



Plan
Herbst 2026

Städtische
Volkshochschule
Kellinghusen





KRAFTFAHRZEUGE & OLDTIMER

Reparaturen aller Marken
Reparatur von Young- & Oldtimern

- ✓ Wartung und Inspektion
- ✓ Hauptuntersuchung nach § 29 StVZO durch anerkannte Prüforganisationen
- ✓ Abgasuntersuchung
- ✓ Klimaservice
- ✓ Unfallinstandsetzung
- ✓ Reifenservice
- ✓ Glasservice
- ✓ Oldtimerreparatur
- ✓ Zubehöreinsbau
- ✓ Ersatzwagen oder Ersatzfahrrad
- ✓ Ersatzteile und Zubehör
u.v.m.



Daniel Laackmann e.K.
Telefon: 0 48 22 / 62 22
E-Mail: info@laackmann.sh

Quarnstedter Straße 14
25548 Kellinghusen
www.laackmann.sh

Städtische Volkshochschule Kellinghusen

Mitglied im Landesverband der Volkshochschulen
Schleswig-Holstein e.V.

Leitung: Axel Pietsch

Geschäftsführung: Anja von Possel-Bohnsack

Geschäftsstelle:
Danziger Straße 40, 25548 Kellinghusen

Telefon: 04822/376730
info@volkshochschule-kellinghusen.de
www.VHS-Kellinghusen.de

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle ab 17. August 2026

Montags, dienstags und donnerstags: 9:00 – 11:00 Uhr.

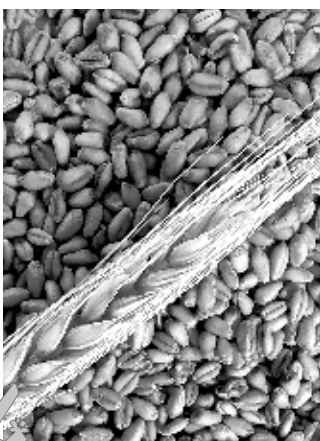
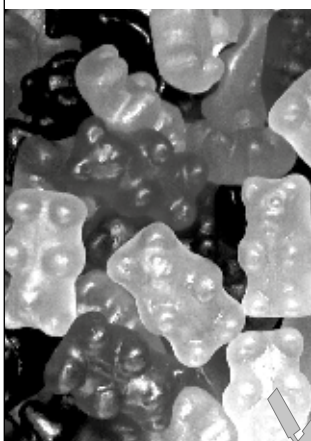
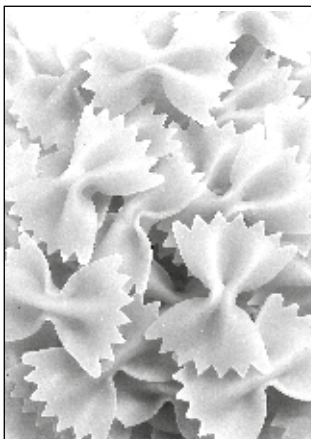
Außerhalb der Geschäftszeiten können Sie eine Nachricht auf unseren Anrufbeantworter sprechen oder uns per eMail erreichen.

Sollte nichts anderes vermerkt sein, finden alle Kurse und Einzelveranstaltungen in der Danziger Straße 40 statt.

Während der Schleswig-Holsteinischen Ferien (12. - 25.10.26) und 21.12.26 - 6.1.2027 finden keine Freizeit- und Weiterbildungskurse der Volkshochschule statt und das Büro ist nicht geöffnet.

Bankverbindung:
Stadt Kellinghusen
IBAN: DE74222500200040002618
BIC: NOLADE21WHO

Umschlagfotos: Dozenten der VHS Kellinghusen



Mühle Breide

Mehle, Saaten, Getreide, Hülsenfrüchte,
Reis, Nudeln, Olivenöle, Essigzubereitungen,
Gewürze, Nusskerne- und Mischungen,
Kaffee, Tee und vieles mehr.

unverpackt

Hauptstr. 15
25563 Wrist

Telefon
04822 6777

info@breide.de
breide.de

Mo. - Fr. 07:30 - 18:00 Uhr, Sa. 08:00 bis 12:00 Uhr

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis	3
Was jede/r Teilnehmer/in wissen muss	3
Politik, Gesellschaft, Umwelt.....	6
Kultur, Gestalten	21
Gesundheit, Ernährung	34
Sprachen	45
Arbeit, Beruf, Digital	48
Jugendvolkshochschule.....	53
Anmeldung	56

Was jede/r Teilnehmer/in wissen muss

Die komplette Satzung/Entgeltordnung sowie DS-GVO kann im Internet bzw. im VHS-Büro eingesehen werden.

Teilnahmeberechtigung

Aufgabe der Volkshochschule ist die Erwachsenenbildung. An den Kursen der VHS können Erwachsene und Heranwachsende (in der Regel ab dem 16. Lebensjahr) teilnehmen. Das Kursangebot der Jugendvolkshochschule gilt für Schüler/innen und bedingt für Erwachsene.

Anmeldung

Sie können sich ab dem **17. August 2026** persönlich zu den bekannten Öffnungszeiten in der VHS-Geschäftsstelle, Danziger Straße 40, Schulzentrum, 25548 Kellinghusen oder ab sofort per Post, E-Mail anmelden.

Ohne schriftliche Anmeldung ist die Teilnahme an den Kursen nicht gestattet. Ein Anmeldeformular befindet sich im Arbeitsplan und liegt außerdem in der Geschäftsstelle der VHS aus.

Teilnehmerzahl

Kurse können in der Regel nur stattfinden, wenn die Summe der Teilnahmeentgelte mindestens das Honorar der Kursleiter/innen deckt. Diese Kostendeckung kann in Absprache mit den Beteiligten durch eine Erhöhung des Teilnahmeentgeltes erreicht werden. In vielen Kursen haben wir jetzt eine zweite Gebühr erhoben. Bei Fragen wenden Sie sich an die Geschäftsstelle.

Teilnahmeentgelt

Die Teilnehmer/innen verpflichten sich mit der schriftlichen Anmeldung zur Zahlung des im Programmheft bekannt gemachten Teilnahmeentgeltes. Das Teilnahmeentgelt ist bis zum Tag der Veranstaltung, bei Kursen bis zum ersten Tag des Kurses fällig. Das Teilnahmeentgelt für Tagesfahrten, Theaterfahrten und VHS-Reisen ist spätestens bis zum Anmeldeschluss zu überweisen. ***Bitte geben Sie bei Überweisungen immer die Kursnummer und den Kurs an.***

Rücktritt / Kündigung / Übertragung

Ein Anspruch auf Zahlung des Hörentgelts steht der VHS auch im Falle einer nicht erfolgten Inanspruchnahme der VHS-Leistung zu, wenn nicht eine Woche vor Beginn des Kurses oder Einzelveranstaltung bzw. zum Anmeldeschluss eine schriftliche Rücktrittserklärung bei der VHS-Geschäftsstelle vorliegt. **Eine Übertragung der Anmeldung ist nur nach Rücksprache mit der VHS möglich.**

Die AGB's und die Datenschutzverordnung finden Sie als Aushang im Büro und im Internet unter www.VHS-Kellinghusen.de.

Kurswechsel

Sollten Sie feststellen, dass der gewählte Kurs für Sie zu schwierig oder zu leicht ist, so können Sie sich in der Geschäftsstelle beraten und in einen anderen Kurs umschreiben lassen, sofern dort noch ein Platz frei ist.

Ermäßigung von Teilnahmeentgelten

Die VHS erteilt nur Ermäßigung, wenn diese beantragt wird und die entsprechende **Bescheinigung bis Kursbeginn vorliegt**. Die Ermäßigung wird auf **zwei Kurse** pro Semester beschränkt. Studenten/innen, Auszubildende, Bundesfreiwilligendienstler/innen, Personen im Freiwilligen Sozialen Jahr, Schwerbehinderte im Sinne des SGB 9 § 2 Abs. II und Arbeitslose erhalten eine Ermäßigung von 25%. Empfänger/innen von SGB 2 bis einschließlich des 21. Lebensjahres, Empfänger/innen nach SGB 12 sowie Schüler/innen erhalten eine Ermäßigung von 50%. **Für Einzelveranstaltungen, Fahrten sowie Anschlusskurse erhalten Sie keine Ermäßigung.**

Haftung

Für die Teilnehmer/innen an VHS-Kursen besteht Körper- und Sachdeckungsschutz ausschließlich im Rahmen der Satzung des Kommunalen Schadensausgleichs Schleswig-Holstein. Weitere Ansprüche seitens der Hörer/innen sind ausdrücklich ausgeschlossen.

Achtung! Versicherungsschutz gilt nur für schriftlich angemeldete Teilnehmer/innen der VHS!

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass Rauchen und Alkohol in den Schulen und auf den Schulgeländen nicht gestattet ist.

Behandeln Sie alle Einrichtungsgegenstände schonend und vermeiden Sie bitte alles, was zu Beschwerden führen kann.

Lehrbücher

Lehrbücher werden von der Volkshochschule nicht gestellt.

Teilnahmebescheinigung

Am Schluss des Semesters kann auf Wunsch für die regelmäßige Teilnahme an einem Kurs eine Teilnahmebescheinigung oder ein Zertifikat ausgestellt werden. Sie ist beim Kursleiter oder der Kursleiterin zu beantragen. Die Gebühr beträgt 1,00 Euro für ein Zertifikat.

**Gerne können Sie uns ein SEPA-Mandat erteilen,
dann buchen wir die Kursgebühr vor Kursbeginn ab.
Die Lebensmittelumlage muss vor Ort bezahlt werden
und fällt auch bei Nichterscheinen an**

Widerrufsbelehrung

Widerrufsrecht

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z.B. Brief, Fax, eMail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Artikel 246 § 2 in Verbindung mit § 1 Absatz 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312g Absatz 1 Satz 1 BGB in Verbindung mit Artikel 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

Der Widerruf ist zu richten an:

Städtische Volkshochschule Kellinghusen
Danziger Straße 40
25548 Kellinghusen
info@volkshochschule-kellinghusen.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 sowie Nutzungen (z.B. Gebrauchsvorteile) nicht oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren beziehungsweise herausgeben, müssen Sie uns insoweit 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



Malerei-Glaserei-Farbenfachgeschäft
Malerfachbetrieb
hansen
Maler- und Lackierermeister

Maler-Tapezier- und Bodenbelagsarbeiten
Glaserarbeiten · Deko- und Raumgestaltung
Altbausanierung · Wärme-Verbundsystemarbeiten
Hauptstraße 49 · 25548 Kellinghusen
Tel. 048 22 / 15 75 · Fax 048 22 / 15 78
E-Mail malerei-hansen@t-online.de
www.malerfachbetriebhansen.com

Politik, Gesellschaft, Umwelt

Demokratische Orte des Lernens

Die Volkshochschulen verstehen sich seit ihrer Gründung als demokratische Orte des sozialen und politischen Lernens. Das Programmangebot des Fachbereichs „Politik – Gesellschaft – Umwelt“ umfasst sowohl politische, soziale, ökonomische, ökologische, rechtliche als auch geschichtliche, psychologische und pädagogische Themen. Bildung für nachhaltige Entwicklung, Umweltbildung und Globales Lernen sind wesentliche gesellschaftliche Aufgaben.

1 Besichtigung Schloss Breitenburg

Die Schlossanlage Breitenburg ist eine der ältesten noch erhaltenen Anlagen in Schleswig-Holstein. Erfahren Sie während einer informativen Führung über Historisches, Kulturelles und Informatives von früher und heute.

Gebühr:	9,00 €, bis 12 Jahre 4,50 €
Termin:	Freitag, 2. Oktober 2026
Treffpunkt:	15:45 Uhr Schlossbrunnen
Anmeldeschluss:	25. September 2026

2 Reise in die Kreidezeit - Kreidegrube Heidestraße

-Gemeinschaftsveranstaltung mit dem Mehrgenerationenhaus-

Nach einer Einleitung über Geologie und Tierwelt in der Kreidezeit kann jeder bis 14:00 Uhr in der Kreidegrube Heidestraße in Lägerdorf auf die Suche nach Donnerkeil und Seeigel gehen. Mindestalter der Teilnehmer/innen 10 Jahre. Kinder unter 16 Jahren nur in Begleitung eines Erwachsenen. Mitzubringen: Helm (Fahradhelm), Hammer, Meißel, festes Schuhwerk (Stiefel), Verpackungsmaterial, Proviant, Warnweste. Weitere Infos im Internet.

Gebühr:	11,00 €, bis 15 Jahre 8,00 €
Termin:	Samstag, 19. Sept. 2026
Treffpunkt:	9:45 Uhr Vor der Grube
Anmeldeschluss:	17. September 2026

LIEBEVOLLGEBORGEN DER FAMILIENDIENST

Angebote des Ambulanten Pflegedienstes

- Leistungen im Rahmen des SGB XI
- Behandlungspflege
- Haushaltshilfe
- Betreuungsleistungen
- Beratung



Angebote zum Eltern-Kind-Bereich finden Sie auf unserer Internetseite!

Anja von Bornstädt | Tel. 04822-36 722 17
Tewesallee 6a | 25548 Kellinghusen
www.liebevollgeborgen.de



3 Besichtigung des Deutschen Schallplattenmuseums

Die Geschichte der Schallplatte hautnah

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt des Deutschen Schallplattenmuseums in Nortorf und begleiten Sie uns auf einer spannenden Zeitreise durch über 100 Jahre Tonträgergeschichte. Geschichtliche Hintergründe und spannende Einblicke in die Herstellungstechnik. Historische Maschinen, außergewöhnliche Exponate und echte Raritäten einer umfangreichen Sammlung.

Gebühr:	ab 6 TN/13,00 € ab 8 TN/11,00 €
Termin:	Sonntag, 15. Nov. 2026
Treffpunkt: 11:00 Uhr	Schallplattenmuseum Niedernstraße 7b, Nortorf
Anmeldeschluss:	8. November 2026

4 Besichtigung des Druckmuseums Rendsburg

Druckvorführung

Das Druckmuseum gehört zu den Museen im Kulturzentrum und ist noch ein recht junges Haus. Ab Mitte der 1970er Jahre entstand eine beeindruckende Sammlung zum Satz- und Druckereiwesen. Entdecken Sie die technik- und sozialhistorische Entwicklung der letzten 200 Jahre – von Gutenbergs Handsatz bis hin zum Foto- und Computersatz. Bei Druckvorführungen werden die Maschinen zum Leben erweckt. Die Buchbinderei sowie eine kleine Ausstellung zum Offsetdruck bieten weitere Einblicke.

Gebühr:	ab 6 TN/16,50 € ab 8 TN/12,50 €
Termin:	Sonntag, 8. Nov. 2026
Treffpunkt: 14:00 Uhr	Druckmuseum Rendsburg
Anmeldeschluss:	31. Oktober 2026

5 Besichtigung NDR Kiel

Sie interessieren sich dafür, wie ein Studio von innen aussieht? Wie viele Menschen an der Produktion einer Sendung beteiligt sind? Welche Technik dabei eingesetzt wird? Durch eine/e Mitarbeiter/in des NDR wird Ihnen die Arbeit von Hörfunk und Fernsehen erläutert. Anschließend werden Sie eingeladen, eine Live-Übertragung im Fernsehstudio zu erleben. Mindestalter 15 Jahre. Kleingruppe 7 Teilnehmer/innen.

Gebühr:	10,00 €
Termin:	Mittwoch, 7. Oktober 2026
Treffpunkt: 16:45 Uhr	Wird bekannt gegeben
Anmeldeschluss:	15. September 2026

Europäische Datenschutz-Grundverordnung (DS-GVO)
Die bei den Anmeldungen aufgenommen Daten der Teilnehmer werden ausschließlich zur Vorbereitung der Kurse und für statistische Zwecke verwendet. Die Vorschriften des Datenschutzes werden berücksichtigt und können bei uns eingesehen werden. Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht!

