



Volkshochschule  
Schierstein

**PROGRAMM**  
**JANUAR BIS JUNI 2026**

---

## Geschäftsstelle

Karl-Lehr-Straße 6 (Rathaus), 65201 Wiesbaden-Schierstein  
Telefon 0611 297 11; Fax 0611 5324804  
E-Mail [info@vhs-schierstein.de](mailto:info@vhs-schierstein.de)  
Homepage [www.vhs-schierstein.de](http://www.vhs-schierstein.de)  
Social Media Facebook: [vhsschierstein](https://www.facebook.com/vhsschierstein) | Instagram: [@vhs\\_schierstein](https://www.instagram.com/vhs_schierstein)



---

## Geschäftszeiten

DI 10–12 Uhr  
MI 10–12 Uhr  
DO 10–12 Uhr sowie nach Vereinbarung

**Die Öffnungszeiten der Geschäftsstelle während der Schulferien erfahren Sie auf der Homepage, per Aushang und Telefonansage.**

---

## Unser Vorstand

Peter Offermanns (Vorsitzender), Dr. Eva Wodarz-Eichner (Stellvertreterin),  
Gisela Neudeck, Brigitte Meissner und Eva Richter (Beisitzerinnen)

---

## Beirat

Angelika Cebulla (Vorsitzende), Andreas Dieterle, Ilona Kaufmann, Georg Kern,  
Maria Offermanns, Marita Steuernagel, Horst Wernicke

---

## Bankverbindung

**Bitte beachten Sie den Auszug aus unseren AGB (Seite 40) sowie Hinweise zu Datenschutzbestimmungen (Seite 41).**

Wiesbadener Volksbank (BLZ 510 900 00); Konto-Nr. 351 268 05  
IBAN: DE17 5109 0000 0035 1268 05

---

## Impressum

**Programm 1. Halbjahr der vhs Schierstein (Januar bis Juni 2026)**

Redaktion: Laura Hafner  
Redaktionsschluss: 12. November 2025  
Titelfoto: Walter Richters:  
Fröhlicher Stifterappler am Hans-Römer-Platz  
Gestaltung: Grillhösl GbR Grafik & Satz, 0172 6886754,  
[www.grafiksatzz.de](http://www.grafiksatzz.de)  
Druck: SAXOPRINT  
Auflage: 5.000  
Die Bildnachweise finden Sie auf Seite 42.

---

## Ihre Ansprechpartnerinnen in der Geschäftsstelle:

Laura Hafner (Geschäftsführerin),  
Petra Vogl (Anmeldung)



---

## Informationen für Sie

Alle Kurse und Veranstaltungen finden Sie parallel zum Programmheft auf unserer Homepage [www.vhs-schierstein.de](http://www.vhs-schierstein.de). Anmelden können Sie sich online über das Buchungssystem, per Mail an [info@vhs-schierstein.de](mailto:info@vhs-schierstein.de), telefonisch oder auch persönlich vor Ort in unserer Geschäftsstelle.

**Alle Arten der Anmeldung sind verbindlich. Eine Abmeldung ist bis 11 Werktage vor Veranstaltungsbeginn kostenfrei möglich, danach werden 30 % Stornokosten und ab dem 3. Werktag vor Beginn die volle Kursgebühr fällig.**

Schriftliche Anmeldungen bitte unter Angabe von Kursnummer, Name, Adresse, Telefonnummer. Einzugsermächtigung mit Kontonummer und Bankverbindung (IBAN und BIC) unterschrieben einreichen. Ihre SEPA-Mandate sind jederzeit widerrufbar. Bei Ermäßigungsanspruch legen Sie bitte immer eine aktuelle Kopie Ihrer Berechtigung bei (siehe auch Anmeldeformular am Heftende).



Der Vorstand der  
vhs Schierstein



**Das Veranstaltungsprogramm der vhs Schierstein e. V. wird durch das Kulturrat der Landeshauptstadt Wiesbaden gefördert.**

## Liebe Schiersteinerinnen, liebe Schiersteiner, liebe Freundinnen und Freunde der vhs Schierstein,

freuen Sie sich auch schon so? Drei tolle große Ausflüge führen uns diesmal nach Oppenheim (auch in die geheimnisvolle Unterwelt), dann auf die märchenhafte Drachenburg im Rheintal sowie auf die Wartburg nach Eisenach. Hinzu kommt ein herrlicher Nachmittag in der nahen Kurstadt Bad Schwalbach.

Wir planen zahlreiche spannende Führungen in Museen, aber auch in faszinierenden Betrieben wie dem Blumengroßhandel. Unser Beratungsangebot schließt als Neuheiten gesunde Ernährung, künstliche Intelligenz sowie Kosmetik ohne Kunststoffe ein – hierzu warten auch tolle Workshops auf Sie. Und keineswegs nur fürs gute Gewissen: Es ist wieder mal Zeit für einen Erste-Hilfe-Kurs.

Was mich besonders freut, sind unsere neuen Kurse im kulinarischen und kunsthandwerklichen Bereich: Es wird einen Macaron-Kurs sowie einen Kochkurs für frische selbstgemachte Pasta geben, darüber hinaus Korbflechten, Floristik und vieles mehr.

Kleine und große Neugierige sind herzlich eingeladen zur Feuerwehr, ins Eiscafé – und natürlich zum nächsten Orgelmärchen. Zuerst einmal steht aber die überaus vergnügliche Semestereröffnung an. Mit etwas Ausblick darf ich Sie auf zwei wunderbare Reisen hinweisen – nach Flandern im Herbst 2026 und nach Lissabon und Umgebung im Frühjahr 2027. Ist das nicht schön? A propos Ausblick – alle Mitglieder können sich gerne schon die nächste Mitgliederversammlung für Ende Mai vormerken.

Bleiben Sie neugierig! Und wenn Sie unsere Arbeit schätzen – werden Sie doch einfach auch Mitglied. Dann erhalten Sie unsere Programme jeweils als Erste, druckfrisch per Post. Wir freuen uns auf Sie!

Sehr herzlich, für das ganze Team der vhs Schierstein

Ihre



Laura Hafner  
Geschäftsführerin

## Semestereröffnung 6

Plaiten, Pech und Pannen – Von Malheurchen und Likörchen



## Reisen, Ausflüge, Exkursionen 6

Studienreisen – Tagesausflüge – Museums- und Stadtführungen – Betriebsführungen



## Gesellschaft 14

Lebensthemen – Ökologisches



## Kultur, Kunst und Genuss 18

Kulinarisches: Weinproben, Back- und Kochkurse –  
Musikalisches – Kunsthandwerk – Selbstgemacht!



