dem Plug-In-Anbieter durch Klicken des folgenden Links entnehmen: www.facebook.com/policy.php

5. Kursanmeldung

Die bei Anmeldung für einen Kurs abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchenhinweis gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Vorname, Adresse, E-Mail-Adresse, Geburtsdatum) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei

Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z.B. Babykurse, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

6. Speicherdauer und Löschung von Daten

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

7. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihre Daten nur an Dritte weiter, wenn wir hierzu aufgrund des geltenden Rechts berechtigt oder verpflichtet sind. Gleiches gilt, wenn wir Ihre Daten von Dritten erhalten.

Eine Berechtigung liegt auch dann vor, wenn Dritte die Daten in unserem Auftrag verarbeiten: Wenn wir unsere Geschäftstätigkeiten (z.B. Betrieb der Website, Angebotsanpassung, Teilnehmersupport, Erstellen und Versenden von Werbematerial, Datenanalyse und gegebenenfalls Datenbereinigung, Zahlungsabwicklung) nicht selbst vornehmen, sondern von anderen Unternehmen vornehmen lassen, und diese Tätigkeiten mit der Verarbeitung Ihrer Daten verbunden ist, haben wir diese Unternehmen zuvor vertraglich verpflichtet, die Daten nur für die uns rechtlich erlaubten Zwecke zu verwenden. Wir sind befugt, diese Unternehmen insoweit zu kontrollieren.

Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung

an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

8. Datensicherheit

Wir treffen alle notwendigen technischen und organisatorischen Sicherheitsmaßnahmen, um Ihre personenbezogenen Daten vor Verlust und Missbrauch zu schützen. So werden Ihre Daten in einer sicheren Betriebsumgebung gespeichert, die der Öffentlichkeit nicht zugänglich ist.

Im Rahmen Ihrer Anmeldung für einen Kurs werden Ihre personenbezogenen Daten verschlüsselt übertragen. Hierzu verwenden wir insbesondere die Verschlüsselungstechnologie SSL (Secure Socket Layer). Der Zugang zu Ihrem Nutzerkonto ist nur nach Eingabe Ihres persönlichen Passwortes möglich. Sie sollten Ihre Zugangsinformationen stets vertraulich behandeln und das Browserfenster schließen, wenn Sie die Kommunikation mit uns beendet haben, insbesondere wenn Sie Ihr Endgerät gemeinsam mit anderen nutzen. Bitte berücksichtigen Sie, dass wir uns zwar bemühen, eine sichere und zuverlässige Website für Nutzer zu gestalten, ein Zugriff Dritter jedoch nicht 100%ig ausgeschlossen werden kann.

Bitte beachten Sie, dass bei der Kommunikation per E-Mail keine vollständige Vertraulichkeit und Datensicherheit gewährleistet ist. Wir empfehlen daher bei vertraulichen Informationen den Postweg.

9. Ihre Rechte (Auskunft, Berichtigung, Sperrung, Löschung, Widerspruch, Widerruf, Übertragung, Beschwerde)

Sie haben jederzeit das Recht, unentgeltlich Auskunft darüber zu erhalten, welche Daten über Sie bei uns gespeichert sind und zu welchem Zweck die Speicherung erfolgt. Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Darüber hinaus sind Sie berechtigt, unrichtige Daten korrigieren und Daten sperren oder löschen zu lassen, soweit die Speicherung unzulässig oder nicht mehr erforderlich ist. Zudem haben Sie das Recht, erteilte Einwilligungen mit Wirkung für die Zukunft zu widerrufen. Ihr jeweiliges Anliegen können Sie durch Nutzung der in Ziff. 1 genannten Kontaktdaten an uns richten.

Neben den zuvor genannten Rechten haben Sie außerdem grundsätzlich das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

10. Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten

Die Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten lauten: Zweckverband KAAW – Kommunale ADV-Anwendergemeinschaft West Weberstraße 5, 49477 Ibbenbüren, Deutschland Herr Mario Könning, Email: datenschutz@kaaw.de

WIDERRUFSBELEHRUNG

Widerrufsrecht

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsabschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Art. 246 § 2 i.V.m. § 1 Abs. 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312e Abs. 1 Satz 1 BGB i.V.m. Art. 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Der Widerruf ist zu richten an:

Volkshochschule Ibbenbüren
Oststraße 28
49477 Ibbenbüren
vhs@ibbenbueren.de

Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z. B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung ganz oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren, müssen Sie uns insoweit ggf. Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

Besondere Hinweise

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

Ende der Widerrufsbelehrung

ANMELDEKARTE

2. Semester 2025



Volkshochschule
Ibbenbüren
Hörstel · Hopsten · Mettingen · Recke

Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen!