6 Herbstführung für Waldinteressierte aller Altersgruppen

Wir wollen gemeinsam den Wald erkunden und sehen, wie sich eines der wichtigsten Ökosysteme im Klimawandel verändert. Verbunden damit sind die Themen naturnahe Waldwirtschaft und Waldumbau. Damit den jüngeren Teilnehmern nicht langweilig wird, werden wir ein paar Spiele einbauen. Freundliche Hunde inklusive dazugehöriger Leine sind willkommen und wer möchte kann auch einen Pilzkorb mitbringen. Ziel: einen schönen Nachmittag im Wald verbringen, Spaß haben und Fragen loswerden, die man zum Wald hat.

Mitbringen: Wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk, gute Laune.

Leitung:	Björn Berling	Gebührenfrei
Freitag:	15:00 – 18:00 Uhr	Försterei Schierenwald
Termin:	9. Oktober 2026	1 Nachmittag
Anmeldeschluss:		5. Oktober 2026

7 Kuhsprechstunde für Familien mit Kindern ab 6 Jahren

Wir kommen vor dem Kuhstall zusammen und erzählen aus dem Kuhalltag – sachliche Informationen und humorvolle Anekdoten. Eine Gelegenheit, um Kühe und Kälber zu beobachten, zu streicheln und sich zu informieren, z.B. zur kuhgebundenen Kälberhaltung, Aufzucht, Fütterung und Melken. Mitzubringen: Wetterfeste Kleidung.

Gebühr:		Familie: 16,00 €
		1 Erw.+1 Kind 11,00 €
Samstag:	11:00 – 13:00 Uhr	Hof Hauschildt, Hauptstr.8
		25563 Quarnstedt
Termin:	12. September 2026	1 Vormittag

8 Kuhsprechstunde für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren

Siehe Text Kurs 7 und weitere Infos im Internet.

Gebühr:		Erw. 12,50 €, Kinder 8,50 €
Samstag:	11:00 – 13:00 Uhr	Hof Hauschildt, Hauptstr.8
		25563 Quarnstedt
Termin:	26. September 2026	1 Vormittag

9 Besuch bei Fell und Federkleid e.V.

Wir laden zu einem Rundgang über unseren kleinen Lebenshof in Mehlbek ein. Währenddessen erzählen wir ein wenig über die Tiere, ihre Geschichten und darüber, wie unser Alltag auf dem Hof aussieht. Der Besuch richtet sich an alle, die Interesse an Tierschutz, artgerechter Haltung und dem Zusammenleben mit Tieren haben. Die Teilnahme erfolgt gegen Spende. Wer mag, darf außerdem gerne Obst, Gemüse oder Salate mitbringen.

Leitung:	Lena Grelck/Anne Lutze	Gebührenfrei
Samstag:	11:00 – 12:00 Uhr	Mehlbek
Termin:	12. September 2026	1 Vormittag
Anmeldeschluss:		5. September 2026

10 Was macht der Mönch im Karpfenteich

Bekommen Sie bei einem Spaziergang durch die Teichanlage einen Eindruck davon, welche Wildtiere und Pflanzen hier leben und wie das Zusammenleben von Mensch und Natur funktioniert. Spannende Fragen werden beantwortet und Sie erfahren, was der Mönch im Karpfenteich macht. Es wird Räucherfisch auf Brot zum Probieren angeboten, dafür erheben wir eine Lebensmittelpauschale von 7,50 Euro pro Person. Mitzubringen: Getränk, Fernglas, wetterfeste Kleidung.

Leitung: Ursula Knutzen

Gebühr: ab 6 TN/12,00 €
ab 8 TN/ 9,00 €

Sonntag: 10:00 – 12:00 Uhr

Springhoe

Termin: 6. September 2026

1 Vormittag

11 Pilzführung

Essbare Pilze kennenlernen und mehr. Die Führung fällt aus, wenn es in Strömen regnet. Mitzubringen sind: Korb und Messer, evtl. Pilzbestimmungsbuch, festes Schuhwerk und wettergerechte Kleidung.

Leitung: Anita Engler

Gebühr: ab 6 TN/15,50 €
ab 8 TN/11,50 €

Sonntag: 9:00 – 12:00 Uhr

Außerhalb

Termin: 27. September 2026

1 Vormittag

12 Pilzführung

Text siehe Kurs 11.

Leitung: Anita Engler

Gebühr: ab 6 TN/15,50 €
ab 8 TN/11,50 €

Samstag: 14:00 – 17:00 Uhr

Außerhalb

Termin: 24. Oktober 2026

1 Nachmittag



Berufliche Beratung
in Dithmarschen & Steinburg

Frau & Beruf

- Wiedereinstieg und Vereinbarkeit
- Neu-/Umorientierung
- Bewerbungsstrategien und Selbständigkeit
- Ausbildung in Teilzeit
- Weiterbildung und Fördermöglichkeiten
- kostenlos und vertraulich

frauundberuf@eg-westholstein.de

25746 Heide, Große Westerstraße 8
Tel. 0481 - 68 37 69 - 23

25524 Itzehoe, Viktoriastraße 17
Tel. 04821 - 40 30 28 - 54



egw: **wirtschaftsförderung**
Entwicklungsgesellschaft Westholstein

Projektförderer
WEP*
Wirtschaftsentwicklungsprogramm

KoFinancier| von der
Europäischen Union

SH  **Schleswig-Holsteinische
Landwirtschaft**

13 Permakultur

Was es für unsere Saisonarbeiten im Herbst bedeutet

Wir wollen dieses nachhaltige und zukunftsweisende Konzept der Permakultur für uns und ein besseres Verständnis für unsere Umwelt kennenlernen und erfahren, was wir schon – vielleicht unbewusst – tun bzw. tun können. Gerade jetzt im Herbst gibt es viele Mythen, wie wir einen Garten oder Balkon winterfest machen sollen, stimmen diese oder braucht es ein Umdenken zum Wohle unserer Artenvielfalt und Gesundheit? Mitzubringen: Schreibzeug.

Leitung:	Traute Steinhorst	Gebühr: 5,00 €
Dienstag:	18:00 – 21:00 Uhr	Raum 112
Termin:	6. Oktober 2026	1 Abend

14 Erste Hilfe für Haustiere

Was tun, wenn das geliebte Haustier sich verletzt hat? Was kann ich als Besitzer/in tun, was sollte ich lassen? Wann gehe ich in eine Praxis zur Behandlung? Wie gehe ich mit einem kranken Tier in einer Ausnahme-situation! Neben Hilfe, die jeder leisten kann, gibt es auch Tipps für die Hausapotheke.

Leitung:	Suzanne Douglas Heine	Gebühr: ab 6 TN/29,50 € ab 8 TN/22,00 €
Samstag:	10:00 – 15:00 Uhr	Raum 112
Termin:	19. September 2026	1 Tag

15 Market Gardening

Auf kleiner Fläche Obst und Gemüse anbauen - für sich oder auch zum Verkaufen. Was ist Market Gardening, welche Pflanzen baue ich wie an und was ist ggf. rechtlich zu beachten? Es fördert und schützt die Vielfalt an Pflanzen und Insekten (Bienen). 1000 m² können bereits neben der Selbstversorgung mit guten Produkten auch einen sinnvollen Nebenerwerb bringen. Es gibt umfangreiche Informationen und Tipps.

Leitung:	Suzanne Douglas Heine	Gebühr: ab 6 TN/29,50 € ab 8 TN/22,00 €
Samstag:	10:00 – 15:00 Uhr	Raum 119
Termin:	26. September 2026	1 Tag

16 Kräuter Seminar

Kräuter haben viele gute Eigenschaften für Gesundheit, Küche und Kosmetik. Richtig angewendet, haben sie wenig oder gar keine Nebenwirkungen. Weshalb nicht mal mit Kräutern einen besonderen Geschmack anbieten oder nach viel schwerem Essen etwas für die Gesundheit tun? Es gibt in der Pause Kräutertee und Kräuterkekse. Außerdem stellen wir z.B. Öle oder Tinkturen her.

Mitzubringen: Leere Gläser, Flaschen, Dosen und Materialkosten 15 €.

Leitung:	Suzanne Douglas Heine	Gebühr: ab 6 TN/29,50 € ab 8 TN/22,00 €
Samstag:	12:30 – 17:30 Uhr	Lehrküche
Termin:	7. November 2026	1 Nachmittag

Die Kurse 17 + 18 finden in Kooperation mit dem Verein Zero-Waste-Itzehoe statt. Es entstehen keine Gebühren, der Verein freut sich über eine Spende.

17 Kürbis - kulinarisch und kosmetisch

Herbstzeit ist Kürbiszeit! Kürbis schmeckt nicht nur gut, er tut auch unserer Haut gut! Wir stellen nachhaltige Pflegeprodukte her: Lippenbalsam, Deo-Creme und Körperbutter. Die Reste verwerten wir kulinarisch.

Mitzubringen: 3 Cremedosen/kleine Schraubgläser, Materialkosten 20 €.

Leitung:	Ute Weimann/Priska Streit	Gebührenfrei
Freitag:	17:00 – 20:00 Uhr	Schulküche
Termin:	9. Oktober 2026	1 Abend

18 Soda, Natron & Co. – Haushaltsreiniger selber herstellen

Mit nur wenigen Zutaten effektive Reiniger umweltschonend selber herstellen. Wie kann ich ganz ohne Chemie putzen? In diesem Workshop erobern wir uns verloren gegangenes Wissen über Soda, Natron, Zitronensäure und Co. zurück und stellen einige Reiniger selber her. Mitzubringen: Leere WC-Flasche, leere Sprühflasche oder leere Glasflaschen, Marmeladenglas. Der Verein Zero-Waste Itzehoe e.V. stellt alle Zutaten kostenlos zur Verfügung.

Leitung:	Ute Weimann/Priska Streit	Gebührenfrei
Freitag:	17:00 – 20:00 Uhr	Schulküche
Termin:	22. Januar 2027	1 Abend

Hauke Grelck GMBH
SANITÄR • HEIZUNG • SOLAR
 MEISTERBETRIEB



Unsere Dienstleistungen

- ✓ Badsanierung
- ✓ Heizungsanlagen Öl und Gas
- ✓ Erneuerbare Energie
- ✓ Solaranlagen
- ✓ Störungsdienst
- ✓ Versicherungsschäden
- ✓ Energieausweis

Friedensweg 19
25548 Kellinghusen
Tel. 0 48 22 - 37 86 48

Fax 0 48 22 - 37 86 49
Mobil: 0151 - 19 41 97 82

E-Mail:
info@heizung-kellinghusen.de
www.heizung-kellinghusen.de

**Die Kurse 19 bis 29 sind Online-Vorträge der Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein.
Die Verbraucherzentrale gibt hier wichtige Tipps.
Diese finden Sie bei uns im Internet.**

Sie müssen sich spätestens 2 Werktage vor dem Online-Vortrag mit dem Link, den Sie nach Ihrer Anmeldung von uns erhalten und Ihrer Emailadresse dort registrieren.

**Anmeldeschlüsse finden Sie im Internet zu dem jeweiligen Kurs.
Die Vorträge sind dank der Bundesförderung für Energieberatung der Verbraucherzentrale kostenfrei. Der Vortrag findet in Kooperation mit den Volkshochschulen in Schleswig-Holstein statt.**

19 So klappt es mit der Wärmepumpe

Leitung:	Niklas Kühl	Gebührenfrei
Donnerstag:	18:00 - 19:30Uhr	online
Termin:	24. September 2026	1 Abend

20 Photovoltaikanlage und Wärmepumpe

Leitung:	Ümit Karaarslan / Veronica Restrepo Lopez	Gebührenfrei
Montag:	15:00 – 16:30 Uhr	online
Termin:	5. Oktober 2026	1 Nachmittag

21 11 Tipps, die die Heizkosten senken

Leitung:	Beate Oedekoven	Gebührenfrei
Dienstag:	10:00 – 11:30 Uhr	online
Termin:	6. Oktober 2026	1 Vormittag

22 Elektronische Patientenakte (ePA):

Gläserner Patient oder gesundheitlicher Mehrwert für alle?

Leitung:	Katrin Reinhardt	Gebührenfrei
Donnerstag:	10:00 – 11:30 Uhr	online
Termin:	8. Oktober 2026	1 Vormittag

23 Passt eine Wärmepumpe zu meinem Haus?

Leitung:	Ümit Karaaslan	Gebührenfrei
Montag:	15:00 – 16:30 Uhr	online
Termin:	12. Oktober 2026	1 Nachmittag

24 Ernährung in den Wechseljahren

Leitung:	n.n.	Gebührenfrei
Mittwoch:	17:00 – 18:00 Uhr	online
Termin:	4. November 2026	1 Abend

**Rund um die Uhr: Anmeldung per Mail unter
info@volkshochschule-kellinghusen.de**

25 Solarstrom von Balkon und Terrasse

Leitung:	Ingo Sell	Gebührenfrei
Mittwoch:	18:00 – 19:30 Uhr	online
Termin:	11. November 2026	1 Abend

26 Nachhaltiges Bauen

Leitung:	Beate Oedekoven	Gebührenfrei
Dienstag:	18:00 – 19:30 Uhr	online
Termin:	17. November 2026	1 Abend

27 So gelingt der Anbieterwechsel bei Strom und Gas

Leitung:	Beate Oedekoven	Gebührenfrei
Dienstag:	18:00 – 19:30 Uhr	online
Termin:	19. Januar 2027	1 Abend

28 Welche Heizung ist für uns die richtige?

Leitung:	Ingo Sell	Gebührenfrei
Mittwoch:	18:00 – 19:30 Uhr	online
Termin:	20. Januar 2027	1 Abend

29 Datenschutz für Anfänger/innen – lästig oder nützlich?

Leitung:	Ulf Ludwig	Gebührenfrei
Donnerstag:	18:00 – 19:30 Uhr	online
Termin:	21. Januar 2027	1 Abend



PflegeStützpunkt **im Kreis Steinburg**

Robert-Koch-Straße 2,
Haus B
25524 Itzehoe

Telefon 04821 - 956 87 99
info@pflegestuetzpunkt-
steinburg.de
www.pflegestuetzpunkt-
steinburg.de

Wir beraten Sie!

individuell · unabhängig
kostenfrei

Sprechzeiten:

Mo, Di, Do, Fr
8:30 - 12:00 Uhr
Do
14:00 - 17:00 Uhr

*Termine auch außerhalb
der Sprechzeiten nach
Vereinbarung*

30 Bürgerenergie - Kooperation mit dem Amt Kellinghusen

Gemeinsam investieren, gemeinsam profitieren

Dieser Workshop richtet sich an Interessierte und Engagierte, die selbst die regionale Energiewende voranbringen wollen. Das Modell der Bürgerenergiegenossenschaft verstehen und die Motivation zur Beteiligung an einem gemeinschaftlichen Energieprojekt wecken. Mittels einer direkten, möglichen Beteiligung von Bürgern die Akzeptanz des Ausbaus der erneuerbaren Energien in unserer Region stärken. Was sind die Chancen, Hürden, Rentabilität der Beteiligung an einer Genossenschaft. Es werden u.a. Fallbeispiele vorgestellt.

Leitung:	Paul Mikuszies	Gebühr: 3,00 €
Mittwoch:	18:30 – 20:30 Uhr	Raum 116
Termin:	18. November 2026	1 Abend



31 Vorweggenommene Erbfolge

Schenkung zu Lebzeiten, Vermögensübertragung Vorteile/Nachteile, Ausgleichung/Anrechnung.

Leitung:	Katja Münzel	Gebühr: ab 6 TN/12,50 € ab 8 TN/ 9,50 €
Dienstag:	19:00 – 20:30 Uhr	Raum 112
Termin:	29. September 2026	1 Abend

32 Die Patientenverfügung und das Testament

Was bedeutet Betreuungs-, Patientenverfügung und die Vorsorge-vollmacht, sowie alle wichtigen Fragen rund um das Testament werden behandelt. Es wird im Wesentlichen auf die gesetzliche Erbfolge, die Notwendigkeit eines Testamentes, dessen Erstellung und Formen eingegangen. Sie erhalten einen allgemeinen Überblick.