## Junge vhs 26

Feuerwehr – Töpfern – Selbstverteidigung – Orgelmärchen – Eis



## Sprachen 28

Englisch – Französisch – Italienisch – Spanisch



## Gesundheit & Sport 32

Specials – Fitness & Bodystyling – Rückenfitness – Nordic Walking –  
Yoga – Taiji Quan & Qigong



## Computer und Informationstechnologie 37

Notebook & Smartphone – EDV-Café



## Kursübersicht 4

Termin	Kurs-Nr.	Kurstitel	Seite
<b>Januar</b>			
ganzjährig	12682005	Unterstützung: Notebook und Smartphone	37
12.01.2026	12675001	Leichtes Yoga am Abend	35
14.01.2026	12680001	EDV-Café	38
15.01.2026	12663100	Offenes Angebot: Stricken	21
19.01.2026	12651101	Englisch A1.2 für Anfänger (mit Vorkenntnissen)	28
19.01.2026	12651105	Englisch B2.1 für Teilnehmer mit guten Grundkenntnissen	29
19.01.2026	12651109	Englisch B2.2 für fortgeschrittene Teilnehmer	29
19.01.2026	12672003	Rhythmische Ausgleichsgymnastik	33
19.01.2026	12674100	Nordic-Walking Winterkurs	35
20.01.2026	12651409	Italienisch: Conversazione e lettura B2	31
20.01.2026	12675014	Soft Yoga am Vormittag	35
21.01.2026	12651103	Englisch A2 für Anfänger (mit Vorkenntnissen)	28
21.01.2026	12651107	Englisch B2.1 am Vormittag	29
21.01.2026	12651405	Italienisch am Vormittag A2	30
21.01.2026	12651407	Italienisch: Corso di italiano avanzato di livello B1/B2	30
21.01.2026	12652001	Französisch A2	31
21.01.2026	12672001	Bauch, Beine, Po	33
22.01.2026	12651401	Italienisch A1.2 für Anfänger (mit Vorkenntnissen)	30
22.01.2026	12651403	Italienisch A2 für Anfänger (mit guten Vorkenntnissen)	30
22.01.2026	12675004	Yin & Yang-Yoga	36
22.01.2026	12675005	Yin & Yang-Yoga	36
22.01.2026	12676001	Taiji Quan und Qigong - Anfänger	37
22.01.2026	12676002	Taiji Quan und Qigong - Workshop	37
23.01.2026	12664007	Jonglieren lernen	32
26.01.2026	12673001	Rückentraining - Schwerpunkt Kraft [ZPP-zertifiziert]	34
26.01.2026	12673002	Rückentraining - Schwerpunkt Kraft [ZPP-zertifiziert]	34
27.01.2026	12620001	Vorstellung der Reise nach Flandern	6
27.01.2026	12673003	Rückentraining - Schwerpunkt Kraft [ZPP-zertifiziert]	34
27.01.2026	12673004	Rückentraining - Schwerpunkt Kraft [ZPP-zertifiziert]	34
28.01.2026	12675008	Faszien-Yoga	36
28.01.2026	12675009	Faszien-Yoga	36
29.01.2026	12673005	Rückentraining - Schwerpunkt Kraft [ZPP-zertifiziert]	34
29.01.2026	12673006	Rückentraining - Schwerpunkt Kraft [ZPP-zertifiziert]	34
<b>Februar</b>			
03.02.2026	12663301	Töpfern in der Werkstatt	21

Termin	Kurs-Nr.	Kurstitel	Seite
04.02.2026	12623090	Kriminalmuseum im Polizeipräsidium Westhessen	10
04.02.2026	12680002	EDV-Café	38
05.02.2026	12632006	Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung	14
10.02.2026	12632008	Putzen, waschen, schminken - ohne Kunststoffe	15
11.02.2026	12661001	Weinseminar: Die Bottle-Party!	18
20.02.2026	12610002	Semestereröffnung: Pleiten, Pech und Pannen	6
26.02.2026	12632007	Ernährung: Was ist gesund? Was macht krank?	15
27.02.2026	12663201	Kosmetikbars: Feste Naturkosmetik für Haut und Haar	24
28.02.2026	12661011	Macaron-Workshop	19
<b>März</b>			
04.03.2026	12621006	Opelvillen: Sonderausstellung Hélène de Beauvoir	10
04.03.2026	12680003	EDV-Café	38
06.03.2026	12663400	Papierkunst: Kränze und Tüten	22
07.03.2026	12623112	Besuch bei der Freiwilligen Feuerwehr Schierstein	26
10.03.2026	12643001	Kinderhände töpfen	26
11.03.2026	12661002	Weinseminar: Aragón	18
12.03.2026	12632009	Der Letzte-Hilfe-Kurs	15
13.03.2026	12661025	Kochkurs: Pasta, ti amo! Frische Nudeln selbstgemacht	19
14.03.2026	12662400	Handschrift-Tageskurs II	22
20.03.2026	12623004	Führung im Schiersteiner Heimatmuseum	11
21.03.2026	12670112	Erste-Hilfe-Kurs	16
22.03.2026	12663600	Spinnkurs	22
24.03.2026	12632010	Vortrag: Wie KI unseren Alltag verändert	16
27.03.2026	12663500	Einführungskurs Korbflechten	23
28.03.2026	12653001	Intensivkurs: Spanisch für Reise und Urlaub A1.2	31
<b>April</b>			
13.04.2026	12673007	Rückentraining - Schwerpunkt Kraft (Fortsetzungskurs)	34
13.04.2026	12673008	Rückentraining - Schwerpunkt Kraft (Fortsetzungskurs)	34
13.04.2026	12674101	Nordic-Walking Frühjahrskurs	35
14.04.2026	12632011	Hilfe für Angehörige psychisch erkrankter Menschen	16
14.04.2026	12671001	Selbstverteidigung für Kinder	26
14.04.2026	12673009	Rückentraining - Schwerpunkt Kraft (Fortsetzungskurs)	34
14.04.2026	12673010	Rückentraining - Schwerpunkt Kraft (Fortsetzungskurs)	34
14.04.2026	12675015	Soft Yoga am Vormittag	35
15.04.2026	12623008	Schiersteiner Blumengroßhandel	13
15.04.2026	12652002	Französisch A2	31

Termin	Kurs-Nr.	Kurstitel	Seite
15.04.2026	12661003	Weinseminar: Silvaner	18
15.04.2026	12680004	EDV-Café	38
16.04.2026	12621002	Geheimnisvolles Oppenheim: Altstadt und Kellerlabyrinth	8
16.04.2026	12651402	Italienisch A1.2 für Anfänger (mit Vorkenntnissen)	30
16.04.2026	12651404	Italienisch A2 für Anfänger (mit guten Vorkenntnissen)	30
16.04.2026	12673011	Rückentraining - Schwerpunkt Kraft (Fortsetzungskurs)	34
16.04.2026	12673012	Rückentraining - Schwerpunkt Kraft (Fortsetzungskurs)	34
16.04.2026	12675006	Yin & Yang-Yoga	36
16.04.2026	12675007	Yin & Yang-Yoga	36
16.04.2026	12676003	Taiji Quan und Qigong - Anfänger	37
16.04.2026	12676004	Taiji Quan und Qigong - Workshop	37
17.04.2026	12663202	Naturkosmetik für die Rasur - sanfte Pflege	24
19.04.2026	12641000	Die Orgelmaus	27
19.04.2026	12641001	Die Orgelmaus	27
20.04.2026	12651102	Englisch A1.2 für Anfänger (mit Vorkenntnissen)	28
20.04.2026	12651106	Englisch B2.1 für Teilnehmer mit guten Grundkenntnissen	29
20.04.2026	12651110	Englisch B2.2 für fortgeschrittene Teilnehmer	29
20.04.2026	12672004	Rhythmische Ausgleichsgymnastik	33
20.04.2026	12675002	Leichtes Yoga am Abend	35
21.04.2026	12651410	Italienisch: Conversazione e lettura B2	31
21.04.2026	12663302	Töpfern in der Werkstatt	21
22.04.2026	12651104	Englisch A2 für Anfänger (mit Vorkenntnissen)	28
22.04.2026	12651108	Englisch B2.1 am Vormittag	29
22.04.2026	12651406	Italienisch am Vormittag A2	30
22.04.2026	12651408	Italienisch: Corso di italiano avanzato di livello B1/B2	30
22.04.2026	12672002	Bauch, Beine, Po	33
22.04.2026	12675010	Faszien-Yoga	36
22.04.2026	12675011	Faszien-Yoga	36
23.04.2026	12623080	Führung Wasserwerk Schierstein	13
24.04.2026	12622004	MRE: Sonderausstellung Wolfgang Hollegga	11
<b>Mai</b>			
02.05.2026	12633501	Wildkräuterführung rund um den Schiersteiner Hafen	17
06.05.2026	12621003	Märchenhaftes am Rhein: Drachenburg & Adenauer-Haus	9
06.05.2026	12677001	Beckenbodentraining für Frauen (4-8 TN)	33
06.05.2026	12680005	EDV-Café	38
07.05.2026	12632002	Besuch im Bestattungsinstitut	17