Kurs-Nr. *	Kurstitel *	E-Mail *
Name, Vorname *		Telefon Festnetz/Mobil (Informationen via SMS) **
Straße, Hausnummer, PLZ, Ort *		Geburtsdatum *

Bei Ermäßigung bitte ankreuzen! (Bitte Nachweis mit der Anmeldung vorlegen.) ALG 1/Bürgergeld-/Sozialhilfe-/Wohngeldempfänger*innen Wehr-/Bundesfreiwilligendienst Schüler*in, Studierende, Auszubildende Schwerbehinderung (ab GdB 80) Sozialausweis/Ehrenamtskarte/Münsterlandkarte

Zahlungswunsch: * Per Rechnung. Per SEPA-Lastschriftmandat, das der vhs Ibbenbüren vorliegt. Per SEPA-Lastschriftmandat, das ich neu erteile.

Datum, Unterschrift der/des Teilnehmenden bzw. gesetzlichen Vertretung. Die Teilnahme- und Zahlungsbedingungen sowie die Datenschutz- und Widerrufsbelehrung der vhs habe ich gelesen und erkenne diese an.

Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandates (Sofern dieses noch nicht vorliegt): m w d Geb.-Datum _____

IBAN
Bezeichnung des Kreditinstituts
Kontoinhaber*in
Unterschrift

Wie haben Sie von dem vhs-Programm Kenntnis erhalten?

Internet Programmheft Dritte

Wichtig!

Bitte stecken Sie aus Datenschutzgründen die Anmeldekarte in einen Briefumschlag.

ANMELDEKARTE

2. Semester 2025



Volkshochschule
Ibbenbüren
Hörstel · Hopsten · Mettingen · Recke

Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen!

Kurs-Nr. *	Kurstitel *	E-Mail *
Name, Vorname *		Telefon Festnetz/Mobil (Informationen via SMS) **
Straße, Hausnummer, PLZ, Ort *		Geburtsdatum *

Bei Ermäßigung bitte ankreuzen! (Bitte Nachweis mit der Anmeldung vorlegen.) ALG 1/Bürgergeld-/Sozialhilfe-/Wohngeldempfänger*innen Wehr-/Bundesfreiwilligendienst Schüler*in, Studierende, Auszubildende Schwerbehinderung (ab GdB 80) Sozialausweis/Ehrenamtskarte/Münsterlandkarte

Zahlungswunsch: * Per Rechnung. Per SEPA-Lastschriftmandat, das der vhs Ibbenbüren vorliegt. Per SEPA-Lastschriftmandat, das ich neu erteile.

Datum, Unterschrift der/des Teilnehmenden bzw. gesetzlichen Vertretung. Die Teilnahme- und Zahlungsbedingungen sowie die Datenschutz- und Widerrufsbelehrung der vhs habe ich gelesen und erkenne diese an.

Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandates (Sofern dieses noch nicht vorliegt): m w d Geb.-Datum _____

IBAN
Bezeichnung des Kreditinstituts
Kontoinhaber*in
Unterschrift

Wie haben Sie von dem vhs-Programm Kenntnis erhalten?

Internet Programmheft Dritte

Wichtig!

Bitte stecken Sie aus Datenschutzgründen die Anmeldekarte in einen Briefumschlag.

Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandates

Hiermit ermächtige(n) ich/wir die Stadt Ibbenbüren, Zahlungen von meinem/ unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise(n) ich/wir mein/unser Kreditinstitut an, die von der Stadt Ibbenbüren auf mein/unser Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich/Wir kann/können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit dem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Die Mandatsreferenznummer wird von der Volkshochschule vergeben und ist dem Kontoauszug zu entnehmen.

Immer eine schöne Idee:

Der Geschenkgutschein der vhs

Volkshochschule Ibbenbüren
Geschäftsstelle
Oststraße 28
49477 Ibbenbüren

Telefon 05451 931-4305
vhs@ibbenbueren.de
www.vhs-ibbenbueren.de

Gutschein
für eine Veranstaltung in
der Volkshochschule

Bitte senden Sie Ihre Anmeldung an eine der folgenden Geschäftsstellen:

vhs Ibbenbüren

Hauptgeschäftsstelle der Volkshochschule
Oststraße 28, 49477 Ibbenbüren

Stadtverwaltung Hörstel

Volkshochschule
Sünthe-Rendel-Str. 14, 48477 Hörstel

Gemeindeverwaltung Hopsten

Volkshochschule
Bunte Straße 35, 48496 Hopsten

Gemeindeverwaltung Mettingen

Volkshochschule
Markt 6 – 8, 49497 Mettingen

Gemeindeverwaltung Recke

Volkshochschule
Hauptstraße 28, 49509 Recke

Wichtig!