Leitung:	Katja Münzel	Gebühr: ab 6 TN/12,50 € ab 8 TN/ 9,50 €
Dienstag:	19:00 – 20:30 Uhr	Raum 112
Termin:	27. Oktober 2026	1 Abend

33 Der Mietvertrag

Der Mietvertrag über Wohnraum birgt immer wieder Überraschungen. Manchmal ist die Schönheitsreparaturklausel unwirksam, manchmal stimmt etwas mit der Nebenkostenabrechnung nicht. Doch welche Konsequenzen kann dies für den Vermieter oder Mieter haben? In diesem Vortrag erfahren Sie unter anderem alles über neue Rechtsprechungen und es gibt allgemeine Ratschläge.

Leitung:	Katja Münzel	Gebühr:	ab 6 TN/12,50 € ab 8 TN/ 9,50 €
Dienstag:	19:00 – 20:30 Uhr	Raum	112
Termin:	17. November 2026		1 Abend

34 Nichteheliche Lebensgemeinschaften

Rechtliche Situation von Lebensgefährten und Empfehlung für Regelungen.

Leitung:	Katja Münzel	Gebühr:	ab 6 TN/12,50 € ab 8 TN/ 9,50 €
Dienstag:	19:00 – 20:30 Uhr	Raum	112
Termin:	12. Januar 2027		1 Abend

Für die Kurse 35 bis 37 wird um Anmeldung gebeten:
Tel. / E-Mail: 040 / 25 76 74 5 - 0 / anmeldung@angehoerigenschule.de
oder www.angehoerigenschule.de/buchung

35 Grundkurs Nachbarschaftshilfe - Qualifikationskurs

Die Nachbarschaftshilfe kann zum Beispiel bedeuten: Begleitung und Betreuung beim Einkaufen, bei Arztbesuchen, zu einem Seniorennachmittag, einem Cafébesuch oder bei einem Spaziergang. Die vom Land Schleswig-Holstein verlangte Qualifizierung zum ehrenamtlichen Nachbarschaftshelfer, wird durch die Teilnahme an diesen Kurs erreicht! Weitere wichtige Infos im Internet!

Leitung:	Martin Moritz	Gebührenfrei
Samstag:	10:00 – 16:00 Uhr	Raum 112
Termin:	26. September 2026	1 Tag

36 Orientierungskurs Pflege & Pflegeversicherung

Der Kurs richtet sich an pflegende Angehörige, ehrenamtlich Helfende und Personen, die sich auf eine mögliche Pflegesituation vorbereiten. Er bietet fundierte Informationen und praktische Tipps für die Organisation häuslicher Pflege und richtet sich an alle, die sich auf eine Pflegesituation im familiären Umfeld vorbereiten oder bereits darin eingebunden sind. Weitere Infos im Internet.

Leitung:	Martin Moritz	Gebührenfrei
Samstag:	17:00 – 20:00 Uhr	Raum 112
Termin:	26. September 2026	1 Abend

37 Orientierungskurs Demenz: Was ist eigentlich Demenz?

Der Orientierungskurs Demenz bietet eine Kompakteinführung zum Thema Demenz. Informationen zu Krankheitsbild, Diagnostik, Alltagsgestaltung und Kommunikation. Zielgruppe sind Angehörige/ehrenamtlich Helfende.

Leitung:	Martin Moritz	Gebührenfrei
Dienstag:	18:00 – 21:00 Uhr	Raum 112
Termin:	8. Dezember 2026	1 Abend

Die Kurse 38 bis 40 finden in Kooperation mit dem Pflegestützpunkt Kreis Steinburg, der Gleichstellungsbeauftragten des Amtes Kellinghusen, der Bücherei und dem MGH statt

38 Geistig fit bleiben - Mit 10 Maßnahmen Demenz vorbeugen

Diese Informationsveranstaltung ist für alle, die ihr Gehirn möglichst lange fit halten möchten. Aktuell leben in Deutschland 1,8 Millionen Menschen mit Demenz. Diese Zahl wird in den nächsten Jahren weiter steigen. Doch können wir unser Risiko, eine Demenz zu entwickeln, beeinflussen? Die Antwort lautet ja! Weitere Infos im Internet.

Leitung:	Ulrike Neumannn	Gebührenfrei
Mittwoch:	15:30 – 17:00 Uhr	Bücherei
Termin:	9. September 2026	1 Nachmittag

39 Plötzlich ist alles anders – Orientierung in der Pflegewelt

Pflegebedürftigkeit kommt in der Regel plötzlich. Von jetzt auf gleich müssen Entscheidungen getroffen werden. Wer soll was als erstes tun? Im Vortrag geht es u.a. um Pflegegrade, Pflegeanträge, Patientenverfügung, Unterstützungsmöglichkeiten und eigene Fragen.

Leitung:	Sandra Kabbe-Müntel	Gebührenfrei
Donnerstag:	15:30 – 17:00 Uhr	Raum 112
Termin:	8. Oktober 2026	1 Abend



 **Lehmbergstraße 15**
25548 Kellinghusen
 **0 48 22 / 3 70 80**
 **service@krause-kellinghusen.de**
 **www.krause-kellinghusen.de**

Uwe Krause
Ihr Elektromeister

40 Mit dem Demenz-Parcours Demenz erleben

Der Interaktive Weg Demenz zu begreifen

Es ist nicht einfach zu verstehen, was Menschen mit Demenz bewegt und was ihr Handeln bestimmt. Um besser begreifen zu können, wie es Menschen mit Demenz geht, wurde der Demenz-Parcours Hands-on-Dementia entwickelt.

Weitere Infos im Internet.

Leitung:	Ulrike Neumann	Gebührenfrei
Donnerstag:	16:00 – 18:00 Uhr	Bürgerhaus
Termin:	12. November 2026	1 Abend

41 Ganzheitliches Gedächtnistraining

Das merke ich mir, ganz sicher! Ups, wie war das noch? Zur Erhaltung der geistigen Fitness ist ein regelmäßiges Training hilfreich. Im ersten Teil des Angebotes erfahren Sie, was das ganzheitliche Gedächtnistraining ausmacht. Sie werden die Trainingsziele kennenlernen und erfahren, wie Sie Ihren eigenen Alltag als Aktivierung Ihres Gehirns nutzen können. Es gibt weit mehr Möglichkeiten, als die Ihnen vertrauten Rätsel. Im zweiten Teil werden wir gemeinsam unser Gedächtnis mit verschiedenen Übungen vielseitig trainieren. Sie erhalten Tipps für Zuhause, wie Sie Ihr Gehirn weiterhin auf Trab halten können.

Leitung:	Elke Kirchhoff-Rode	Gebühr: ab 6 TN/27,50 € ab 8 TN/20,50 €
Samstag:	10:00 – 13:30 Uhr	Raum 112
Termin:	10. Oktober 2026	1 Vormittag

42 Elternzeit und Elterngeld - Ein Überblick - online

Dies ist eine Gemeinschaftsveranstaltung von pro familia und der Gleichstellungsbeauftragten des Amtes Kellinghusen

Die Veranstaltung informiert zum Gesetz und soll helfen, Antworten auf Ihre Fragen zu finden. Die Veranstaltung wird durch die Gleichstellungsbeauftragte des Amtes Kellinghusen gefördert. Weitere wichtige Infos im Internet.

Leitung:	Andrea Pabst/ Jenny Westenberger	Gebühr: 3,00 €
Mittwoch:	19:00 – 21:00 Uhr	online
Termin:	9. Dezember 2026	1 Abend

43 Philosophie für die Praxis und Malerei

Wir bringen Philosophie und kreatives Malen zusammen: Der Leiter stellt Themen vor. Diese werden unter den Teilnehmenden erörtert. Ergebnisse, Anmutungen und Empfindungen von bleibendem Erinnerungswert setzen wir dann kreativ in Form und Farbe um.

Leitung:	Hinnerk Egge	Gebühr: ab 6 TN/16,50 € ab 8 TN/12,50 €
Freitags:	18:00 – 19:30 Uhr	Gemeindehaus Kirche
Termine:	9./16. Oktober 2026	2 Abende

44 Wie war das Leben vor 300 Jahren in Schleswig-Holstein?

Bücher und Dokumente aus fast 4 Jahrhunderten, die im Kirchenarchiv lagern, belegen wie das Leben damals war. Die Aufzeichnungen von verschiedenen Pastoren bezeugen in beeindruckender Weise das beschwerliche Leben der damaligen Zeit und gewähren einen nachdenklichen Blick auf heitere und tragische Ereignisse der meist ländlichen Bevölkerung. Auszüge daraus lassen uns an den Geschehnissen teilhaben.

Leitung:	Marianne Schultz	Gebühr: 5,00 €
Freitag:	18:30 – 20:00 Uhr	Raum 112
Termin:	25. September 2026	1 Abend

45 Skat - Kennenlernen oder einfach nur mal wieder spielen

Der Skatverein „Kelliasse“ bietet einen Skatnachmittag an

Willkommen ist jede/jeder ab ca. 12 Jahre, egal ob blutiger Anfänger oder alter Hase. Wer Kenntnisse auffrischen, das Spiel kennenlernen oder z.B. den Enkeln das Spiel zeigen möchte ist hier richtig. Im Vordergrund soll der Spaß am Spiel stehen.

Leitung:	Günther Möck	Gebührenfrei
Samstag:	15:00 – 18:00 Uhr	Mensa
Termin:	16. Januar 2027	1 Nachmittag

46 Bildrechte beachten – was ich wissen muss

Einfach abdrücken und Fotos dann auf die Homepage stellen, für meinen Flyer oder für die nächste Einladung nutzen? Schwierig! Denn jeder hat das Recht am eigenen Bild. Doch was ist das eigentlich, wie gehe ich damit richtig um und kann ich auf meiner Veranstaltung nun keine Fotos mehr machen, ohne mit Abmahnungen zu rechnen? Dieser Workshop von Redakteur Christian Lipovsek richtet sich an alle, die wissen wollen, wie Fotos rechtssicher aufgenommen und veröffentlicht werden können – ob im Verein, von einer Firma oder auch privat.

Leitung:	Christian Lipovsek	Gebühr: ab 6 TN/17,50 € ab 8 TN/13,00 €
Samstag:	9:00 – 12:00 Uhr	Raum 116
Termin:	10. Oktober 2026	1 Vormittag

PARKETT-JOHANNISSON

Meisterbetrieb

Alle Bodenbeläge

GmbH • Co KG

**Parkett • Dielen • Design-Beläge • PVC
Teppichboden • Laminat • Sanierung von
Holzfußböden • Maschinenverleih und mehr!**

Große Ausstellung

klassischer und modernster Bodenbeläge

Lindenstraße 10 • 25548 Kellinghusen • Tel. 0 48 22 / 76 70 • Fax 360821
E-Mail: info@parkettjohannisson.de • www.parkettjohannisson.de

47 Pressearbeit für Vereine und Verbände

Pressearbeit macht bekannt, sorgt für neue Mitglieder, Sponsoren und Förderer. Daher sollten Vereine, Verbände und Organisationen aktiv auf die Presse zugehen und ein positives Bild von sich nach außen vermitteln – egal, ob es gerade gut oder schlecht läuft. Pressemitteilungen sind ein wichtiges Instrument für die PR-Arbeit. Doch was muss ich beim Schreiben beachten, wie und wann nutze ich sie auf Sozialen Medien richtig und welche Kanäle sind für welche Zielgruppe richtig? Unter anderem diese Fragen beantwortet Redakteur und Pressedienstleister Christian Lipovsek in diesem Workshop.

Leitung: Christian Lipovsek Gebühr: ab 6 TN/17,50 €
ab 8 TN/13,00 €

Samstag: 9:00 – 12:00 Uhr Raum 112
Termin: 5. Dezember 2026 1 Vormittag

48 Recht trifft Politik

Wo hört Verwaltung auf, wo beginnt Politik?

Politik und Verwaltung sind eng miteinander verflochten und doch trennen sie klare rechtliche Grenzen. Aber wo genau verlaufen diese Linien im kommunalen Alltag? Wir beleuchten die Abgrenzung zwischen politischer Willensbildung sowie rechtlicher Umsetzung und zeigen, wie Gewaltenteilung auf kommunaler Ebene praktisch funktioniert. Anhand Beispiele der Stadt Kellinghusen sowie aktueller politischer Fragen diskutieren wir, wie Entscheidungen entstehen, wer sie trifft und welche rechtlichen Rahmenbedingungen dabei gelten. Weitere Infos im Internet.

Leitung: Maximilian Bosdorf Gebühr: ab 6 TN/46,50 €
ab 8 TN/35,00 €

Dienstag: 19:00 – 21:00 Uhr Raum 105
Beginn: 3. November 2026 3 Abende

Unser Komplett-Service:
Gardinen abnehmen, waschen/
reinigen, aufhängen!

Raumausstattung

Lindemann

Meisterbetrieb



Hauptstr. 35
25648 Kellinghusen
Telefon 04822 - 10 99
Fax: 04822 - 10 52

- Polsterarbeiten
in eigener Werkstatt
- Gardinen / Dekoration
- Sonnenschutz
- Bodenbeläge
- Insektenschutz
- Rollos / Plissee
- Fachberatung vor Ort

Auto-Profi Kellinghusen

Fahrzeug GmbH

Mühlenbeker Straße 31
25548 Kellinghusen



E-Mail: auto-profi@web.de

www.autoprofi.go1a.de

04822/5095

49 Lesewelten ohne Grenzen

Neue Broschüre - Leseempfehlungen für Kinder und Jugendliche

Welche Kinder- und Jugendmedien vermitteln Inhalte ganz ohne Rollenklischees? Diese Frage steht im Mittelpunkt der neuen Broschüre „Lesewelten ohne Grenzen“, vorgestellt von der Gleichstellungsbeauftragten des Amtes Kellinghusen. Kinder und Jugendliche entwickeln früh Vorstellungen davon, was als „typisch“ gilt. Geschichten können dazu beitragen, Rollenklischees zu hinterfragen und vielfältige Lebensentwürfe sichtbar zu machen.

Leitung:	Wiebke Tischler	Gebührenfrei
Dienstag:	19:00 – 20:30 Uhr	Raum 112
Termin:	3. November 2026	1 Abend

50 Durch Spielen spielerisch lernen

„Die spielen doch nur“, so oder ähnlich wird häufig abfällig das Spielen von Kindern kommentiert, wenn diese spielen anstatt etwas „Nützliches“ zu tun. Was wäre aber, wenn gezeigt werden könnte, dass durch das Spielen wichtige Fähigkeiten und Kompetenzen für spätere Erfolge in der Schule ganz spielerisch trainiert werden? Sie erfahren nicht nur theoretisch was alles im Gehirn eines Menschen passiert, wenn er / sie spielt, sondern Sie bekommen einen Einblick in neue und interessante Spiele und dürfen und sollen auch aktiv selber Spiele ausprobieren.

Leitung:	Markus Böttcher	Gebühr: ab 6 TN/19,50 € ab 8 TN/14,50 €
Samstag:	10:00 – 13:00 Uhr	Mensa
Termin:	28. November 2026	1 Vormittag

Lesecafé „MGH“ Die Bude - Schulstr. 4, Kellinghusen

Wir lesen 1x im Monat freitags gemeinsam lokale Nachrichten aus der Zeitung und besprechen diese leicht verständlich. Außerdem lesen wir Bücher in einfacher oder leicht verständlicher Sprache und tauschen uns über diese aus. Termin bitte aus dem MGH-Monatsplaner entnehmen.

Kultur, Gestalten

Kultur macht stark

In unseren Angeboten der Kulturellen Bildung erlernen, erproben, entwickeln und erweitern Sie Kernkompetenzen wie Kreativität, Flexibilität, Improvisationsbereitschaft, Problemlösungsstrategien und Teamfähigkeit. Nutzen Sie Kreativkurse, um Ihre Lern- und Erfahrungsräume zu erweitern. Persönliche und berufliche Interessen lassen sich dabei optimal miteinander verbinden.

Eine Abmeldung bei Fahrten ist nur bis zum Anmeldeschluss kostenfrei möglich. Danach muss für Ersatz einer/eines Teilnehmers/in gesorgt werden.

51 Theater-ABO

Die Volkshochschule Kellinghusen bietet in Zusammenarbeit mit inkultur Theaterfahrten nach Hamburg an. Das Programm beinhaltet drei Fahrten, die ausschließlich im 3er Paket gebucht werden können. Der Preis beträgt inklusiv Buskosten 210 €. Weitere Infos im Internet.