Termin	Kurs-Nr.	Kurstitel	Seite
08.05.2026	12661008	Eiscafé Venezia - Blick in die Produktion	27
09.05.2026	12653002	Intensivkurs: Spanisch für Reise und Urlaub A1	31
09.05.2026	12664010	Neurologisches Tischtennis	32
19.05.2026	12623007	Führung durch das Stadtarchiv Wiesbaden	12
19.05.2026	12643002	Kinderhände töpfen	26
20.05.2026	12623011	Führung auf dem Hof Armada	13
21.05.2026	12621004	Tagesausflug nach Eisenach mit Wartburg und Bachhaus	9
22.05.2026	12663203	Natürliche Haarpflege selbst gemacht	25
29.05.2026	12621007	Bad Schwalbach: Kur-Stadt-Apothekenmuseum & Stadtführung	12
<b>Juni</b>			
02.06.2026	12663700	Floristik-Workshop im Blumengroßhandel	23
03.06.2026	12680006	EDV-Café	38
10.06.2026	12661004	Weinseminar: Wagram	18
10.06.2026	12677002	Beckenbodentraining für Frauen (Aufbaukurs mit 4-8 TN)	33
11.06.2026	12623010	Besichtigung der Sektellerei Henkell in Biebrich	14
12.06.2026	12663401	Köstliches aus der Rosenküche	20
12.06.2026	12664008	Jonglieren lernen	32
13.06.2026	12623005	Besuch im Atelier Anke Rohde	12
16.06.2026	12620004	Vorstellung der Reise nach Lissabon & Umgebung, März 2027	8
17.06.2026	12680007	EDV-Café	38
19.06.2026	12633300	Fledermauswanderung	17
20.06.2026	12621008	Historische Rheinfront in Wiesbaden-Biebrich	12
21.06.2026	12664000	Wunschkonzert Orgel-Improvisation	20
<b>Ausblick auf Herbst 2026 und Frühjahr 2027</b>			
31.08.2026	12620002	Studienreise Flandern - Von Antwerpen bis Brügge	7
im März 2027	12620004	Reise-Vorankündigung: Lissabon und Umgebung	8
<b>Weitere Informationen</b>			
		EDV- und Repaircafé, Schiersteiner Nachbarschaftshilfe	38
		Bildnachweise	42
		Allgemeine Geschäftsbedingungen	40
		Hinweise zum Datenschutz	41
		Bankverbindung	2
		Kooperationspartner	42
		Anmeldeformular	43
		Mitglied werden	43
		Veranstaltungsorte im Stadtplan	U4



## Semestereröffnung

**Pleiten, Pech und Pannen – Von Malheurchen und Likörchen**

Sabine Gramenz & Malte Kühn

Von Pleiten, Pechsträhnen und Pannen wussten auch Komponisten und Sängerinnen Lieder zu singen. Ein paar davon haben Sabine Gramenz und Malte Kühn für dieses vergnügliche Konzert ausgewählt. Eine einzigartige Arie Rossinis etwa, die er einer Sängerin mit besonderen Qualitäten auf den Leib komponiert hat. Auch stets aufs Neue aktuelle Themen werden besungen: Liebe am Arbeitsplatz – was kann da schon schiefgehen? Und eröffnet wird das Konzert mit einer Hummer-Kummer-Nummer. Selbstredend, dass die Liebe bei den besungenen Pleiten des Öffterers im Mittelpunkt steht ... die Pannenhilfe aber fern ist. „Wenn ich einmal traurig bin, trink ich einen Korn“, therapierte Dr. med. Heinz Erhardt seinerzeit erfolgreich(?) persönliches Pech. Der Korn bleibt (vorerst) im Fläschchen, die Lieder werden ausgeschenkt: Ein Konzert der ungenierten Schadenfreude.

**12610002 | Fr, 20.02.26, 19 – 21 Uhr**

⇒ **Christophorus Haus, Gemeindesaal; 18 €, für Mitglieder 15 €**



## Reisen, Ausflüge, Exkursionen

## Studienreisen

**Vorstellung der Reise nach Flandern**

Bettina Anz

Geschichte, Kultur und kulinarische Entdeckungen in Belgien erleben? Die vhs Schierstein hat das passende Angebot: Eine Gruppenreise führt Sie nach Antwerpen, Mechelen, Gent und Brügge – mit Stadtführungen, besonderen Besuchen wie dem Rubenshuis, einer Grachtenfahrt in Gent und einem Ausflug an die Küste.

Die Reise wird vom Veranstalter Intercontact organisiert und von einer erfahrenen Reiseleitung begleitet.

Die Höhepunkte der Reise sowie weitere Details können Sie in einem Informationsvortrag unverbindlich und bei freiem Eintritt kennenlernen.

**12620001 | Di, 27.01.26, 18.30 – 19.30 Uhr**

⇒ **Rathaus Schierstein; kostenfrei**

*Infos zu allen Kursen unter [www.vhs-schierstein.de](http://www.vhs-schierstein.de)*



### Studienreise Flandern – Von Antwerpen bis Brügge vom 31. August bis 5. September 2026

Bettina Anz & Intercontact

Erleben Sie die faszinierende Vielfalt Flanderns auf einer stilvollen Rundreise durch Belgiens schönste Städte. Nach einem genussvollen Zwischenstopp mit Lütticher Waffeln entdecken Sie Antwerpen – pulsierende Hafenmetropole und Heimat des Barockmalers Rubens. Hier entdecken Sie den Hafen mit dem modernen Havenhuis sowie die Altstadt mit Rubenshuis und dem Plantin-Moretus-Museum. In Mechelen erwarten Sie Glockenspielklänge vom Turm der St.-Rumboldskathedrale und das prachtvolle Jugendstil-Juwel des Ursulineninstituts. Gent begeistert mit seiner mittelalterlichen Kulisse, einer romantischen Grachtenfahrt und der Verkostung regionaler Cidre-Spezialitäten. In Brügge, dem „Venedig des Nordens“, erleben Sie das historische Stadtbild, flämische Braukunst und belgische Gastfreundschaft pur. Ein Ausflug an die Küste führt Sie zu den einzigartigen Krabbenfischern von Oostduinkerke und in das Atelier des Künstlers James Ensor. Genießen Sie belgische Lebensart, kulinarische Höhepunkte und kulturelle Schätze auf dieser abwechslungsreichen Reise durch Flandern.