Bitte stecken Sie aus Datenschutzgründen die Anmeldekarte in einen Briefumschlag.



Wichtige Hinweise:

Bitte pro Kurs / pro Teilnehmer*in nur eine Anmeldekarte ausfüllen!

Sie erhalten von uns eine schriftliche Anmeldebestätigung per Post oder per E-Mail. Sofern Sie auf der Warteliste stehen, der Kurs verschoben oder verlegt wird, werden Sie von uns umgehend informiert.

Sie können uns Ihre Anmeldung auch mailen:
vhs@ibbenbueren.de

oder sich direkt über das Internet anmelden:
www.vhs-ibbenbueren.de

Bitte senden Sie Ihre Anmeldung an eine der folgenden Geschäftsstellen:

vhs Ibbenbüren

Hauptgeschäftsstelle der Volkshochschule
Oststraße 28, 49477 Ibbenbüren

Stadtverwaltung Hörstel

Volkshochschule
Sünthe-Rendel-Str. 14, 48477 Hörstel

Gemeindeverwaltung Hopsten

Volkshochschule
Bunte Straße 35, 48496 Hopsten

Gemeindeverwaltung Mettingen

Volkshochschule
Markt 6 – 8, 49497 Mettingen

Gemeindeverwaltung Recke

Volkshochschule
Hauptstraße 28, 49509 Recke

Wichtig!

Bitte stecken Sie aus Datenschutzgründen die Anmeldekarte in einen Briefumschlag.



Wichtige Hinweise:

Bitte pro Kurs / pro Teilnehmer*in nur eine Anmeldekarte ausfüllen!

Sie erhalten von uns eine schriftliche Anmeldebestätigung per Post oder per E-Mail. Sofern Sie auf der Warteliste stehen, der Kurs verschoben oder verlegt wird, werden Sie von uns umgehend informiert.

Sie können uns Ihre Anmeldung auch mailen:
vhs@ibbenbueren.de

oder sich direkt über das Internet anmelden:
www.vhs-ibbenbueren.de



Volkshochschule
Ibbenbüren
Hörstel · Hopsten · Mettingen · Recke

Volkshochschule Ibbenbüren

Hauptgeschäftsstelle der Volkshochschule

Oststraße 28
49477 Ibbenbüren
Telefon: 05451 931-4305
E-Mail: vhs@ibbenbueren.de
Homepage: www.vhs-ibbenbueren.de

Öffnungszeiten:

montags	08:00 bis 12:00 Uhr
dienstags	08:00 bis 16:00 Uhr
mittwochs	08:00 bis 12:00 Uhr
donnerstags	08:00 bis 12:00 Uhr und 14:00 bis 18:00 Uhr
freitags	08:00 bis 12:00 Uhr

**Das Programmheft der
vhs Ibbenbüren für das
Semester 2026.1 erscheint
im Dezember 2025.
Der Anmeldetermin wird
rechtzeitig bekannt gegeben.**



Volkshochschule
Ibbenbüren

Hörstel • Hopsten • Mettingen • Recke

IMPRESSUM

Inhalt:

Volkshochschule der Stadt Ibbenbüren

Oststraße 28

49477 Ibbenbüren

Auflage: 2.000 Stück

Titelbild: vhs Ibbenbüren

Corporate Design:

Deutscher Volkshochschulverband e.V.

Entwurf: vhs Ibbenbüren

Fotos: Siehe Bildnachweis

Gestaltung/Satz/Druck und Verarbeitung:

ivd GmbH & Co. KG

Wilhelmstraße 240

49475 Ibbenbüren

www.ivd.de

Der Nachdruck ohne schriftliche Genehmigung ist, auch in Auszügen, nicht gestattet.

Bildnachweis: *vhs Ibbenbüren*: S. 6, 7 / *Adobe Stock*: S. 7, 23, 37, 49 /

iStock-Photos: Titelseite, S. 10, 16, 18, 24, 30, 34, 36, 41, 42, 43 /

Copyright (c) Haase-Hindenberg: S. 19



**Zentrale
Telefonnummer
der vhs
05451
931-4305**



Volkshochschule
Ibbenbüren
Hörstel • Hopsten • Mettingen • Recke

**Volkshochschule Ibbenbüren
Hauptgeschäftsstelle**

Oststraße 28
49477 Ibbenbüren
Telefon: 05451 931-4305

vhs@ibbenbueren.de
www.vhs-ibbenbueren.de

Öffnungszeiten:

montags	08:00 bis 12:00 Uhr
dienstags	08:00 bis 16:00 Uhr
mittwochs	08:00 bis 12:00 Uhr
donnerstags	08:00 bis 12:00 Uhr 14:00 bis 18:00 Uhr
freitags	08:00 bis 12:00 Uhr