Ohnsorg Theater – Barfoot in’n Park – verliebt, verlobt, verkracht

Termin: Mittwoch, 7. Oktober 2026

Abfahrt ab Haltestelle Bürgerhaus: 17:30 Uhr

First Stage Theater - Die große Weihnachtsshow 2026

Termin: Sonntag, 8. November 2026

Abfahrt ab Haltestelle Bürgerhaus: 16:30 Uhr

Komödie Winterhuder Fährhaus - 2:22 Eine Geistergeschichte

Termin: Donnerstag, 3. Dez. 2026

Abfahrt ab Haltestelle Bürgerhaus: 17:30 Uhr

Anmeldeschluss: 9. September 2026

Ihre Datenbank für Weiterbildung im Norden



Kursportal Schleswig-Holstein

- Den richtigen Kurs finden
- Informieren und vergleichen
- Über 1.000 Anbietende

www.sh-kursportal.de

Gefördert durch: SH  Schleswig-Holstein
Ministerium für Wirtschaft,
Verkehr, Arbeit, Technologie
und Tourismus

52 Gitarrenensemble

Dieser Kurs richtet sich an alle Gitarristen und Gitarristinnen, die Lust haben, zusammen in einem Gitarrenensemble Musik zu machen. Die eigene Musikalität steht im Vordergrund. Geübt werden Stellungen und Bewegungsabläufe der Finger und Hände sowie Körperhaltung, Technik und Theorie. Folgendes Lehrbuch wird benötigt: Gitarren-Lehrbuch von Heinz Teuchert „Die neue Gitarrenschule Band 1“.

Mitzubringen: Klassische Gitarre, Fußbänkchen, Notenständer.

Leitung:	Torge Braemer	Gebühr:	ab 4 TN/ 51,00 € ab 6 TN/ 34,00 €
Montags:	17:30 – 18:30 Uhr	Raum	112
Beginn:	31. August 2026		6 Abende

53 Gitarrenensemble

Text siehe Kurs 52

Leitung:	Torge Braemer	Gebühr:	ab 4 TN/ 69,00 € ab 6 TN/ 46,00 €
Montags:	17:30 – 18:30 Uhr	Raum	112
Beginn:	26. Oktober 2026		8 Abende

54 Gitarre für leicht Fortgeschrittene

Wer würde nicht gerne einmal mit einigen Akkorden seine Lieblingslieder begleiten, mit seinen Kindern Lieder singen, das gemütliche Beisammensein am Lagerfeuer mit Songs von damals oder auch heute krönen sowie Höhepunkte zu Geburtstagen oder anderen Jubiläen beisteuern? Weitere Infos im Internet.

Leitung:	Erk Böteführ	Gebühr:	ab 6 TN/70,00 € ab 8 TN/52,50 €
Mittwochs:	20:15 – 21:30 Uhr	Raum	48
Beginn:	16. September 2026		10 Abende

Kleingruppenregelung:

Die meisten Kurse werden bei uns für eine Mindestteilnehmerzahl von 8 Personen kalkuliert. Wenn diese Teilnehmeranzahl unterschritten wird, besteht die Möglichkeit, den Kurs in einer kleineren Gruppe (6 TN) stattfinden zu lassen, als Alternative zum Ausfall. Diese Gebühr haben wir in den Kurstexten gleich mit aufgeführt.

55 Liedbegleitung auf der Gitarre für leicht Fortgeschrittene

Keine Angst vorm dem Gitarre spielen. Dazu muss man nicht großartig Noten und Tabulatoren lesen können. Das Begleiten von Liedern wird hier unkompliziert und mit viel Humor erklärt. Kleingruppe 6 TN.

Der Kurs ist nicht ermäßigungsfähig.

Mitzubringen: Gitarre, Notenständer und Kapodaster.

Leitung:	Jörg Ermisch	Gebühr:	ab 5TN/ 69,50 € ab 6TN/ 57,50 €
Mittwochs:	18:45 – 19:45 Uhr	Raum	119
Beginn:	16. September 2026		10 Abende



Stadtbücherei Kellinghusen



Lesen

Hören

Sehen

Erleben

Wir bieten ein breit gefächertes Spektrum an Medien, egal ob auf Papier oder digital: Vom Bilderbuch für die Kleinsten über Spiele, Tonies, CDs, DVDs bis hin zu E-Books, Datenbanken und Internetzugang.



Hauptstr. 18
25548 Kellinghusen
04822/376220

buecherei@buergerhaus-kellinghusen.de

Für die Kurse 56 bis 58 sind mitzubringen: Ukulele, soweit vorhanden. Bei Bedarf können kostenlos Leihgeräte zur Verfügung gestellt werden. Bitte bei der Anmeldung angeben.

56 Ukulele-Einsteiger-Workshop Teil A

Einblicke in die Spielweise und die Eigenheiten der Ukulele, dem äußerst leicht zu erlernenden gitarrenähnlichen Instrument mit hohem Spaßfaktor, gibt dieser Workshop. Er richtet sich an Anfänger/innen, die über keine oder nur geringe Vorkenntnisse verfügen. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.

Leitung:	Thorsten Franck	Gebühr: 25,50 €
Samstag:	14:00 – 17:00 Uhr	Raum 116
Termin:	29. August 2026	1 Nachmittag

57 Ukulele-Einsteiger-Workshop Teil B

Der Workshop dient als Ergänzung zum Einsteigerworkshop Teil A. Hier kann man die Kenntnisse aus dem ersten Workshop vertiefen. Wer Teil A verpasst hat, hat hier außerdem noch die Gelegenheit, in das Thema Ukulele einzusteigen.

Leitung:	Thorsten Franck	Gebühr: 25,50 €
Samstag:	14:00 – 17:00 Uhr	Raum 116
Termin:	26. September 2026	1 Nachmittag

58 Ukulele-Aufbauworkshop I

Der Workshop richtet sich an Personen, die bereits erste Erfahrungen mit der Ukulele sammeln konnten oder an einem Einsteigerworkshop teilgenommen haben. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.

Leitung:	Thorsten Franck	Gebühr: 25,50 €
Samstag:	14:00 – 17:00 Uhr	Raum 116
Termin:	7. November 2026	1 Nachmittag

59 Ukulele-Aufbauworkshop II

Der Workshop richtet sich an leicht fortgeschrittene Spieler/innen. Vorhandene Kenntnisse werden vertieft und erweitert.

Mitzubringen: Ukulele und Notenständer.

Leitung:	Thorsten Franck	Gebühr: 25,50 €
Samstag:	14:00 – 17:00 Uhr	Raum 116
Termin:	21. November 2026	1 Nachmittag

60 Ukulele-Aufbauworkshop III

Der Workshop richtet sich an fortgeschrittene Spieler/innen, die bereits über einige Erfahrungen verfügen oder die vorherigen Workshops besucht haben. Mitzubringen: Ukulele und Notenständer.

Leitung:	Thorsten Franck	Gebühr: 25,50 €
Samstag:	14:00 – 17:00 Uhr	Raum 116
Termin:	12. Dezember 2026	1 Nachmittag

61 Ukulele Treff

Einmal im Monat treffen wir uns zum Ukulele-Treff und musizieren zusammen. Willkommen sind alle, die Freude am gemeinsamen Ukulele-Spiel haben, quer durch alle Musikgenres. Erste Grundkenntnisse sollten vorhanden sein. Bei jedem Treffen werden neue Stücke zusammen erarbeitet. Weitere Termine finden Sie im Internet. Mitzubringen: Ukulele und Notenständer.

Leitung: Thorsten Franck
Samstag: 10:00 – 13:00 Uhr
Termin: 2 9. August 2026

Gebühr: 25,50 €
Raum 116
1 Vormittag

Beachten Sie unbedingt die Geschäftsbedingungen auf Seite 4+5.

Anmeldung unter Tel. 04822/376730, Fax 04822/376732

info@volkshochschule-kellinghusen.de.

Ein Fernbleiben vom Kurs/Veranstaltung entbindet Sie nicht von der Zahlung der Kursgebühr.

62 Afrikanisches Trommeln

Trommeln ist die älteste Methode miteinander zu kommunizieren. Gemeinsames Trommeln macht Spaß und ist gesund. Trommeln werden gestellt.

Leitung: Ablam Adanou
Samstag: 12:00 – 15:00 Uhr
Termin: 21. November 2026

Gebühr: 52,00 €
Lernbereich 1 OG - links
1 Nachmittag



**Optik
Jacobsen**

**Inh. Julia Kösling-Deutsch
Lehmbergstraße 10
25548 Kellinghusen
Telefon
(0 48 22) 81 55
www-optic-jacobsen.de**

Für die Kurse 63 bis 65 sind mitzubringen:
Bequeme Schuhe und Getränk

63 Linedance für Anfänger/innen am Samstag

Ob jung oder alt, Linedance ist für jedes Alter geeignet. Wir tanzen ohne Partner in Reihen vor und nebeneinander und lernen in entspannter Atmosphäre zu ganz unterschiedlicher Musik die zunächst einfachen Choreographien. Mal nach Countrymusik, Rock, Pop oder zu aktuellen Charts. Nach dem Kurs ist ein Einstieg in einen Wochenkurs möglich.

Leitung: Birgit Walther Gebühr: ab 6TN/45,50 €
ab 8TN/34,50 €

Samstags: 10:30 – 12:00 Uhr Grundschule

Beginn: 7. November 2026 5 Vormittage

64 Linedance für leicht Fortgeschrittene

Wer schon etwas geübt im Linedance ist, der ist in dieser Gruppe genau richtig. Wir freuen uns auf neue Tänzer/innen.

Leitung: Birgit Walther Gebühr: ab 6TN/61,50 €
ab 8TN/46,00 €

Montags: 17:45 – 18:45 Uhr Forum

Beginn: 31. August 2026 10 Abende

65 Linedance am Nachmittag

Wer schon einen Anfängerkurs besucht hat oder bereits Erfahrungen hat, ist bei uns genau richtig. Wir freuen uns über neue Tänzer/innen.

Leitung: Birgit Walther Gebühr: ab 6TN/86,00 €
ab 8TN/64,50 €

Mittwochs: 16:00 – 17:30 Uhr Forum

Beginn: 26. August 2026 10 Nachmittage

Bitte beachten Sie, die Kursgebühr vor Kursbeginn auf das Konto der VHS zu überweisen, falls Sie kein SEPA Lastschriftmandat erteilt haben.

66 Tango Argentino für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Dieser Kurs richtet sich auch an absolute Anfänger/innen, denn Tango tanzen ist eigentlich nur ein Spaziergang zu zweit zur Musik. Nonverbal, ohne Tanzschrittfolgen miteinander in Kontakt sein, macht die Sinnlichkeit und Ästhetik des Tango Argentino aus. Nach diesem Kurs sind Sie in der Lage, Milongas (Tangotanzveranstaltungen) zu besuchen und mitzutanzten.

Paarweise Anmeldung erforderlich.

Leitung: Stefan Schneider Gebühr: ab 6 TN/57,50 €
ab 8 TN/43,00 €

Donnerstags: 19:30 - 21:30 Uhr Forum

Beginn: 29. Oktober 2026 5 Abende

67 Tanzen kommt nie aus der Mode

Disco Fox und andere Tänze. Die nächsten Feiern nahen.

Anmeldung paarweise erforderlich. Mitzubringen: Getränk

Leitung: Petra Harder
Mittwochs: 20:00 - 21:30 Uhr
Beginn: 20. Januar 2027

Gebühr: 26,50 € pro Person
Forum
4 Abende

68 Jeder kann singen!

Singen tut Körper und Seele gut und macht besonders mit anderen zusammen Spaß. In diesem Workshop gehen wir auf musikalische Weltreise: Einfache Lieder, Kanons und Circle-Songs aus aller Welt sind leicht zu erlernen und entfalten ihre Wirkung schon nach ein paar Tönen im gemeinsamen Klingen. Noten- oder sonstige Vorkenntnisse braucht es nicht; Neugier auf die Möglichkeiten der eigenen Stimme sowie Experimentierfreude sind willkommen!

Leitung: Anneke Niemeyer
Freitag: 18:00 – 20:30 Uhr
Termin: 9. Oktober 2026

Gebühr: 12,50 €
Konferenzraum
1 Tag

69 Entfalte deine Stimme

Jede Stimme ist ein Musikinstrument mit nahezu unbegrenzten Möglichkeiten. Auf der Basis des Integrativen Stimmtrainings, einer ganzheitlichen Stimmbildungsmethode, geht es heute darum, diese auch zu nutzen! Mit ein bisschen Theorie, praktischen Übungen und viel Spaß am stimmlichen Experimentieren machen wir uns auf den Weg zur entspannt geführten Gesangsstimme. Willkommen sind alle, die neugierig darauf sind, die eigene Stimme besser kennenzulernen!

Leitung: Anneke Niemeyer
Freitag: 18:00 – 21:00 Uhr
Termin: 30. Oktober 2026

Gebühr: ab 6 TN/20,00 €
ab 8 TN/15,00 €
Konferenzraum
1 Tag

STÖR-APOTHEKE

APOTHEKERIN
JASMIN GOSCH

HAUPTSTRASSE 70
25548 KELLINGHUSEN

TELEFON (04822) 2734



Für die Kurse 70 bis 72 ist die Voraussetzung eine digitale Spiegelreflexkamera oder spiegellose Systemkamera.
Mitzubringen: Fotoausrüstung mit vollem Akku und leerer Speicherkarte, Bedienungsanleitung. Block und Stift und Pausensnack (Kurs 71 + 72).

70 Fotografie Theorie-Abend

Umgang mit einer digitalen Spiegelreflex- oder Systemkamera

Fotos macht nicht der Apparat, sondern der Mensch. An diesem Abend befassen wir uns mit den theoretischen Grundlagen: Wie funktioniert so eine Kamera eigentlich? Wie das praktisch aussieht, damit beschäftigen wir uns in 71 und 72. Weitere Infos im Internet.

Leitung:	Jann Roofls	Gebühr:	ab 6 TN/12,50 € ab 8 TN/ 9,50 €
Dienstag:	19:30 – 21:30 Uhr	Raum	116
Termin:	1. September 2026		1 Abend

71 Vom Knipsen zum Fotografieren – Fotoworkshop

Im Zusammenspiel von Theorie und Praxis werden wir mit zwei Exkursionen und Bildbesprechungen daran arbeiten, uns vom Schnappschuss zum bewusst gestalteten Foto zu bewegen. Ausprobieren und Erfahren stehen an diesem Tag im Mittelpunkt. Zur Vorbereitung wird der Besuch des Theorie-Abends Kurs 70 empfohlen. Weitere Infos im Internet.

Leitung:	Jann Roofls	Gebühr:	ab 6 TN/34,50 € ab 8 TN/26,00 €
Sonntag:	11:00 – 16:00 Uhr	Raum	112
Termin:	6. September 2026		1 Tag

72 Porträtfotografie - Workshop

Menschen interessieren sich vor allem für Menschen. Aber wie fotografiert man jemanden so, dass ein aussagekräftiges Porträt entsteht? Dazu gehören Technik, Lichtführung und Regie am Set. Das werden die Teilnehmer in zwei Durchläufen üben und die Ergebnisse besprechen. Zur Vorbereitung wird der Besuch des Theorie-Abends Kurs 70 empfohlen. Weitere Infos im Internet.

Leitung:	Jann Roofls	Gebühr:	ab 6 TN/30,50 € ab 8 TN/23,00 €
Sonntag:	11:00 – 16:00 Uhr	Raum	112
Termin:	4. Oktober 2026		1 Tag

Liebe VHS-Interessierte!

Auch bei uns muss das Thema Nachhaltigkeit eine Rolle spielen. Deswegen reduzieren wir die gedruckte Auflage der VHS-Hefte. Helfen Sie uns bitte dabei und vermerken auf Ihrer Anmeldekarte oder der Online-Anmeldung, wenn Sie auf das gedruckte Heft verzichten und sich auf unserer Website informieren! Gerne mailen wir die PDF-Datei zu. Gemeinsam tun wir etwas für die Umwelt.