- Datum der Reise: 31. August bis 5. September 2026
  - Organisation und Reiseleitung: Intercontact & Bettina Anz
  - Reisepreis: ab 1795 € p.P. im DZ (EZ-Zuschlag 495 € p.P.)
- Das beinhaltet der Preis: Busreise ab/bis Wiesbaden im hochmodernen Reisebus, 4-Sterne-Hotels mit Frühstück, 4 Abendessen in örtlichen Restaurants, deutsche Reiseleitung, die die Gruppe die gesamte Reise begleitet, lokale Deutsch sprechende Reiseführer vor Ort, Eintritte der Sehenswürdigkeiten, eine gute Mischung aus Kultur, Kunst und Kulinarik. Programmänderungen, die den Charakter der Reise nicht verändern, vorbehalten. Die Reise wird in Kooperation mit dem Reiseunternehmen Intercontact Gesellschaft für Studien- und Begegnungsreisen mbH angeboten.
- Das detaillierte Programm und Auskunft über die Reise erhalten Sie in unserer Geschäftsstelle.
- Buchung ist ab sofort über ein separates Formular möglich, Anmelde-schluss ist der 31. Mai 2026.**
- Informationsveranstaltung zur Reise am 27. Januar 2026 um 18.30 Uhr im Rathaus Schierstein.



**12620002 | Mo, 31.08.26 bis 05.09.26, 6 Tage**  
**⇒ Flandern; ab 1795 € p.P. im DZ**





### Vor-Ankündigung & Vorstellung der Reise nach Lissabon und Umgebung, März 2027

Sabrina Benz

Entdecken Sie die faszinierende und vielseitige Metropole Lissabon und lernen Sie die wunderschöne Umgebung der Hauptstadt und die Geschichte Portugals auf einer 7-tägigen Reise im März 2027 kennen. Die auf sieben Hügeln und an der Mündung des Flusses Tejo erbaute Stadt Lissabon ist aufgrund der angenehmen Temperaturen ganzjährig ein interessantes Reiseziel. Wir lernen Lissabon intensiv kennen, tauchen in die spannende Geschichte ein und erkunden die vielen schönen Winkel der Stadt. Aber auch die nähere Umgebung hat sehr viel zu bieten: Ausgehend vom schönen und eleganten Badeort Estoril unternehmen wir interessante Tagesausflüge nach Alcobaça, Nazaré, Óbidos, Sintra, Cabo da Roca und Cascais. Danach wohnen wir zentral in Lissabon, um die Stadt in vollen Zügen genießen zu können. Interessenten können sich bereits jetzt vormerken lassen, um sich einen Platz für die Reise zu sichern. In Kooperation mit dem Reiseunternehmen vivahola. Ein kostenloser Infoabend findet am 16. Juni um 18.30 Uhr im Rathaus Schierstein statt. Hier können Sie die Höhepunkte der Reise, das Unternehmen und die Reiseleitung näher kennenlernen – natürlich unverbindlich und bei freiem Eintritt.

**12620004 | Di, 16.06.26, 18.30 – 19.30 Uhr**

⇒ **Rathaus Schierstein; kostenfrei**

### Tagesausflüge

#### Geheimnisvolles Oppenheim: Altstadt und Kellerlabyrinth

Laura Hafner

Oppenheim am Rhein – charmante Wein- und Kulturstadt mit reicher Geschichte und eindrucksvoller Architektur. Wir beginnen den Tag mit einer privaten Führung durch die gotische Katharinenkirche: Neben dem Hauptschiff, dem Westchor und dem Turm besuchen wir auch den Außenbereich mit der Michaelskapelle und dem Beinhaus, in dem die Überreste von rund 20.000 Verstorbenen ruhen. Außerdem entdecken wir das Lapidarium, eine Steinhalle mit historischen Wasserspeiern und kunstvoll gearbeiteten Schlusssteinen, sowie den stimmungsvollen Kapellengarten. Im Anschluss folgt eine private Stadtführung, bei der wir die malerischen Gassen und die Geschichte der ehemaligen freien Reichsstadt erkunden.

Der Mittag steht zur freien Verfügung – Zeit für ein gemütliches Essen oder einen Spaziergang am Rhein. Am Nachmittag erwartet uns ein echtes Highlight: eine Führung durch das berühmte Oppenheimer Kellerlabyrinth. Hier wandeln wir in schmalen Gängen und auf gewundenen Treppen wie einst vor 1000 Jahren.

Auch als „Stadt unter der Stadt“ bekannt, verbinden die geheimnisvollen Gänge, Treppen und Keller die Welt unter der Oppenheimer Altstadt – ein einzigartiges Erlebnis, das



Geschichte lebendig werden lässt. Bitte beachten: Das Kellerlabyrinth ist nicht barrierefrei und es sind 130 Stufen zu überwinden.

**Abfahrt morgens um 9 Uhr, Rückkunft in Schierstein gegen 17 Uhr. Inklusive Fahrt im eigenen Reisebus, Eintritt und Führungen, mit Exkursionsbegleitung der vhs. Mittagessen nicht mitinbegriffen. Um verbindliche Anmeldung bis 16. März wird gebeten.**

**12621002 | Do, 16.04.26, 9 – 17 Uhr**

⇒ **Treffpunkt: Parkplatz Festwiese, Kleinaustraße; 87 €**



### Märchenhaftes am Rhein: Drachenburg und Adenauer-Haus

Brigitte Meissner

Wir besuchen an diesem Tag das Adenauer-Haus in Rhöndorf am Rhein. Bei einer Führung erfahren wir viel über das Leben und die Geschichte unseres ersten Bundeskanzlers. Von dort geht es weiter nach Königswinter: Die Drachenfels-Bahn, eine der ältesten Zahnrad-Bahnen Deutschlands, bringt uns auf den Drachenfels, wo wir nach einer Mittagspause das bezaubernde Schloss Drachenburg mit eigener Führung besichtigen werden. Ein Spaziergang zur Nibelungenhalle mit schönen Ausblicken ins Rheintal und die Talfahrt beschließen unseren Ausflug.

**Abfahrt morgens um 8.30 Uhr, Rückankunft in Schierstein gegen 18 Uhr. Inklusive Fahrt im eigenen Reisebus, Eintritt und Führung, mit Exkursionsbegleitung der vhs. Mittagessen nicht im Preis mitinbegriffen. Um verbindliche Anmeldung bis 21. April wird gebeten.**

**12621003 | Mi, 06.05.26, 8.30 – 18 Uhr**

➔ **Treffpunkt: Parkplatz Festwiese, Kleinaustraße; 92 €**

### Tagesausflug nach Eisenach mit Wartburg und Bachhaus

Peter Offermanns

Wir laden Sie herzlich zu einem ganz besonderen Tag voller Geschichte, Kultur, Musik und beeindruckender Architektur ein. Die Abfahrt erfolgt früh morgens um 7 Uhr in Schierstein, damit wir nach einer entspannten Fahrt unser erstes Ziel in Eisenach, die historische Wartburg, erreichen.