73 Der Weg zum guten Bild – Kooperation mit dem Museum

Fotografie zwischen Technik und Kunst

Heute begleitet Sie Kunstfotograf Thorsten Ritzmann auf einer spannenden Reise im ersten Teil durch die Geschichte der Fotografie – von der ersten Aufnahme überhaupt, der Daguerreotypie bis zur zeitgenössischen Kunstfotografie. Anhand bedeutender Fotografen und Künstler wird gezeigt, wie Fotografie zur Kunst wurde. Im zweiten Teil lernen Sie die Grundlagen der Fotokompositionslehre kennen. Anhand anschaulicher Bildbeispiele werden wichtige Gestaltungsprinzipien verständlich erläutert. Hierbei geht es in der Hauptsache um das bewusste Sehen und die Ausbildung der Teilnehmer, Motive zu beurteilen. Der dritte Teil ist der Praxis gewidmet: Weitere Infos im Internet. Mitzubringen: Digitaler oder analoge Kamera und/oder Smartphone, Block & Stift für Notizen, Pausenimbiss.

Leitung: Thorsten Ritzmann

Gebühr: ab 6 TN/ 29,50 €
ab 8 TN/ 22,00 €

Samstag: 10:30 – 16:30 Uhr

Kulturtrafo

Termin: 7. November 2026

1 Tag

74 Mittelalterlicher Schwertschaukampf

Dieser originale SSK-Kurs gibt einen ersten Einblick in die Kunst des spektakulären Schaukampfes. Es werden die Fähigkeiten vermittelt mit einem 1,5 Händer zu kämpfen. Die Sicherheit steht neben dem Spaß stets im Vordergrund. **Der Kurs ist nicht ermäßigungsfähig.**

Weitere Infos im Internet. Mitzubringen: Weite, bequeme Kleidung, Sportschuhe, Getränk, Pausenimbiss und 6 € für eine Übungspompfe.

Leitung: Niels Jöhnke

Gebühr: ab 6 TN/ 66,50 €
ab 8 TN/ 50,00 €

Sa./So.: 10:00 – 16:00 Uhr

Mensa

Termine: 14./15. November 2026

2 Tage

Europäische Datenschutz-Grundverordnung (DS-GVO)
Die aktuelle Datenschutzerklärung kann direkt in der VHS
Kellinghusen oder über den Link
<https://www.vhs-kellinghusen.de/datenschutz.html>
eingesehen werden.

75 Urban Sketching – Locker zeichnen in der Stadt

Wir zeigen die Welt, Zeichnung für Zeichnung – das ist Urban Sketching! Nach einer kurzen Einführung gehen wir gemeinsam raus in Kellinghusen und zeichnen, was uns begegnet. Keine Vorkenntnisse nötig – nur Lust aufs Entdecken, Beobachten und Skizzieren.

Weitere Infos im Internet!

Leitung: Lisa Turzer

Gebühr: ab 6 TN/20,50 €
ab 8 TN/15,50 €

Samstag: 13:00 – 16:00 Uhr

Raum 112

Termin: 12. September 2026

1 Nachmittag

Mitzubringen für die Kurse 76 + 77.
Materialkosten ca. 7,00 € pro TN und Pausensnack.
Abholung der fertigen Ware wird per Mail bekannt gegeben.

76 Herbsttöpfen für Erwachsene

Rechtzeitig zum Herbst töpfen wir Zaunhocker, Vogeltränken oder vielleicht einfach ein paar Kräuterschilder für die Kräuterspirale. Eigene Ideen sind natürlich herzlich willkommen. Die Kunstwerke können nach Fertigstellung bunt glasiert werden und bekommen im Anschluss einen frostfesten Brand. Die Töpfereien können dann für den Innen- und Außenbereich verwendet werden.

Leitung:	Bente Damrau	Gebühr:	ab 6 TN/24,00 € ab 8 TN/18,00 €
Samstag:	15:00 – 18:00 Uhr	Grundschule Werkraum	
Termin:	26. September 2026	1 Nachmittag	

77 Winterliches Töpfen für Erwachsene

Einen Lichterkranz, Sternenleuchter oder andere Gegenstände, die man zum Leuchten bringen kann, pünktlich zur Winterzeit töpfen, dass ist die Idee. Aber jeder kann auch seine eigenen Vorstellungen umsetzen. Die Kunstwerke können nach Fertigstellung bunt glasiert werden und bekommen im Anschluss einen frostfesten Brand.

Die Töpfereien können dann für den Innen- und Außenbereich verwendet werden.

Leitung:	Bente Damrau	Gebühr:	ab 6 TN/24,00 € ab 8 TN/18,00 €
Samstag:	15:00 – 18:00 Uhr	Grundschule Werkraum	
Termin:	21. November 2026	1 Nachmittag	

78 Zeichnen intensiv - Vom Stilleben bis Porträt

Für Jugendliche ab 12 Jahre und Erwachsene

Du zeichnest gerne? Hier kannst Du Anregungen bekommen, die Dich weiterbringen. Zeichnen in verschiedenen Techniken - vom Stilleben bis zum Porträt. Die Themenwahl ist unerschöpflich. Wer sehen kann, kann auch zeichnen. Nach schnellen Lockerungsübungen stellen wir uns spannenden Aufgaben und betrachten dann gemeinsam die Ergebnisse, um daraus zu lernen. Für alle, die schon viel Zeichnen und für Anfänger/innen. **Der Kurs ist nicht ermäßigungsfähig.**

Weitere Infos im Internet.

Leitung:	Margarete Olschowka	Gebühr:	ab 6 TN/54,50 € ab 8 TN/41,00 €
Samstag:	14:30 – 17:30 Uhr		
Sonntag:	10:30 – 13:30 Uhr	Kunstraum	
Termine:	26./27. September 2026	2 Tage	



Thorsten Möller,
Filialdirektor Kellinghusen

**Wir setzen uns ein für das,
was im Leben wirklich zählt.**

**Für Sie, für die Region,
für uns alle.**

Weil's um mehr als Geld geht.



**Sparkasse
Westholstein**

79 Aquarellmalerei für Anfänger/innen ab 12 Jahre

Lust auf Farben, Farbverläufe und die Leichtigkeit des Pinsels? Wir experimentieren und erproben verschiedene Techniken. Wir suchen gemeinsam nach Themen und Motiven und erleben, wie die unterschiedlichen Effekte erreicht werden können. In diesem Kurs gibt es Anleitungen und Anregungen zum Malen mit Aquarellfarben.

Der Kurs ist nicht ermäßigungsfähig. Mitzubringen siehe Internet.

Leitung:	Margarete Olschowka	Gebühr:	ab 6 TN/54,50 € ab 8 TN/41,00 €
Samstag:	14:30 – 17:30 Uhr		
Sonntag:	10:30 – 13:30 Uhr	Kunstraum	
Termine:	9./10. Januar 2027	2 Tage	

Alle Anmeldungen sind verbindlich. Sie erhalten keine Bestätigung (außer bei Anmeldungen per eMail) und werden nur benachrichtigt, wenn die Veranstaltung ausgebucht ist oder ausfällt.

80 Nähworkshop

Egal ob Anfänger/in oder mit Näherfahrung, ob Kissen, Dekoartikel, Kinderkleidung oder , hier im Workshop gibt es Starthilfe und Tipps für die/den „große/n“ Näherin und Näher. Wer möchte, darf gerne auch seine eigene Maschine mitbringen. Bitte für die Nähprojekt-Absprache an die Dozentin, Tel.: 0157/75112669, wenden, damit auch alles vorhanden ist, was für den Nähtag benötigt wird. Kleingruppe 4 TN.

Mitzubringen: Stoff, Schnitte, Nadeln, Nähgarn, Schere, Kopierpapier. Weitere Termine im Internet.

Leitung:	Tanja Peter	Gebühr:	48,00 €
Samstag:	10:00 – 16:00 Uhr	Wrist	
Termin:	12. September 2026	1 Tag	

81 Nähen was gefällt – Workshop

Sie möchten die eigene Nähmaschine besser kennen lernen? Oder einfach nur wieder reinkommen in das tolle Hobby. In diesem Workshop erfahren Sie mehr über das Nähen und Gestalten einfacher Kleidungsstücke bis hin zum Nähen aufwendiger Kleider. Ihre Projekte besprechen wir gemeinsam. Kleingruppe 6 Teilnehmer/innen.

Weitere Infos im Internet.

Leitung:	Beatrix Wethling	Gebühr:	ab 5 TN/48,00 € ab 6 TN/40,00 €
Samstag:	10:00 – 16:00 Uhr	Raum 244	
Termine:	12. September 2026	1 Tag	

82 Nähen was gefällt - Workshop

Text siehe Kurs 81.

Leitung:	Beatrix Wethling	Gebühr:	ab 5 TN/48,00 € ab 6 TN/40,00 €
Samstag:	10:00 – 16:00 Uhr	Raum 244	
Termine:	19. September 2026	1 Tag	

Eine Abmeldung zu den Kursen 83 bis 85 (Tastings) kann nur bis eine Woche vor Kursbeginn erfolgen. Die Verkostungsumlage sowie die Kursgebühr müssen auch bei Nichterscheinen bezahlt werden, dafür erhalten die Teilnehmer/innen bei Bereitstellung von Flaschen die Proben. Mitzubringen: Ein verkostungsg geeignetes Glas (Nosing-Glas), ein Glas für Wasser, ggf. etwas neutralisierendes Backwerk und die Verkostungsumlage.

83 Whisk(e)ys der Welt

Eine Auswahl verschiedener Whisk(e)ys inklusive amerikanischem Bourbon und Malt werden vorgestellt, ggf. auch ein koscherer sowie ein blended (Grain und Malt gemischt) Whisk(e)y.

Verkostungsumlage 25,00 €. Weitere Infos im Internet.

Leitung: Ernst F. Vollmer

Gebühr: ab 6 TN/20,00 €
ab 8 TN/15,00 €

Freitag: 18:30 – 21:30 Uhr

Konferenzraum

Termin: 25. September 2026

1 Abend

Anmeldeschluss

21. September 2026

84 R(h)um – nicht nur die Sonne der Karibik

In diesem Workshop werden R(h)ums vorgestellt, die nichts mit der üblichen Longdrinkzutat zu tun haben. Sie bekommen Informationen zur Herkunft, Tradition und Herstellung von Frischsaft- und Melasserum. Verkostungsumlage 20,00 €. Weitere Infos im Internet.

Leitung: Ernst F. Vollmer

Gebühr: ab 6 TN/20,00 €
ab 8 TN/15,00 €

Freitag: 18:30 – 21:30 Uhr

Konferenzraum

Termin: 20. November 2026

1 Abend

Anmeldeschluss:

16. November 2026

85 Raritätentasting

Die Whisk(e)ys der Extraklasse sind hier Single Malts, auch als Einzelfassabfüllungen. Verständlicherweise sind diese Raritäten meist nicht mehr im Handel erhältlich, aber geruch- und geschmacklich sehr aufschlussreich! Verkostungsbeitrag: 45,00 €. Weitere Infos im Internet.

Leitung: Ernst F. Vollmer

Gebühr: ab 6 TN/20,00 €
ab 8 TN/15,00 €

Freitag: 18:30 – 21:30 Uhr

Konferenzraum

Termin: 15. Januar 2027

1 Abend

Anmeldeschluss:

11. Januar 2027

Anmeldebestätigung:

Keine Nachricht ist eine gute Nachricht.

Sollten Sie nichts von uns hören/lesen, haben Sie Ihren Platz in dem von Ihnen gewünschten Kurs erhalten.

Gesundheit, Ernährung

VHS macht gesünder!

Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. Um die Gesundheit eigenverantwortlich zu stärken, ist Gesundheitskompetenz unerlässlich. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehören kann, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können.

86 Golf Einsteigerkurs

Sie lernen die Grundlagen der verschiedenen Golfschläge kennen. Die ersten Golfbahnen werden zudem gespielt und die erlernten Schläge angewandt. Dieser Kurs dient außerdem zur Vorbereitung für die Platzreife. Weitere Infos im Internet. **Der Kurs ist nicht ermäßigungsfähig.**

Leitung: Nathan Judge
Samstags: 14:00 – 15:30 Uhr
Beginn: 3. Oktober 2026

Gebühr: 110,00 €
Golfplatz Breitenburg
5 Nachmittage
19. September 2026

Anmeldeschluss:

87 Entspannung finden – mentale Ruhe für den Alltag

In diesem Workshop lernen Sie verschiedene Entspannungstechniken kennen, die Körper und Geist zur Ruhe bringen. Sanfte Yoga-Übungen lockern den Körper und vertiefen den Atem. Ergänzend werden Methoden wie Autogenes Training, Fantasiereisen, Meditation, progressive Muskelentspannung und Yoga Nidra angeleitet.

Weitere Infos im Internet.

Leitung: Beate Kusch
Samstag: 11:00 – 15:00 Uhr
Termin: 7. November 2026

Gebühr: ab 6 TN/31,50 €
ab 8 TN/23,50 €
Raum 245
1 Tag

Die Musikschule in Kellinghusen



*Preusserstr.9, 25548 Kellinghusen,
www.musikschule-mikolasch.de, Tel.: 04822-2100, facebook: Musikschule Mikolasch*

88 Kinesiologie kennenlernen

Energiearbeit für Körper, Geist und Seele. Kinesiologie ist eine Methode, die selbstheilenden Kräfte Ihres Körpers zu mobilisieren. Sie lernen Techniken kennen, mit denen Sie jederzeit und überall Stressblockaden rasch lösen können und dadurch zu innerer Ausgeglichenheit finden. Kleingruppe 6 Teilnehmer/innen.

Weitere Infos im Internet.

Leitung:	Petra König	Gebühr: 27,50 €
Samstag:	10:00 – 15:00 Uhr	Raum 245
Termin:	21. November 2026	1 Tag

89 Krav Maga - Selbstverteidigung für Frauen – Workshop Selbstverteidigung für Frauen ab 14 Jahren

Jede Frau kann sich verteidigen. Daher ist es wichtig, dass man keine Unsicherheit ausstrahlt, sondern selbstbewusst, mutig und stark auftritt. Dies ist der erste Schritt der Selbstverteidigung. Dieser Workshop hilft Gefahrensituationen frühzeitig als solche zu erkennen, die eigene Wohlfühlgrenze aufzuzeigen und sich körperlich zu verteidigen. Sportliche Fitness ist keine Voraussetzung.

Weitere Infos im Internet.

Leitung:	Nicole Pump	Gebühr: ab 6 TN/19,50 € ab 8 TN/14,50 €
Freitag:	17:00 – 20:00 Uhr	Lernbereich links – 1.OG
Termin:	30. Oktober 2026	1 Abend

Immobilienbewertung bei Kauf, Erbe und Vermögensfragen

**Gutachten eines zertifizierten Sachverständigen
als verlässliche Entscheidungsgrundlage.**

- ☒ **Objektive Wertermittlung**
- ☒ **Verkehrswertgutachten**
- ☒ **Kurzbewertung**

Jan Plöhn

Zertifiziert gemäß **DIN EN ISO/IEC 17024**



Jetzt unverbindlich persönlich informieren



(04822) 950 750

www.Gutachten-im-Norden.de

Stuhlgymnastik - Mehr Beweglichkeit im Sitzen und Stehen Kooperation von VHS und MGH

Dieser Kurs ist für alle, die unter kleineren oder größeren Bewegungseinschränkungen leiden, sich aber dennoch bewegen möchten. Wir lernen unseren Körper und seine Grenzen kennen. In fröhlicher Runde wollen wir gemeinsam in Schwung kommen. Das Ziel ist es mit unterschiedlichen Übungen im Sitzen und Stehen beweglicher und geschmeidiger zu werden sowie die Stabilität des Körpers wiederzugewinnen. Der Kurs findet nicht in den Ferien statt. Einstieg jederzeit möglich. Mitzubringen: Bequeme Kleidung und Getränk.

Anmeldungen telefonisch bei Murat Durdu - MGH: 0155 10 116 630.