Von unserem Busparkplatz aus besteht die Möglichkeit, den letzten et was steilen Anstieg bequem mit einem Shuttlebus zurückzulegen – ideal für alle, die den Weg nicht zu Fuß gehen möchten. Gegen 11 Uhr beginnt dann unsere exklusive Führung durch den mittelalterlichen Palas. Tauschen Sie ein in über tausend Jahre Geschichte, wo einst Heilige, Könige und Reformatoren lebten und wirkten, und lassen Sie sich die bewegte Vergangenheit der Wartburg lebendig und anschaulich näherbringen. Anschließend haben Sie ausreichend Zeit zur freien Verfügung: Erkunden Sie in Ihrem eigenen Tempo das Wartburg-Museum und besuchen Sie die berühmte Lutherstube, in der Martin Luther das Neue Testament ins Deutsche übersetzte. Gegen 13.30 Uhr fahren wir in das Zentrum von Eisenach. Hier haben Sie ca. 1,5 Stunden zur freien Verfügung, um einen Spaziergang durch die Innenstadt von Eisenach zu machen und auch einen Imbiss zu sich zu nehmen, bevor wir dann das Bachhaus besuchen, das dem Leben und Wirken Johann Sebastian Bachs gewidmet ist. Dort erwartet uns ein selbstständiger Rundgang durch die vielseitige Ausstellung, die unter anderem Einblicke in Bachs Musik, Zeitgeschichte und Leben bietet. Ein besonderes Highlight ist ein kleines Live-Konzert (ca. 30 Minuten) auf historischen Tasteninstrumenten, das die Musik des großen Komponisten auf eindrucksvolle Weise erlebbar macht. Die Rückfahrt erfolgt um 17 Uhr, Ankunft in Schierstein ist gegen 20 Uhr.

**Gebühr inklusive Fahrt im eigenen Reisebus, Eintritt und Führung in der Wartburg, Eintritt und Teilnahme am Live-Konzert im Bachhaus und Trinkgelder. Wir bitten um verbindliche Anmeldung bis 21. April.**

**12621004 | Do, 21.05.26, 7 – 20 Uhr**

➔ **Treffpunkt: Parkplatz Festwiese, Kleinaustraße; 102 €**



## Museums- und Stadtführungen

### Kriminalmuseum im Polizeipräsidium Westhessen

Laura Hafner

Aufgrund der großen Nachfrage bieten wir diese spannende Führung erneut an.

Das Kriminalmuseum im Polizeipräsidium Westhessen bietet seinen Gästen interessante Einblicke in die Geschichte der Polizei. Auf ca. 274 qm finden sich mehr als 500 Exponate aus den verschiedensten Themenbereichen der Polizei. Darüber hinaus gibt die Ausstellung einen Überblick über die Polizeigeschichte der Landeshauptstadt.

Als Besonderheiten sind in der Abteilung Erkennungsdienst eine Standkamera mit einem alten Drehstuhl von 1900, der immerhin bis 2004 in Gebrauch war, sowie ein Bildwerfer aus der Zeit um 1930 zu besichtigen. Neben einer alten Polizeiwache aus dem Jahr 1960 sind modernste Methoden der Spurensicherung ausgestellt. Auch erhalten Sie interessante Informationen zu Waffen, Falschgeld und zur Drogenkriminalität.

**Treffpunkt im Foyer des Haupteingangs.**

**12623090 | Mi, 04.02.26, 15 – 17 Uhr**

➔ **Polizeipräsidium Westhessen,**

**Konrad-Adenauer-Ring 51, 65187 Wiesbaden; 10 €**

### Führung in den Opelvillen:

#### Sonderausstellung „Hélène de Beauvoir. Mit anderen Augen sehen“

Laura Hafner

Hélène de Beauvoir (1910 – 2001) stand lange im Schatten ihrer Schwester Simone de Beauvoir (1908 – 1986) – eine der großen Intellektuellen des 20. Jahrhunderts und Ikone der Frauenbewegung. Ohne Zweifel beeinflusste Simone de Beauvoir Hélyènes Leben und Arbeit auf eine sehr tiefgreifende Weise, dennoch steht das Werk der Malerin für sich. In der Ausstellung „Hélène de Beauvoir. Mit anderen Augen sehen“ wird die vergessene Künstlerin und ihr vielschichtiges Werk neu bewertet werden. Die Opelvillen präsentieren die erste museale Ausstellung zum Werk der Malerin Hélène de Beauvoir in Deutschland. Mit 177 Leihgaben aus den Jahren 1925 bis 1994 wird die gesamte Spannweite ihres Schaffens



mit Kupferstichen, Aquarellen, Acrylbildern und Ölgemälden gewürdigt und dabei bislang unberücksichtigte Thematiken fokussiert. Kunst bedeutete für Hélène de Beauvoir eindeutig einen Akt der Befreiung: Herrschende Rollenbilder legte sie offen und machte in klar verständlicher Bildsprache auf die Lage der Frau aufmerksam. Bisher unbekannte Maleisen erweisen sich nun als Schlüsselwerke. Die hochkarätigen Leihgaben stammen aus Frankreich, Italien, Deutschland, England und der Schweiz. Nach der persönlichen Führung haben Sie noch Zeit, die Ausstellung auf eigene Faust zu entdecken. Die Museumsgastronomie der Opelvillen lädt zu anschließendem Mittagessen oder Kaffee in schöner Atmosphäre ein (nicht im Preis mitinbegriffen).

**Gebühr inklusive eigener Gruppenführung und Museumseintritt, bei eigener Anreise. Treffpunkt 10 Minuten vor Beginn der Führung im Eingangsbereich der Opelvillen. Wir bitten um verbindliche Anmeldung bis spätestens 17. Februar.**

**12621006 | Mi, 04.03.26, 10 – 12.30 Uhr**

➔ **Opelvillen Rüsselsheim; 19 €**

### Führung im Schiersteiner Heimatmuseum

Dieter Thrun

Das Museum zeigt Schiersteiner Geschichte, Mund- und Lebensart sowie Bilder des alten Ortskerns und Aufnahmen aus dem Bereich der „alten“ Handwerke der Fischer, Flößer, Rheinschiffer, Landwirte und Weinbauern. Untergebracht ist es mit 130 m² Ausstellungsfläche im renovierten Bürgerhaus „Alte Hafenschule“, einem stattlichen Barockbau aus dem Jahre 1763.

Zu den in Schierstein gefundenen Objekten gehören Tulpenbecher, Backteller und Steinbeilchen aus der Jungsteinzeit (3500 v.Chr.); aus der Römerzeit gibt es vollständig erhaltene Krüge und eine Kopie der Jupitersäule (221 n. Chr.). Ein Original-Steinplattengrab aus Taunusquarzit aus der Frankenzeit (etwa 700 n. Chr.) ist sogar mit dem Skelett zu bestaunen. Zur Dauerausstellung gehören auch historische Grenz- und Grabsteine.

Bilder vom abgerissenen Zehntenhof, der historischen Keimzelle Schiersteins (heute Erich-Kästner-Schule), und vom Schiersteiner Strandbad zeugen gemeinsam mit Postkarten und historischen Alltagsgegenständen vom Leben in Schierstein in der Vergangenheit.

**Der Vorstandsvorsitzende des Heimatmuseums führt uns persönlich durch das Museum.**

**12623004 | Fr, 20.03.26, 17 – 18.30 Uhr**

➔ **Schiersteiner Heimatmuseum, Zehntenhofstraße 6; 5 €**



**Sind Sie schon für unseren Newsletter eingetragen?**

Hier informieren wir regelmäßig über unsere aktuellen Angebote.  
Einfach anmelden unter [www.vhs-schierstein.de/newsletter](http://www.vhs-schierstein.de/newsletter).

### Museum Reinhard Ernst Wiesbaden (mre):

#### Sonderausstellung „Wolfgang Hollegga. Denk nicht, schau!“

Brigitte Meissner

Wolfgang Hollegga (1929 – 2023) – einer der bedeutendsten Maler Österreichs nach 1945 – feiert im Museum Reinhard Ernst 2026 seine große Deutschlandpremiere! Er war ein Meister der präzisen Verdichtung und Reduktion – das macht ihn in einer Zeit, in der visuelle Reize allgegenwärtig sind, höchst aktuell. In der Anschauung der Natur beginnt für den Maler der Dialog zwischen Gegenständlichkeit und Abstraktion: „Wenn ich das Sichtbare als Ausgangspunkt nicht hätte, wäre das, was ich mache, ein rein willkürliches Geschmiere. Ich brauche das Sichtbare als Ausgangspunkt, um es zu verändern.“ Bereits um 1960 feierte er große Erfolge in New York. Trotz der internationalen Anerkennung entschied sich Hollegga gegen eine Karriere in den Kunstmetropolen und zog sich 1962 auf einen Bauernhof am Rechberg nördlich von Graz zurück.

In dieser Abgeschiedenheit entwickelte er über sechs Jahrzehnte ein farbenprächtiges, oft monumentales Werk.

Im Anschluss an die Führung besteht natürlich noch Gelegenheit, das Museum auf eigene Faust zu erkunden.

**Gebühr inklusive eigener Gruppenführung sowie Museumseintritt. Treffpunkt 10**

**Minuten vor Beginn der Führung im Eingangsbereich des Museums.**

**Wir bitten um verbindliche Anmeldung bis 16. April.**

**12622004 | Fr, 24.04.26, 15.30 – 18 Uhr**

➔ **Museum Reinhard Ernst, Wilhelmstraße 1, 65185 Wiesbaden; 24 €**



Wolfgang Hollegga, Ohne Titel, 2016, Museum Liaunig © Nachlass Wolfgang Hollegga



### Ein Nachmittag im Taunus:

#### Bad Schwalbach Kur-Stadt-Apothekenmuseum und Stadtführung

Dr. Viola Snethlage-Luz & Laura Hafner

Ein Nachmittag in der Kurstadt! Als 1581 zum ersten Mal die Mineralquellen in Bad Schwalbach beschrieben wurden, begann ein enormer Aufstieg des ländlichen Dorfes zum angesehenen Heilbad, das nicht nur Matthäus Merian d. Ä. zu seiner kunstvollen „Schwalbacher Reise“ inspirierte und Kaiserin Elisabeth von Österreich undercover besuchte, sondern auch dem Biermagnaten Adolphus Busch zur zeitweiligen zweiten Heimat wurde. Das vielseitige Kur-Stadt-Apothekenmuseum lässt Sie ins Kurtreiben eintauchen und bietet Einblick in die älteste Apotheke des Taunus, während die historische Druckerei des 1861 gegründeten Aar-Boten in die Zeit des Bleisatzes entführt. Die Funde eines 2017 entdeckten Keltengrabs lassen nicht nur über die Keltenzeit, sondern auch die Möglichkeiten von Archäologie und die Fertigkeiten von Restaurator\*innen staunen. Nach einer gemütlichen Pause im Museum bei Kaffee und Kuchen macht eine Stadtführung Kurgebiet und Architektur von Bad Schwalbach erfahrbar. Inkl. Führung im Museum, Kaffee und Kuchen sowie persönlicher Stadtführung. Wir bitten um verbindliche Anmeldung bis 13. Mai.

**12621007 | Fr, 29.05.26, 14 – 18 Uhr**

➔ Kur-Stadt-Apothekenmuseum Bad Schwalbach,  
Pestalozzistraße 16a, 65307 Bad Schwalbach; 27 €



### Führung durch das Stadtarchiv Wiesbaden

Anjali Pujari

Akten und Karteien, Fotos, Karten und Pläne, Zeitungen und Zeitschriften sowie Forschungsliteratur zur Geschichte der Stadt und ihrer Umgebung – dies alles wird im Stadtarchiv gesammelt und kann von interessierten Bürger/innen genutzt werden. Aber wie? Dazu erhalten Sie Hinweise und Erläuterungen. Eine Führung durch die Magazine und ein Blick auf ausgewählte historische Dokumente runden den Abend ab.

**12623007 | Di, 19.05.26, 17.30 – 19 Uhr**

➔ Stadtarchiv Wiesbaden, Im Rad 42, 65197 Wiesbaden; kostenfrei

### Preview im Atelier Anke Rohde

Anke Rohde

Die Kulturveranstaltung „Offene Ateliers am Rhein“ (gefördert vom Kulturamt Wiesbaden) findet 2026 bereits im vierten Jahr in Folge statt. Künstler:innen in den rheinnahen Orten Mainz-Kastel, Biebrich und Schierstein öffnen zwei Tage ihre Werkräume, um einem breiten Publikum Einblicke in ihre Arbeit zu gewähren. Vor der offiziellen Eröffnung lädt Mitbegründerin Anke Rohde in intimer Runde zu einer Preview in ihr Atelier ein. Bei einem Gläschen Sekt wird Ihnen die Künstlerin ihre Räume und Arbeiten zeigen und freut sich auf einen anregenden Austausch.

**12623005 | Sa, 13.06.26, 11 – 12 Uhr**

➔ Atelier & Projektraum, Karl-Lehr-Straße 32, 65201 Wiesbaden

### Ein Spaziergang an der historischen Rheinfront in Wiesbaden-Biebrich

Peter Offermanns & Peter-Michael Glöckler

Der einstündige Spaziergang unter der Leitung des Biebricher Heimatforschers Peter-Michael Glöckler bietet Eindrücke von Biebrich ab dem 18. Jahrhundert: Es geht vorbei an Landhäusern, dem Barockschloss und den ehemaligen Grand-Hotels zur Georgios-Kirche. Danach besteht die Möglichkeit, bei einem Plausch mit Herrn Glöckler im Restaurant Schloss-Biebrich bei Kaffee und Kuchen (nicht mitinbegriffen), auch anhand von Fotos, mehr über das Biebricher Schloss zu erfahren.

Anmeldeschluss ist der 5. Juni.

**12621008 | Sa, 20.06.26, 16 – 17.30 Uhr**

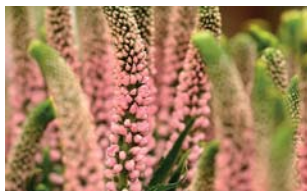
➔ Treffpunkt: vor der Villa Beck, Rheingaustraße 138; 10 €

## Betriebsführungen

### Führung durch die Gärtnerei: Der Schiersteiner Blumengroßhandel

Jörg Martin

Blumen, so weit das Auge reicht: Wir besichtigen die Gärtnerei unter fachkundiger Führung und erleben vor Ort die Blumenernte und Blumenaufbereitung. Der Rundgang mit Jörg Martin führt durch Gewächshäuser, Arbeitshalle, Kühlhaus und Freiland – überall dürfen wir ausnahmsweise „hineinschnuppern“. Und vielleicht blühen schon die ersten Pfingstrosen auf den weitläufigen Feldern. Eine außergewöhnliche Betriebsbesichtigung!



**Treffpunkt im Hof der Gärtnerei (Blierweg 1), Hofeinfahrt an der Saarstraße, gegenüber der Saarstraße 68 – dort finden Sie auch ausreichend Parkplätze.**

**12623008 | Mi, 15.04.26, 9 – 10.30 Uhr**

➔ **Schiersteiner Blumengroßhandel, Blierweg 1; 10 €**

### Führung Wasserwerk Schierstein

Esther Friedrich

Aufgrund der großen Nachfrage erneut im Programm! Die Wiesbadener Wasserversorgung steht auf vier Standbeinen – eines davon ist das Wasserwerk Schierstein. Anfang des 20. Jahrhunderts wurde die Trinkwasserversorgung für die Wiesbadener Bevölkerung durch den Bau einer Brunnengalerie, einer kleinen Aufbereitung und anschließender Desinfektion gesichert. Im Laufe der Jahre wurde die Wassergewinnung immer wieder optimiert und an den Verbrauch angepasst. Erklärt wird der „Lebenslauf“ des Werks bis zur heutigen Zeit.