Leitung:	Astrid Schnoor	Gebührenfrei
Dienstags:	1. und 3. im Monat	16:00 – 17:00 Uhr
		Ulmenhofschule
Beginn:	18. August 2026	Fortlaufend

90 Hatha Yoga für Anfänger/innen I

Yoga wird vom Sanskrit - Wort Yoj abgeleitet und bedeutet verbinden. Der Kurs bietet den Teilnehmer/innen einen Rahmen von dem oft stressigen Alltag auszusteigen und Asanas (Körperübungen), Pranayamas (Atemübungen) und Meditation Körper, Geist und Seele zu vereinen und sich mit seinem höheren Selbst zu verbinden. Mitzubringen: Matte, gemütliche Kleidung, Decke und Getränk.

Leitung:	Annika Hauschildt	Gebühr: ab 6 TN/70,50 € ab 8 TN/53,00 €
Donnerstags	17:30 – 18:30 Uhr	Raum 245
Beginn:	10. September 2026	10 Abende

91 Hatha Yoga für Anfänger/innen II

Text siehe Kurs 90.

Leitung:	Annika Hauschildt	Gebühr: ab 6 TN/70,50 € ab 8 TN/53,00 €
Donnerstags	18:45 – 19:45 Uhr	Raum 245
Beginn:	10. September 2026	10 Abende

92 Yoga und der Rücken atmet auf am Vormittag

Rückenschmerzen sind ein weit verbreitetes Problem in unserer Gesellschaft, ausgelöst durch vielfältige Ursachen. Mit gezieltem Yoga für den Rücken wollen wir ihn mobilisieren und kräftigen, um Schmerzen langfristig vorzubeugen. Die Übungen werden sehr bewusst ausgeführt, um die Körperwahrnehmung zu schulen und die wohltuende Wirkung des Yogas für Körper, Geist und Seele zu spüren.

Mitzubringen: Matte, bequeme Kleidung, Decken und evtl. Yogakissen.

Leitung:	Daniela Splieth	Gebühr: ab 6 TN/82,00 € ab 8 TN/61,50 €
Freitags	9:00 – 10:30 Uhr	Bürgerhaus
Beginn:	30. Oktober 2026	10 Vormittage

93 Yoga und der Rücken atmet auf am Abend

Text siehe Kurs 92.

Leitung:	Daniela Splieth	Gebühr:	ab 6 TN/82,00 € ab 8 TN/61,50 €
Freitags:	18:00 – 19:30 Uhr	Raum	245
Beginn:	30. Oktober 2026		10 Abende

94 Yoga-Pilates für Anfänger/innen und Späteinsteiger/innen

Dieser Kurs wendet sich an alle die noch keine oder nur wenig Erfahrung mit Yoga oder Pilates haben. Mit individuell auf die jeweiligen körperlichen Voraussetzungen abgestimmten Übungen und Bewegungsfolgen werden wir die Beweglichkeit fördern sowie die Muskulatur des gesamten Körpers stärken. Gerade für ältere Menschen bietet diese Verbindung eine ideale Möglichkeit sich ihre Beweglichkeit zu bewahren und zu verbessern. Yoga muss nicht heißen den Körper zu verknoten und die Auflösung in der nächsten Woche zu erfahren.

Mitzubringen: Rutschhemmende Matte, Decke, Kissen nach Bedarf, bequeme Sportkleidung, Getränk, wenn vorhanden Yogablock.

Leitung:	Hanne Balzer	Gebühr:	ab 6 TN/60,00 € ab 8 TN/45,00 €
Montags:	17:30 – 18:30 Uhr	Raum	245
Beginn:	7. September 2026		10 Abende

Falls Sie einen Kurs besuchen möchten, der schon ausgebucht ist oder wenn kein passender Wochentag für Sie angeboten wird, lassen Sie sich bei uns vormerken. Vielleicht können wir einen geeigneten Zusatzkurs einrichten.

95 Pilates-Yoga-Stretching für (leicht) Fortgeschrittene

Dieser Kurs richtet sich an alle die schon etwas Vorerfahrung mit Pilates oder Yoga haben. Mit einem Mix aus beidem und gezieltem Stretching wird die gesamte Körpermuskulatur gekräftigt und gedehnt. Teils durch ruhige, teils durch dynamische Bewegungen sowie sanftes Stretching, wird die Beweglichkeit des Körpers erweitert. Die Körperhaltung verbessert sich und das Bewusstsein für den Körper wird gestärkt. So können sich auch Verspannungen lösen und das allgemeine Wohlbefinden wird gefördert. Weitere Infos im Internet.

Leitung:	Hanne Balzer	Gebühr:	ab 6 TN/72,00 € ab 8 TN/54,00 €
Dienstags:	18:00 – 19:15 Uhr	Raum	245
Beginn:	1. September 2026		10 Abende

96 Pilates-Yoga-Stretching für (leicht) Fortgeschrittene

Text siehe Kurs 95.

Leitung:	Hanne Balzer	Gebühr:	ab 6 TN/72,00 € ab 8 TN/54,00 €
Dienstags:	19:30 – 20:45 Uhr	Raum	245
Beginn:	1. September 2026		10 Abende

101 Fit in den Herbst mit unserem Workout-Special

Kooperation der VHS und Sport Aktiv

Wir freuen uns darauf, euch mit einem abwechslungsreichen Workout-Programm in Schwung zu bringen. Egal ob ihr neue Trainingsformen entdecken oder einfach gemeinsam aktiv sein möchtet- hier ist für jeden etwas dabei. Erlebt folgende Fitness-Highlights: Drums Alive, Ball- und Hantel-Workouts und Jump & More (Trampolin-Workout). Weitere Infos im Internet.

Leitung: Kirsten Vogt/
Michael Meinecke
Samstags: 14:00 – 15:00 Uhr
Beginn: 7. November 2026
Anmeldeschluss:

Gebühr: ab 6 TN/42,50 €
ab 8 TN/32,00 €

Sport Aktiv

4 Nachmittage

30. Oktober 2026

102 Intervallfasten

Dein Weg zu mehr Energie und weniger Gewicht

Intervallfasten kann dabei helfen, Gewicht zu reduzieren und lt. Studienergebnissen einer Vielzahl von Krankheiten vorzubeugen. Es gibt verschiedene Methoden des Intervallfastens, die sich an unterschiedliche Lebensstile anpassen lassen. Weitere Infos im Internet.

Leitung: Beate Kloss
Dienstag: 19:00 – 21:00 Uhr
Termin: 8. September 2026

Gebühr: ab 6 TN/12,00 €
ab 8 TN/ 9,00 €

Raum 116

1 Abend

**Sei bereit für das,
was in Dir steckt!**

bewegungsstark,
durchsetzungsfähig,
Spass am Vereinssport
und Neues lernen...



**für Jung &
Junggebliebene**



seit 1979
vor Ort



**Weitere Informationen auf
aikidoclubkellinghusen.de**

103 Darm gesund – Alles gesund

Eine gesunde und ausgewogene Ernährung ist die Basis, um die Funktion des Darms aufrecht zu erhalten. Viele Studien belegen den Zusammenhang einer verschobenen Darmflora und chronischen Erkrankungen wie Herzerkrankungen, Asthma, Diabetes bis hin zu psychischen Erkrankungen. Was Du Gutes für Deinen Darm und Deine Gesundheit tun kannst, wird Dir in diesem Vortrag vermittelt.

Leitung:	Beate Kloss	Gebühr:	ab 6 TN/12,00 € ab 8 TN/ 9,00 €
Dienstag:	19:00 – 21:00 Uhr	Raum	116
Termin:	15. September 2026		1 Abend

104 Übersäuerung

Ein ernstzunehmendes Gesundheitsproblem

Wie entsteht eine Übersäuerung und wie merke ich, ob ich „sauer“ bin? Welche Folgen aus einer Übersäuerung entstehen und was du präventiv mit Ernährung und Bewegung machen kannst, wird Dir in diesem Vortrag vermittelt.

Leitung:	Beate Kloss	Gebühr:	ab 6 TN/12,00 € ab 8 TN/ 9,00 €
Dienstag:	9:00 – 21:00 Uhr	Raum	116
Termin:	22. September 2026		1 Abend

105 Frauengesundheit und Wechseljahre

„Die Wechseljahre sind kein Ende – sie sind der Beginn eines neuen, selbstbestimmten Kapitels im Leben einer Frau.“ Die Wechseljahre sind eine neue natürliche Lebensphase, die jede Frau erlebt – meist zwischen 45 und 55 Jahren. Doch über Symptome, Ängste und Möglichkeiten wird oft zu wenig gesprochen. Weitere Infos im Internet!

Leitung:	Beate Kloss	Gebühr:	ab 6 TN/12,00 € ab 8 TN/ 9,00 €
Dienstag:	19:00 – 21:00 Uhr	Raum	116
Termin:	29. September 2026		1 Abend

106 Personalisierte Ernährung

Die Lösung für mein Wunschgewicht oder meine Gesundheit?

Bei der Vielzahl der angebotenen Ernährungsvorschläge kommt es oft zu Verunsicherungen, was denn nun das Beste für die Gesundheit und Wohlbefinden ist. Da jeder Mensch einzigartig ist, kann eine Ernährungsform nicht unbedingt für alle gleich gut sein. Erfahre in diesem anschaulichen Vortrag über die Vorzüge der wissenschaftlich fundierten personalisierten genanalogen Ernährung und Bewegung.

Leitung:	Beate Kloss	Gebühr:	ab 6 TN/12,00 € ab 8 TN/ 9,00 €
Dienstag:	19:00 – 21:00 Uhr	Raum	116
Termin:	3. November 2026		1 Abend

107 Ernährung und Bewegung

Das unschlagbare Duo für Vitalität bis ins hohe Alter

Ein gesunder Lebensstil ist in der heutigen Zeit wichtiger denn je. Viele Faktoren beeinflussen die physische und psychische Gesundheit. Die Verunsicherung ist groß, welche der zigtausenden Ernährungsempfehlungen denn nun die Richtige ist. Was zu einem gesunden Lebensstil gehört und Du tun kannst, um gesund und leistungsfähig alt zu werden, welche Rolle dabei die Ernährung und ein gut funktionierender Darm spielen, wird Dir in diesem Vortrag vermittelt.

Leitung:	Beate Kloss	Gebühr:	ab 6 TN/12,00 € ab 8 TN/ 9,00 €
Montag:	19:00 – 21:00 Uhr	Raum	116
Termin:	9. November 2026		1 Abend

***Zu den Kursen 108 bis 116 ist Folgendes mitzubringen:
Dosen für Reste, Schürze, Küchenmesser, Getränk.
Anmeldeschluss ist jeweils 7 Tage vor Kursbeginn. Bei späteren Abmeldungen sind sowohl die Kursgebühren, als auch die Lebensmittelkosten voll zu bezahlen. Weitere Infos im Internet.***

108 Bayrische Brotzeit im Fingerfood-Stil – die moderne Art

Herzhaft kleine Schmankerl, Bayrische Tapas, das Highlight für einen geselligen Abend mit Gästen. Perfekt zum Vorbereiten. Obazda, Bergkäse und Wurstspezialitäten kreativ angerichtet und perfekt für einen bayrischen Abend á la Oktoberfest. Lebensmittelumlage 15,00 €.

Leitung:	Meike Albertsen	Gebühr:	ab 6 TN/24,50 € ab 8 TN/18,50 €
Dienstag:	18:00 – 21:00 Uhr	Lehrküche	
Termin:	29. September 2026		1 Abend

109 Kürbis-Liebe

Das heimische Superfood Kürbis ist nicht nur gesund, sondern auch vielseitig und unglaublich lecker. In diesem Kurs werden Hokkaido, Butternut & Co in echte Gourmet-Gerichte verwandelt. Mit frischen Zutaten, kreativen Rezepten und in geselliger Runde werden wir einen tollen Abend verbringen. Lebensmittelumlage: 12,00 €.

Leitung:	Meike Albertsen	Gebühr:	ab 6 TN/24,50 € ab 8 TN/18,50 €
Dienstag:	18:00 – 21:00 Uhr	Lehrküche	
Termin:	3. November 2026		1 Abend

***Gerne können Sie uns ein SEPA-Mandat erteilen, dann buchen wir die Kursgebühr vor Kursbeginn ab.
Die Lebensmittelumlage muss vor Ort bezahlt werden und fällt auch bei Nichterscheinen an.***

110 Kochen für Paare – Ein tolles Weihnachtsgeschenk

Jedes Paar kocht für sich ein 4-Gänge-Menü mit frischen Zutaten, die gemeinsam geschnippelt, gekocht und dann schick angerichtet werden. Zusammen mit anderen kochbegeisterten Teilnehmer/innen werden Sie viel Spaß haben und lecker schlemmen. Es erwartet Sie ein genussreicher Abend in netter Gesellschaft. Lebensmittelumlage 15 €.

Leitung:	Meike Albertsen	Gebühr:	ab 6 TN/24,50 € ab 8 TN/18,50 €
Dienstag:	18:00 – 21:00 Uhr	Lehrküche	
Termin:	19. Januar 2027	1 Abend	

111 Indische Herbstküche

In diesem Kurs geht es darum, die Vielfalt der indischen Küche kennenzulernen und gemeinsam leckere Gerichte zuzubereiten. Auf dem Plan stehen zum Beispiel Chicken Chettinad, ein würziges Hähnchencurry aus Südindien und ein Gemüse-Curry. Außerdem wird Alloo Tikki Chole gemacht – knusprige Kartoffelbratlinge mit einer herzhaften Kichererbsensauce. Dazu gibt es Garlic Naan, Kreuzkümmelreis und ein frisches, grünes Chutney mit Minze. Als Beilagen werden ein Gurken-Erdnuss-Salat und eine cremige Auberginen-Raita serviert. Zum Abschluss gibt es ein erfrischendes Mango-Lassi. Lebensmittelumlage 18,00 €. Weitere Infos im Internet.

Leitung:	Varuna Singh	Gebühr:	ab 6 TN/28,00 € ab 8 TN/21,00 €
Freitag:	17:30 – 21:00 Uhr	Lehrküche	
Termin:	2. Oktober 2026	1 Abend	



**Kursportal
Schleswig-Holstein**

Ihre Datenbank für Weiterbildung im Norden

www.sh-kursportal.de

Gefördert durch: SH  Schleswig-Holstein
Ministerium für Wirtschaft,
Arbeitsmarkt, Ausbildung und Tourismus

112 Klassische indische Küche

Die Vielfalt der indischen Küche ist faszinierend, denn jede Region hat ihren eigenen einzigartigen Kochstil. In diesem Kurs entdecken wir authentische Menüs, von köstlichen Currys wie Butter Chicken und indischem Käse-Curry bis hin zu fluffigem Naan, Basmati-Reis, grünem Chutney, Gurken-Erdnuss-Salat, Gemüsetaschen und Rote-Bete-Raita. Wir stellen sogar unseren eigenen Paneer (indischen Käse) her und das erfrischende Mango-Lassi rundet das Essen perfekt ab. Lebensmittelumlage 18,00 €. Weitere Infos im Internet.

Leitung:	Varuna Singh	Gebühr:	ab 6 TN/28,00 € ab 8 TN/21,00 €
Freitag:	17:30 – 21:00 Uhr	Lehrküche	
Termin:	13. November 2026	1 Abend	

113 Indisches Streetfood – scharf!

Heute dreht sich alles um indisches Street Food –perfekt für alle, die es gern spicy mögen. Auf dem Plan stehen z.B. Klassiker wie Samosas (knusprig gefüllte Teigtaschen), Pav Bhaji (eine würzige Gemüsepfanne mit weichem Brot), spicy Nudeln im indischen Stil und Aloo Chole Tikki . Dazu gibt es passende Chutneys und Beilagen, die die Aromen perfekt ergänzen. Lebensmittelumlage 18,00 €. Weitere Infos im Internet.

Leitung:	Varuna Singh	Gebühr:	ab 6 TN/28,00 € ab 8 TN/21,00 €
Freitag:	17:30 – 21:00 Uhr	Lehrküche	
Termin:	15. Januar 2027	1 Abend	

114 Kreative Brotaufstriche

Wir wollen mit Hilfe des Stabmixers ein tolles Aufstrichbuffet mit neuen Ideen kreieren. Vegan, vegetarisch, süß, Alltag oder edel und immer unkompliziert und lecker. Lebensmittelumlage ca. 10,00 €. Weitere Infos im Internet.