**Die Führung dauert ca. eine bis anderthalb Stunden. Der Treffpunkt ist vor dem Haupteingang (Söhnleinstraße 42).**

**12623080 | Do, 23.04.26, 14 – 15.30 Uhr**

➔ **Treffpunkt: Haupteingang Wasserwerk, Söhnleinstraße 42; 10 €**

### Besuch bei der Freiwilligen Feuerwehr Schierstein, S. 26

**12623112 | Sa, 07.03.26, 10 – 11.30 Uhr**

➔ **Feuerwehrgerätehaus Schierstein; kostenfrei**

### Eiscafé Venezia – Blick in die Produktion, S. 27

**12661008 | Fr, 08.05.26, 16 – 17 Uhr**

➔ **Eiscafé Venezia, Reichsapfelstraße 9, 65201 Wiesbaden; 5 €**

### Führung auf dem Hof Armada

Claudia Stäbe

Der historische Hof Armada, dessen Geschichte bis ins 12. Jahrhundert reicht, schreibt – mit seinem Aktivstall für Pferde, einem Lernbauernhof für Kinder und angeschlossenen Ferienwohnungen – Geschichte neu und ist ab jetzt zu erleben.

Was sich hinter Scheunen- und Stalltüren verbirgt und wie die tägliche Arbeit auf dem Hof Armada aussieht, erfahren Sie bei dieser Führung.

**12623011 | Mi, 20.05.26, 15 – 17 Uhr**

➔ **Hof Armada, Hof Armada 1, 65201 Wiesbaden; 10 €**



### Besichtigung der Sektkellerei Henkell in Biebrich

Henkell & Co. Sektkellerei & Brigitte Meissner

Wie entsteht Qualitätssekt? Wer das erleben möchte, kann hier auf Entdeckungstour gehen: Vom beeindruckenden Marmorsaal hinab in das sieben Stockwerke tiefer gelegene Kellergewölbe inkl. Produktion und moderner Sektmanufaktur. Hier erhalten Sie einzigartige Einblicke in die Kunst des Sekthandwerks – nicht nur in trockener Theorie: Freuen Sie sich auf die Verkostung erlesener „Perlen“!

Bei der Experience-Tour lernen Sie Schloss Henkell von der Pike auf kennen und bekommen einen umfassenden Einblick in das Unternehmen und seine Produktvielfalt. Die Tour startet im imposanten Marmorsaal von Schloss Henkell. Hier lernen wir nicht nur den geschichtlichen Hintergrund von Henkell Freixenet kennen, sondern erhalten auch erste Einblicke in die Produktion und das Produktsortiment. Erfahren Sie alles über die Herstellung von Sekt – von der Cuvée über die Dosage, das Degorgieren und die traditionelle Flaschengärung. Sie wollten schon immer



mehr über die Sekt-Produktion, die Sekt-Herstellung und die Sekt-Abfüllung erfahren? Dafür begeben wir uns in den sieben Stockwerke tiefen Keller. Auch die moderne Sektmanufaktur, in der wir das Handwerk der traditionellen Flaschengärung hautnah kennenlernen, ist hier zu Hause. Die

Führung endet mit dem Besuch des Henkell Freixenet-Shops, in dem Sie nach Lust und Laune einkaufen können.

**Wir bitten um verbindliche Anmeldung bis zum 3. Juni.**

**Treffpunkt: Empfang / Pforte, 10 Minuten vor Führungsbeginn.**

**12623010 | Do, 11.06.26, 16.30 – 18 Uhr**

**⇒ Henkell Freixenet, Biebricher Allee 142; 21 €**

### Gesellschaft



### Lebensthemen

#### Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Dr. Christoph Dietrich

Zur Gesundheitsvorsorge gehört auch, für den Fall vorzusorgen, dass man selber keine Auskunft mehr über die gewünschte medizinische Therapie geben kann. Instrumente hierfür sind die Vorsorgevollmacht und die Patientenverfügung. Das Seminar erklärt, in welchen Situationen diese Erklärungen zur Anwendung kommen, was sie beinhalten, wie sie erstellt werden und welche Erklärung für wen sinnvoll ist. Der Dozent Dr. Christoph Dietrich ist Facharzt für Innere Medizin, Gastroenterologie, Palliativmedizin und Ernährungsmedizin und beschäftigt sich seit über 20 Jahren mit praktischen und wissenschaftlichen Aspekten von Patientenverfügungen.

**12632006 | Do, 05.02.26, 19 – 21 Uhr**

**⇒ Rathaus Schierstein; 12 €**

*Es liegt uns am Herzen, dass Ihre ausgesuchte Veranstaltung stattfinden kann. Mit einer rechtzeitigen Anmeldung – spätestens fünf Tage vor Beginn – tragen Sie dazu bei.*

### Putzen, waschen, schminken – so geht's ohne Kunststoffe

Eva von Monschaw

In vielen Kosmetikprodukten, Wasch- und Reinigungsmitteln steckt mehr Plastik als die meisten denken. Mikro- und Flüssigkunststoffe sorgen für Glanz, Geschmeidigkeit oder Reinigungskraft, landen aber oft im Abwasser und schließlich in der Umwelt. Einige Anbieter verzichten inzwischen darauf, setzen dafür aber vermehrt flüssige Kunststoffe ein. Im Vortrag geht es um praktische Tipps, mit denen Verbraucherinnen und Verbraucher umweltschädliches Plastik in Bad und Haushalt erkennen – und um gute Alternativen.

Die Teilnahme ist für alle Interessierten kostenlos, eine Anmeldung aber wie bei allen Veranstaltungen notwendig.



**12632008 | Di, 10.02.26, 18 – 19.30 Uhr**

➔ **Rathaus Schierstein; kostenfrei**

### Kosmetikbars – Feste Naturkosmetik für Haut und Haar selbst gemacht, S. 24

**12663201 | Fr, 27.02.26, 16 – 19 Uhr**

➔ **Rathaus Schierstein; 27 €**

### Naturkosmetik für die Rasur – sanfte Pflege selbst gemacht, S. 24

**12663202 | Fr, 17.04.26, 16 – 19 Uhr**

➔ **Rathaus Schierstein; 27 €**

### Natürliche Haarpflege selbst gemacht, S. 25

**12663203 | Fr, 22.05.26, 16 – 19 Uhr**

➔ **Rathaus Schierstein; 27 €**

### Ernährung – Facts und Fiction: Was ist gesund? Was macht krank?

Dr. Christoph Dietrich

Ernährung ist lebenswichtig und spielt eine große Rolle in unserem Leben. Gesunde Ernährung kann über einen gesunden Darm und eine gesunde Leber große positive Effekte auf unsere Gesundheit haben. Effekte falscher Ernährung sind andererseits für ein Drittel aller Krebserkrankungen und zahlreiche Gefäß- und Organerkrankungen verantwortlich. Dabei ist gesunde Ernährung einfacher als die Marketinginitiativen vieler Firmen vermuten lassen. In diesem Seminar werden einfache Grundlagen der richtigen Ernährung vermittelt. Der Dozent ist Spezialist für Erkrankungen von Magen, Darm, Leber und Bauchspeicheldrüse sowie Ernährungsmediziner.