Leitung:	Antje Delfs	Gebühr:	ab 6 TN/20,50 € ab 8 TN/15,50 €
Dienstag:	18:30 – 21:30 Uhr	Lehrküche	
Termin:	10. November 2026	1 Abend	

115 Warum nicht mal vegan?

Heute nicht mehr wegzudenken aus unserer Küche, denn irgendeiner isst immer vegan oder darf z.B. keine Milchprodukte. Wir probieren mal, was Tofu und Nussmus so kann, essen nebenbei mehr Gemüse und können so die hoch verarbeiteten, veganen Fertigschnitzel im Supermarkregal links liegen lassen. Lebensmittelumlage: ca. 10,00 €.

Leitung:	Antje Delfs	Gebühr:	ab 6 TN/20,50 € ab 8 TN/15,50 €
Dienstag:	18:30 – 21:30 Uhr	Lehrküche	
Termin:	17. November 2026	1 Abend	

116 Kochen wie die Chagga

Tauchen Sie in die kulinarische Welt Tansanias ein. Die beiden Dozentinnen stammen aus dem Dorf Uuwo in der Kilimanjaro-Region und haben schon früh die Zubereitung traditioneller Chagga-Gerichte sowie die Vielfalt der Swahili-Küche erlernt. Die Küche der Chagga gilt als besonders gesund und ausgewogen. Sie basiert überwiegend auf frischen, regionalen Zutaten wie Kochbananen, Bohnen, Mais, Gemüse und Kräutern. Fleisch wird meist nur in Maßen verwendet, während pflanzliche Zutaten und schonende Zubereitungsarten im Mittelpunkt stehen. Lebensmittelumlage 8,00 € inkl. Getränke.

Weitere Infos im Internet.

Leitung:	Ellensia Shao/ Imme Makundi	Gebühr:	ab 6 TN/28,00 € ab 8 TN/21,00 €
Donnerstag:	18:00 – 21:00 Uhr	BiBeKu Küche	
Termin:	17. September 2026	1 Abend	

**MONTAGEBAU
BERGUNDE**

Am Bornholdsberg 2b 25548 Kellinghusen

Innenausbau
Überdachungen
Fenster- / Türmontagen
Akustikdecken
Terrassenbeläge

0 176 43 42 88 56

info@montagebau-bergunde.de
www.bergunde-montagebau.de

Wir freuen uns auf
Ihr Projekt!

Sprachen

Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und sich verstärkende Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen.

117 Dänisch A1 für Anfänger/innen

Dieser Kurs ist für Teilnehmer und Teilnehmerinnen ohne Vorkenntnisse geeignet. Sie lernen die Grundbegriffe der dänischen Umgangssprache von einer Dänin. Einführung in das dänische Leben, Brauchtum und Gewohnheiten, damit Sie mehr Freude an Ihrer nächsten Ferienreise haben. Das Lehrbuch wird im Kurs bekanntgegeben.

Leitung:	Ida Schott	Gebühr:	ab 5 TN/64,00 € ab 6 TN/53,50
Mittwochs:	18:30 – 19:30 Uhr	Raum	112
Beginn:	16. September 2026		10 Abende

118 Dänisch B2 für Fortgeschrittene (17. Semester)

Fortsetzung des vorigen Semesters. Der Kurs wendet sich auch an neue Teilnehmer/innen, die ihre Sprachkenntnisse auffrischen wollen.

Leitung:	Ida Schott	Gebühr:	ab 6 TN/78,00 € ab 8 TN/58,50 €
Mittwochs:	19:30 - 21:00 Uhr	Raum	112
Beginn:	16. September 2026		10 Abende

119 Englisch B1 für Fortgeschrittene

Fortsetzung des bestehenden Kurses. In netter Atmosphäre vertiefen wir Sprechen, Hörverstehen sowie Grammatik. Kleingruppe 8 TN.

Der Kurs ist nicht ermäßigungsfähig.

Leitung:	Heike Josuttis	Gebühr:	ab 6 TN/48,00 € ab 8 TN/30,00 €
Donnerstags:	17:30 – 19:00 Uhr	Raum	113
Beginn:	3. September 2026		5 Abende

120 Englisch B1 für Fortgeschrittene

Fortsetzung des bestehenden Kurses. Text siehe 119.

Leitung:	Heike Josuttis	Gebühr:	ab 6 TN/48,00 € ab 8 TN/30,00 €
Donnerstags:	17:30 – 19:00 Uhr	Raum	113
Beginn	5. November 2026		5 Abende

Lehrbücher:

Wenn nicht anders angegeben, besorgen sich die Teilnehmer/innen die im Kurs angegebenen Lehrbücher selbst, die am 1. Kurstag bekannt gegeben werden.



Bildungsurlaub in Schleswig-Holstein

Persönlich wachsen – beruflich profitieren

Jetzt anerkannte Kurse finden:

z.B. Sprachen, Soft Skills & Kommunikation,
Entspannung, Sport & Gesundheit, Pädagogik,
Politik & Gesellschaft, u.v.m.



bildungsurlaub.sh-kursportal.de

121 Spanisch A1 für Anfänger/innen (1. Semester)

Dieser Kurs ist für interessierte mit keinen oder wenigen Kenntnissen gedacht. Wir lernen verschiedene Themen wie z.B.: sich vorstellen, Lebensmittel, Restaurant, usw. Grammatik ist auch dabei. Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekannt gegeben.

Leitung: Cristina Portero-Barcenilla Gebühr: ab 6 TN/85,50 €
ab 8 TN/64,00 €

Montags: 19:00 – 20:30 Uhr Raum 113
Beginn: 7. September 2026 10 Abende

122 Spanisch A1 für Anfänger/innen (3. Semester)

Dieser Kurs ist für Interessierte mit keinen oder wenigen Kenntnissen gedacht. Wir lernen verschiedene Themen wie z.B.: sich vorstellen, Lebensmittel, Restaurant, usw. Grammatik ist auch etwas dabei.

Leitung: Cristina Portero-Barcenilla Gebühr: ab 6 TN/110,00 €
ab 8 TN/ 82,50 €

Dienstags: 19:00 – 20:30 Uhr Raum 113
Beginn: 8. September 2026 13 Abende

123 Spanisch A1 für Anfänger/innen (9. Semester)

Dieser Kurs ist für Interessierte mit Kenntnissen gedacht. Wir lernen verschiedene Themen wie z.B.: Restaurant, Hotel, Einkaufen und Bummeln gehen. Grammatik ist auch etwas dabei.

Leitung: Cristina Portero-Barcenilla Gebühr: ab 6 TN/110,00 €
ab 8 TN/ 82,50 €

Dienstags: 17:20 – 18:50 Uhr Raum 113
Beginn: 8. September 2026 13 Abende

**Bitte beachten Sie:
Ein Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung.**

124 Spanischworkshop A1 für Anfänger/innen

Dies ist ein Schnupperkurs um erste Eindrücke der spanischen Sprache zu erlangen: z.B. wie man sich begrüßt, verabschiedet oder sich vorstellt. Fragen zur Herkunft und zum Befinden, aber auch etwas Grammatik. Dieser Kurs richtet sich an Einsteiger/innen ohne Vorkenntnisse.

Leitung: Cristina Portero-Barcenilla Gebühr: ab 6 TN/53,50 €
ab 8 TN/40,00 €

Sa./So.: 10:00 – 15:00 Uhr Raum 113

Termine: 19./20. September 2026 2 Tage

125 Spanischworkshop A1 für Anfänger/innen

Text siehe Kurs 124.

Leitung: Cristina Portero-Barcenilla Gebühr: ab 6 TN/53,50 €
ab 8 TN/40,00 €

Sa./So.: 10:00 – 15:00 Uhr Raum 112

Termine: 14./15. November 2026 2 Tage

126 Französischworkshop A1 – für Anfänger/innen

Dies ist ein Schnupperworkshop um erste Eindrücke der französischen Sprache zu erlangen: Wie man sich begrüßt, verabschiedet oder sich vorstellt. Fragen zur Herkunft und zum Befinden, aber auch etwas Grammatik. Dieser Workshop richtet sich an Einsteiger/innen ohne Vorkenntnisse.

Leitung: Cristina Portero-Barcenilla Gebühr: ab 6 TN/53,50 €
ab 8 TN/40,00 €

Sa./So.: 10:00 – 15:00 Uhr Raum 113

Termine: 28./29. November 2026 2 Tage

127 Russischworkshop A1 für Anfänger/innen (1. Semester)

Dieser Workshop richtet sich an alle, die keinerlei Vorkenntnisse haben oder ihre Grundkenntnisse auffrischen möchten. Einführungen in das kyrillische Alphabet, grundlegende Ausdrücke für den Alltag, Verbesserung der Sprechfertigkeiten und Hörverständnis, kulturelle Einblicke, interaktive Spiele und Übungen. Weitere Infos im Internet.

Leitung: Svetlana Reichardt Gebühr: ab 5 TN/58,50 €
ab 8 TN/36,50 €

Sa./So.: 10:00 – 15:00 Uhr Raum 112

Termine: 12./13. Dezember 2026 2 Tage

**STÖR
FOTO**

Hauptstraße 12
25548 Kellinghusen
Tel. 04822-22 12
info@stoerfoto.de
WhatsApp 0177-1539252

E-Passbilder
Biometrische Passbilder
Visum und Bewerbungsbilder!
Ohne Termin in unseren
Öffnungszeiten.



FÜR MEHR INFOS &
ÖFFNUNGSZEITEN:
JETZT SCANNEN!

Arbeit, Beruf, Digital

Beruf und Arbeit sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung und Bewahrung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil der Volkshochschularbeit. Der kompetente Umgang mit Informationstechnologie und Medien stellt einen Schwerpunkt des Programmbereichs „Arbeit und Beruf“ dar.

Zertifikatskurse

Qualifizierung für pädagogisch Mitarbeitende an Ganztagsschulen Eine Kooperation mit der Serviceagentur „Ganztägig lernen“

Die Zertifikatskurse vermitteln Ihnen fundiertes fachliches und methodisches Know-how, um Ihren Arbeitsalltag im Sinne einer erfolgreichen pädagogischen Praxis zu gestalten. Erweitern Sie Ihre Kompetenzen in unserem Basiskurs (Modul 1 – 5). Mehr Infos dazu finden Sie auf unserer Website oder unter:

<https://sag-sh.de/qualifizierung/paedagogische-mitarbeitende/basis>

128 Modul 1 – Arbeitsfeld Ganztagsschule

Was ist eine Ganztagsschule und welche Ziele verfolgt sie

Termine: 25./26. September 2026 2 Tage

Anmeldeschluss:

18. September 2026

129 Modul 2 – Kommunikation und Gesprächsführung - Gesprächstechniken und -settings

Termine: 9./10. Oktober 2026

2 Tage

Anmeldeschluss:

2. Oktober 2026

130 Modul 3 – Kommunikation und Konfliktlösung – Konflikterkennung und -lösung

Teilnahmevoraussetzung ist der Besuch des Moduls 2.

Termine: 13./14. November 2026

2 Tage

Anmeldeschluss:

6. November 2026

131 Modul 4 – Vielfalt sehen und verstehen

Grundlagen der vorurteilsbewussten Pädagogik

Teilnahmevoraussetzung ist der Besuch der Module 2 + 3.

Termine: 4./5. Dezember 2026

2 Tage

Anmeldeschluss:

27. November 2026

132 Modul 5 – Pädagogik und Lernen

Vermittlung pädagogisches Wissen,

Entwicklungspsychologie, Gruppendynamik, Partizipation

Termine: 15./16. Januar 2027

2 Tage

Anmeldeschluss:

8. Januar 2027

Leitung: Thorge Steen

Gebühr: 70,00 € pro Modul

Freitags: 15:30 – 20:30 Uhr

Samstags: 9:30 – 16:30 Uhr

Raum 113

Praxis für Sprach- und
Stimmtherapie
Alle Kassen

Neuromotorische
Entwicklungsförderung
NDT/INPP

JIAS- Hörtraining



ASTRID BUBLITZ

Atem | Stimme | Sprache

04822 360762

Schulberg 22 a
25548 Kellinghusen

133 Neustart. Umsteigen. Durchstarten! –

Finden Sie Ihren beruflichen Weg

Gemeinschaftsveranstaltung mit FRAU & BERUF und der Gleichstellungsbeauftragten des Amts Kellinghusen

Spüren Sie, dass sich beruflich etwas verändern soll? Sie möchten wieder einsteigen, sich neu orientieren oder den nächsten Schritt gehen – wissen aber noch nicht genau, wie? Vielleicht sind da auch Zweifel: Reicht das, was ich kann? Habe ich überhaupt Chancen? Genau hier setzt diese Veranstaltung an. In rund 90 Minuten lernen Sie das kostenfreie Beratungsangebot von FRAU & BERUF kennen. Die Beraterin Stefanie Pöppelmann gibt Ihnen erste Impulse und Orientierung, wie berufliche Veränderung gelingen kann – ohne Druck, aber mit viel Raum für Ihre Fragen und Gedanken. Das Ziel der Veranstaltung: Ihnen den Einstieg zu erleichtern und Sie zu ermutigen, den nächsten Schritt zu gehen. Im Anschluss haben Sie die Möglichkeit, einen kostenfreien Beratungstermin zu vereinbaren – vertraulich, stärkenorientiert und ganz auf Ihre persönliche Situation zugeschnitten.

Leitung:	Stefanie Pöppelmann	Gebührenfrei
Mittwoch:	16:30 – 18:00 Uhr	Raum 116
Termin:	28. Oktober 2026	1 Nachmittag

FRAU & BERUF

Ergänzend zum o.g. Vortrag haben Sie die Möglichkeit, einen individuellen, vertraulichen und kostenfreien Beratungstermin bei Stefanie Pöppelmann, Beratungsstelle FRAU & BERUF, unter der Tel. Nr. 04821 – 403 028 54 oder per Mail: poepelmann@eg-westholstein.de zu reservieren. In Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten des Amtes Kellinghusen, Wiebke Tischler, können an folgenden Tagen auch im Amt Kellinghusen Beratungstermine vereinbart werden: 23.9., 28.10. und 2.12. 2026.

134 Professionelle Protokollführung

Protokolle sind in Unternehmen und Vereinen unverzichtbar, um Abläufe zu dokumentieren, Vorgänge zu rekonstruieren und Fehler zu vermeiden. Lernen Sie die wichtigsten Formen und deren Einsatzbereiche kennen und erfahren Sie, wie Sie durch eine gute Protokollführung einen lückenlosen Informationsfluss sichern und diese als zentrales Kommunikationswerkzeug nutzen. Mitzubringen: Collegenblock, Stift, Pausensnack.

Leitung:	Nicole Szepansky	Gebühr	ab 4 TN/31,50 € ab 6 TN/21,00 €
Samstag:	9:00 – 13:00 Uhr	Konferenzraum	
Termin:	21. November 2026	1 Tag	

135 Der Weg aus dem Hamsterrad

Wenn der Alltag zur Dauerbelastung wird und sich wie eine Dauerschleife anfühlt, muss sich etwas ändern. Gewohnheit oder doch Prägung? Betrachten Sie Ihr Leben aus neuen Perspektiven, lernen Sie Techniken kennen, die es ermöglichen, den eigenen Weg aus der Belastung zu finden, und beginnen Sie, mit neuem Mut und neuer Stärke stressfrei zu leben. Mitzubringen: Collegenblock, Stift, Pausensnack.

Leitung:	Nicole Szepansky	Gebühr	ab 4 TN/40,50 € ab 6 TN/27,00 €
Samstag:	9:00 – 14:00 Uhr	Konferenzraum	
Termin:	16. Januar 2027	1 Tag	

136 Keine Angst vor Instagram für Einsteiger*innen

Instagram Schritt für Schritt – ich zeige dir die wichtigsten Funktionen und wie du Beiträge, Stories und Reels erstellen kannst. Für Menschen, die bei null starten. Gemeinsam entdecken wir, wie Instagram Spaß macht und einfach funktioniert. Kleingruppe 6 Teilnehmer/innen. Weitere Infos im Internet.

Leitung:	Lisa Turzer	Gebühr:	16,50 €
Samstag:	10:00 – 13:00 Uhr	Raum	112
Termin:	28. November 2026		1 Vormittag

137 Smartphone „55 plus“ - Einführungskurs

Einsteiger/innen lernen die Basisfunktionen ihres Android-Smartphones (z.B. Samsung, LG, HTC, Sony, Huawei u.a.) kennen. Telefonieren, SMS/MMS, Kontakte, Fotografieren, WLAN, Internetnutzung, Google-Konto, Apps, installieren und deinstallieren. Auf dem Smartphone muss das Betriebssystem Android vorhanden sowie ein Google-Konto eingerichtet sein. Kleingruppe 6 Teilnehmer/innen.

Der Kurs ist nicht ermäßigungsfähig.

Mitzubringen: Smartphone inkl. Vertrag mit Internet-Nutzung, Netzteil.

Leitung:	Martin Münzel	Gebühr:	ab 4 TN/59,50 € ab 6 TN/39,50 €
Donnerstags:	18:00 – 20:00 Uhr	Raum	343
Beginn:	24. September 2026		3 Abende

138 Computer-Treff „55 plus“

Bei regelmäßigen Treffen wird auf die Bedürfnisse der Teilnehmer/innen eingegangen. Viele Tipps und Tricks rund um den Computer. Das eigene Gerät kann mitgebracht werden. Kleingruppe 6 TN.

Der Kurs ist nicht ermäßigungsfähig.

Termine: 10.9./29.10./26.11.2026 und 14.01.2027.

Leitung:	Martin Münzel	Gebühr:	ab 5 TN/60,00 € ab 6 TN/50,00 €
Donnerstags:	18:00 – 20:00 Uhr	Raum	343
Beginn:	10. September 2026		4 Abende

139 Dein digitaler Nachlass - Was Du wissen musst

Was ist das überhaupt? Alles, was Du digital hinterlässt, wenn Du nicht mehr da bist. Wo liegen die Daten? Auf Deinen Geräten oder in der Cloud. Warum ist das wichtig? Weil jemand sich darum kümmern muss, wenn Du mal nicht mehr kannst. Weitere Infos im Internet.

Leitung:	Rigo Bohnsack	Gebühr:	ab 6 TN/10,50 € ab 8 TN/ 8,00 €
Mittwoch:	19:00 – 20:00 Uhr	Raum	116
Termin:	11. November 2026		1 Abend

140 MS Excel Grundlagen und erweiterte Kenntnisse

Erwerben von grundlegenden sowie weiterführenden Excel-Kenntnissen. Tabellen effizient gestalten und verwalten. Formeln und Funktionen für die Kalkulation optimal nutzen und in Diagrammen visualisieren. Einfache und umfangreiche Berechnungen und Darstellungen sind keine Magie sondern können erlernt werden. Gute Kenntnisse in Windows sind erforderlich. Kleingruppe 5 Teilnehmer/innen.

Der Kurs ist nicht ermäßigungsfähig.

Leitung:	Rigo Bohnsack	Gebühr:	ab 5 TN/72,00 € ab 6 TN/60,00 €
Mittwochs:	19:00 – 21:00 Uhr	Raum	343
Beginn:	18. November 2026		5 Abende

141 Künstliche Intelligenz im Alltag

ChatGPT & Co. einfach erklärt

Künstliche Intelligenz ist längst Teil unseres Alltags: Sie schreibt Texte, beantwortet Fragen und unterstützt Entscheidungen. In diesem Grundlagenvortrag lernen Sie am Beispiel von ChatGPT verständlich kennen, wie KI funktioniert und wo sie Ihnen ganz konkret helfen kann.

Anhand anschaulicher Beispiele erfahren Sie, wie Sie KI nutzen können, wo die Grenzen sind, warum Ergebnisse immer überprüft werden sollten und worauf es sonst noch ankommt. Für alle Interessierten ohne Vorkenntnisse. Weitere Infos im Internet.

Leitung:	Peter Greiner	Gebühr	ab 6 TN/16,50 € ab 8 TN/12,50 €
Donnerstag:	19:00 – 21:00 Uhr	Raum	112
Termin:	1. Oktober 2026		1 Abend

142 ChatGPT im Alltag nutzen

Praxis-Workshop für Einsteiger/innen

Mit guten Eingaben zu besseren Ergebnissen. Künstliche Intelligenz kann viel. Entscheidend ist, wie wir sie ansprechen. In diesem praxisorientierten Workshop entdecken Sie am Beispiel von ChatGPT, wie Sie mit klaren und gut formulierten Eingaben schnell zu hilfreichen Ergebnissen kommen. Im Mittelpunkt steht das eigene Tun. Anhand anschaulicher Beispiele bekommen Sie gezeigt, wie ChatGPT Sie unterstützen kann. Aktiv ausprobieren und sicher nutzen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Weitere Infos im Internet.

Mitzubringen: Eigenes digitales Endgerät.

Leitung:	Peter Greiner	Gebühr	ab 6 TN/24,00 € ab 8 TN/18,00 €
Freitag:	18:00 – 21:00 Uhr	Raum	112
Termin:	13. November 2026		1 Abend

143 ChatGPT für Fortgeschrittene – Aufbau-Workshop

Prompts verfeinern und eigene KI-Assistenten bauen

In diesem vertiefenden Workshop holen Sie mehr aus ChatGPT heraus: Sie lernen, Ihre Prompts gezielt zu optimieren und eigene KI-Assistenten (Custom GPTs) für wiederkehrende Aufgaben zu konfigurieren. Der Workshop richtet sich an Teilnehmende mit ersten ChatGPT-Erfahrungen, die ihre Arbeit mit KI professionalisieren, Arbeitsabläufe automatisieren und maßgeschneiderte Assistenten aufbauen möchten. Vorkenntnisse im Umgang mit ChatGPT und ein monatliches Plus-Abo werden vorausgesetzt, Programmierkenntnisse nicht. Weitere Infos im Internet. Mitzubringen: Eigenes digitales Endgerät.

Leitung:	Peter Greiner	Gebühr:	ab 6 TN/24,00 € ab 8 TN/18,00 €
Freitag:	18:00 – 21:00 Uhr	Raum	112
Termin:	22. Januar 2027		1 Abend

4. Steinburger Pflege- und Gesundheitsmesse



**Vita -
mitten im
Leben**



24. September 2026, 10-16 Uhr - theater Itzehoe
Veranstalter Pflegestützpunkt im Kreis Steinburg
In Kooperation mit dem Gesundheitsamt Kreis Steinburg

Jugendvolkshochschule

Lebenslanges Lernen von Anfang an – Lernen für die Welt von morgen. Das Angebot Junge VHS richtet sich an Kinder und Jugendliche und bietet die Möglichkeit, außerhalb und unabhängig von Schule individuelle Bildungsinteressen mit innovativen Lernkonzepten und Themen zu entdecken und ihnen nachzugehen.

WerkstattKids für Kinder von 5 – 12 Jahren

Kostenloses Angebot im Bereich Malen, Basteln, Werkeln.

Immer mittwochs im ehemaligen Museum von 15:00 – 16:30 Uhr.

Mehr Infos über das Familienzentrum: dammann@kellinghusen.de oder 0173 316 27 69.

144 Pizza-Party für Kinder ab 8 Jahren

Habt ihr Lust auf Pizza? Wir kneten den Teig, rollen ihn aus und belegen ihn dann nach Lust und Laune, genau-so wie ihr sie am liebsten mögt. Mit Tomatensoße und ordentlich Käse drauf und dann mit euren Lieblingsbelegen. Egal ob mit Salami, Schinken, Paprika, Pilzen oder Ananas, da dürft ihr kreativ werden. Am Ende verspeist ihr eure selbst-gemachte Pizza und seid stolz.

Mitzubringen: Dosen für Reste, Getränk und Lebensmittelumlage 10 €.

Leitung: Meike Albertsen

Gebühr: ab 6 TN/20,50 €
ab 8 TN/15,50 €

Freitag: 16:30 – 19:30 Uhr

Schulküche

Termin: 25. September 2026

1 Nachmittag

Anmeldeschluss:

18. September 2026



Telefon: 0 48 22 / 74 22

Friedrichstr. 3 - 25548 Kellinghusen

physiotherapie.locci@gmail.com

- alle Kassen - Termine nach Vereinbarung

145 Yogakurs für Kinder von 4 – 6 Jahren

Kinderyoga ist viel lebendiger als für Erwachsene und die Kinder spüren die positive Wirkung von Yoga. Sie dürfen sich einbringen und ihren Ideen wird Raum gegeben. Kinderyoga hat nichts mit Leistungsdruck zu tun, jeder ist gut so wie er ist. Dadurch wird das Selbstvertrauen gestärkt. Nach der wilden, bunten Yogapraxis kommt die Entspannung. Dabei fühlt jedes Kind in sich rein und spürt, wie es ihm geht. Weitere Infos im Internet. Mitzubringen: Matte, bequeme Kleidung und Getränk.

Leitung: Marilena Korth

Gebühr: ab 6 TN/54,50 €
ab 8 TN/41.00 €

Montags: 15:30 – 16:30 Uhr

Raum 245

Beginn: 26. Oktober 2026

8 Nachmittage

Anmeldeschluss:

19. Oktober 2026

146 Herbst-Töpfern für Kinder ab 7 Jahren

Rechtzeitig zum Herbst töpfern wir Zaunhocker, Vogeltränken oder vielleicht einfach ein paar Kräuterschilder für die Kräuterspirale. Eigene Ideen sind natürlich herzlich willkommen. Die Kunstwerke können nach Fertigstellung bunt glasiert werden und bekommen im Anschluss einen frostfesten Brand. Die Töpfereien können dann für den Innen- und Außenbereich verwendet werden. Weitere Infos im Internet.

Leitung: Bente Damrau

Gebühr: ab 6 TN/24,00 €
ab 8 TN/18,00 €

Samstag: 11:00 – 14:00 Uhr

Grundschule Werkraum

Termin: 26. September 2026

1 Vormittag

147 Eltern-Kind-Töpfern für Weihnachten ab 7 Jahren

Einen Lichterkranz, Sternenleuchter oder andere Gegenstände, die man zum Leuchten bringen kann, pünktlich zur Weihnachtszeit töpfern, dass ist die Idee. Jeder kann auch seine eigenen Vorstellungen umsetzen. Die Kunstwerke können nach Fertigstellung bunt glasiert werden und bekommen im Anschluss einen frostfesten Brand. Die Töpfereien können dann für den Innen- und Außenbereich verwendet werden. Weitere Infos im Internet.

Leitung: Bente Damrau

Gebühr: ab 6 TN/24,00 €
ab 8 TN/18,00 €

Samstag: 11:00 -14:00 Uhr

Grundschule Werkraum

Termin: 21. November 2026

1 Vormittag

148 Vogelhäuser bauen für Kinder ab 10 Jahren

Wir bauen Vogelhäuser, die später im Garten aufgehängt werden können. Die Kinder und Jugendlichen machen erste Erfahrungen im Umgang mit Holz. Die Produkte werden am Ende des Tages mit nach Hause genommen. Materialkosten: 10.00 €

Leitung: Marc-Oliver Grönke

Gebühr: ab 6 TN/24,50 €
ab 8 TN/18.50 €

Samstag: 10:00 – 14:00 Uhr

Technikraum

Termin: 7. November 2026

1 Tag

Anmeldeschluss:

31. Oktober 2026

149 Von der Idee zur Geschichte - für Jugendliche

Journalistisch erzählen mit Herz & Haltung

Kooperation der VHS und dem Familienzentrum

Grundlagen des journalistischen Schreibens, spannende Einblicke ins Storytelling. Geschichten erzählen und Tipps, wie Geschichten, die berühren, gefunden werden können – egal ob aus Deinem unmittelbaren persönlichen Umfeld oder zu Themen, die beschäftigen. Wie du kleine, aber packende Geschichten erzählen kannst. Was erzählen? Welche Recherchen? Wie führst du erfolgreich Interviews. Wie bringst du das Gehörte, Gelesene, Erfahrene in einen lesbaren Text und wie willst du dein Produkt anderen Menschen zugänglich machen? Innerhalb einer Kampagne, als privaten Newsletter oder Blog oder was dir sonst noch dazu einfallen könnte. Weiterer Infos im Internet.

Leitung:	Erika Harzer	Gebührenfrei
Mi./Do.:	13:00 – 16:00 Uhr	Raum 112
Termine:	14./15. Oktober 2026	2 Nachmittage

150 Für Kinder zu Weihnachten eine tolle Flechtfrisur

Ein Papa-, Mama-, Tochter-, Oma-, Freundinnen-Workshop

Dieser Kurs ist für alle, die ihren Kindern gerne eine Flechtfrisur machen möchten, aber nicht wissen wie. Ich helfe beim Flechten und der Produktauswahl. Mitzubringen: Bürste, Kämme, Haarschmuck und Materialkosten 5 €. Anmeldung paarweise.

Leitung:	Nadine Köhnke	Gebühr: ab 3 Paare/29,50 € ab 4 Paare/22,00 €
Samstag:	10:00 – 12:30 Uhr	Raum 116
Termin:	5. Dezember 2026	1 Vormittag
Anmeldeschluss:		28. November 2026



Zimmerei
SVEN GERLACH
Meisterbetrieb

- ✓ Carports
- ✓ Bedachung
- ✓ Terrassen
- ✓ Innenausbau
- ✓ energetische Sanierung

Asternweg 31 · 25548 Kellinghusen · www.gerlach-zimmerei.de
Telefon 04822/95 06 25 oder 01 62/3 66 25 97



STÄDTISCHE VOLKSHOCHSCHULE KELLINGHUSEN

Anmeldung

Kurs Nr.	Kurstitel
Vorname / Nachname	Geburtsdatum
Straße, Hausnummer	PLZ Ort
Telefon / Handy	eMail
Newsletter: ja ☐ nein ☐	

Die Teilnahmebedingungen, die AGB's sowie die Widerrufsbelehrung der VHS Kellinghusen, die im Plan / Internet einsehbar sind, erkenne ich an. Mit der Speicherung meiner Daten gemäß Datenschutzgesetz und der Angabe meiner Telefonnummer in der Anwesenheitsliste bin ich einverstanden. Die Daten werden nur für dienstliche Zwecke verwendet. Für Bankeinzüge benötigen wir ein SEPA-Lastschriftmandat. Das Formular erhalten Sie im VHS-Büro oder unter www.vhs-kellinghusen.de

Mit Ihrer Unterschrift bestätigen Sie die Kursanmeldung und erkennen die DS-GVO an.

Datum, Unterschrift

Impressum:
Herausgeber: Städtische Volkshochschule Kellinghusen
Auflage: 3000 Stück
Druck: Simons drucken,
Rendsburger Landstraße 224, 24113 Kiel

WORAUF WARTEST DU ?

Zusammen machen wir Dein Zuhause

zu einem schöneren Ort.



**Baustoff-Fachhandel + Baumarkt +
Gartencenter unter einem Dach**

 **hagebaumarkt**
gartencenter
kellinghusen

hagebaucentrum

Dethlefsen

Baustoffe · Holz · Fenster
Türen · Tore · Fliesen



Neuer Kamp 32 - 25548 Kellinghusen - Tel. 04822/9000

info@dethlefsen.de - www.dethlefsen.de

Mo.-Fr. 06:00-19:00 Uhr - Sa. 08:00-20:00 Uhr
gartencenter jeden Sonntag 11:00-16:00 Uhr

HELLWIG + FÖLSTER

Das Autohaus mit dem Plus

5x für Sie in Schleswig-Holstein



O P E L

FIAT

FIAT
PROFESSIONAL

Jeep
DAS ORIGINAL



LEAPMOTOR

Kellinghusen

Marienstraße 1

Kellinghusen

Friedrichstraße 15

Hohenlockstedt

Kieler Straße 4-10

Itzehoe

Dorfstraße 1

Uetersen

Lohe 1-4



**Entdecken
Sie unsere
Markenvielfalt!**



Autohaus Hellwig + Fölster GmbH

www.hellwig-foelster.de