**12632007 | Do, 26.02.26, 19 – 21 Uhr**

➔ **Rathaus Schierstein; 12 €**



### Der Letzte-Hilfe-Kurs, das kleine Einmaleins des Sterbens

Simone Raha

Wie kann man einem Menschen helfen, der sich auf seinem letzten Weg befindet? Der Umgang mit sterbenden Menschen in unserer nächsten Umgebung macht uns als Mitmenschen oft hilflos und unsicher. Was geschieht beim Sterben? Wie können Angehörige und Freunde den Sterbenden unterstützen? Welche Themen und Entscheidungen sind im Voraus wichtig? Und wie gehen wir mit unserer eigenen Trauer um? Der Hospizverein Auxilium bietet an zwei Abenden einen Kurzkurs zur „Letzten Hilfe“ an. Vermittelt werden Basiswissen, Hilfsmöglichkeiten und einfache Handgriffe. Denn 75 Prozent der Menschen haben den Wunsch, in ihrem Zuhause sterben zu können, und brauchen Unterstützung. Die Veranstaltung möchte uns ermutigen, sich Sterbenden kompetent und mit mehr Sicherheit zuzuwenden.

**12632009 | Do, 12.03.26 und 19.03.26, 16 – 18 Uhr, 2 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein; 20 €**

*Infos zu allen Kursen unter [www.vhs-schierstein.de](http://www.vhs-schierstein.de)*



### Erste-Hilfe-Kurs

Daniela Schierle

Vor Ihnen passiert ein schwerer Autounfall auf der Autobahn. Ihr Kollege bricht neben Ihnen zusammen. Ihr Kind stürzt vom Klettergerüst und bewegt sich nicht mehr. Und nun? Was machen Sie?

Egal in welcher Situation oder an welchem Ort: Erste Hilfe im Notfall rettet Leben! Oftmals hängt es vom Eingreifen eines Einzelnen ab, das Schlimmste zu verhindern – denn bis der Rettungsdienst eintrifft, vergehen wertvolle Minuten, mindestens acht. Um die Angst zu nehmen und im Notfall richtig reagieren zu können, bilden wir in unseren Erste-Hilfe-Kursen jedermann aus.

*Hinweis: Sie sind Ersthelfer im Betrieb oder Gruppen-/Jugendleiter in einer Kirchengemeinde oder Übungsleiter in einem Sportverein? Dieser Erste-Hilfe-Kurs ist DGUV-zertifiziert und kann über die Berufsgenossenschaft abgerechnet werden. Für ehrenamtlich Tätige ist i.d.R. die Verwaltungs-Berufsgenossenschaft (VBG) zuständig. Erkundigen Sie sich, ob die BG für Ihr Ehrenamt die Kosten eines Erste-Hilfe-Kurses übernimmt.*

**12670112 | Sa, 21.03.26, 9.30 – 18 Uhr**

⇒ Rathaus Schierstein; 55 €

### Die Intelligenz der Maschinen: Wie KI unseren Alltag verändert

Hanspeter Baus

Künstliche Intelligenz (KI) ist längst Teil unseres Alltags – oft, ohne dass wir es merken. Hanspeter Baus gibt in seinem Vortrag einen verständlichen Überblick über die Grundlagen. Er zeigt praxisnah, wie KI-Anwendungen funktionieren und wo sie uns begegnen – von Chatbots bis Bildgeneratoren. Sie entdecken vielfältige Anwendungsbereiche, lernen, wie man sicher und effektiv mit KI kommuniziert, Risiken und Betrugsfallen erkennt und Potenziale nutzt. Ideal für alle, die mitreden und mitgestalten wollen.



**12632010 | Di, 24.03.26, 18 – 19.30 Uhr**

⇒ Rathaus Schierstein; 10 €

### Helfen, aber wie? Ein „Erste-Hilfe-Kurs“ für Angehörige psychisch erkrankter Menschen

Verena Quernheim

Psychische Erkrankungen verändern nicht nur das Leben der Betroffenen selbst, sondern auch das ihres Umfelds. Angehörige stehen oft vor großen emotionalen und praktischen Herausforderungen und stoßen dabei nicht selten an eigene Grenzen.

Dieser Kurs bietet Ihnen als Angehörige praktische Informationen, Anregungen und Raum für Austausch. Sie erhalten eine erste Orientierung zu geeigneten Anlaufstellen und Hilfsangeboten und lernen, wie Sie dabei auch Ihre eigene mentale Gesundheit schützen und stärken können.

**12632011 | Di, 14.04.26, 19 – 21 Uhr**

⇒ Rathaus Schierstein; 12 €

Infos zu allen Kursen unter [www.vhs-schierstein.de](http://www.vhs-schierstein.de)

### Endlich leben, um endlich zu leben – Besuch im Bestattungsinstitut

Stephan Hoffmann, Stefanie Jost & Philipp Gawron

*„Lebe, als würdest du morgen sterben. Lerne, als würdest du ewig leben.“*

(Mahatma Gandhi)

Herzlich willkommen zu einer „Betriebsführung der etwas anderen Art“: Es gehört viel Mut dazu, sich der eigenen Endlichkeit zu stellen – ohne Zweifel. Der Lohn für den klaren Blick auf das Ende dieses Lebens ist ein bewusster, ist große Dankbarkeit für jeden Tag mit seinen tausend kleinen Wundern und Begegnungen. Die Erkenntnis, eine Versöhnung, eine Entscheidung, die Wertschätzung und Nutzung der eigenen Gaben, die Verwirklichung eines Lebenstraums nicht ins Unbestimmte zu verschieben. Wir laden Sie ein, sich bei Wein/Traubensaft und Brezel in guter Gemeinschaft diesen Themen zu nähern – und auch einen Blick hinter die Kulissen eines Bestattungshauses zu werfen.

**Es begleiten Sie Stefanie Jost und Philipp Gawron, beide Bestatter und Trauerbegleiter, sowie Pastor Stephan Hoffmann, Alt-Katholischer Seelsorger und systemischer Berater.**

**12632002 | Do, 07.05.26, 19 – 20.30 Uhr**

➔ **Begegnungsstätte und Bestattungshaus Fischer & Jost, Im Grohenstück 13, 65396 Walluf; kostenfrei, Anmeldung notwendig**

### Ökologisches

### Putzen, waschen, schminken – so geht's ohne Kunststoffe, S. 15

**12632008 | Di, 10.02.26, 18 – 19.30 Uhr**

➔ **Rathaus Schierstein; kostenfrei**

### Wildkräuterführung rund um den Schiersteiner Hafen

Judith Klare

Welche heimischen Heilpflanzen und essbaren Wildkräuter, die zur Wanderung gerade „erntereif“ sind, direkt bei uns vor der Haustür wachsen, erfahren Sie bei dieser Kräuterwanderung. Die gelernte Gärtnerin und Phytotherapeutin Judith Klare beschäftigt sich seit vielen Jahren mit Heil- und Wildkräutern. Sie erfahren viel über deren Heilwirkung und Anwendung. Sie werden merken, dass sich die Beschäftigung mit Kräutern in der

Natur positiv auf Körper, Geist und Seele auswirken kann. Zum Abschluss der Wanderung findet ein kleines Picknick mit selbstgebackenem Brot, Kräuterlimonade und vegetarischen Brotaufstrichen statt. **Treffpunkt ist die Wilhelm-Loos-Anlage direkt am Schiersteiner Hafen, vor dem Christophorushaus an der Hafenstraße bzw. bei der Jupitersäule.**

**12633501 | Sa, 02.05.26, 14 – 16 Uhr**

➔ **Treffpunkt: Schiersteiner Hafen, Wilhelm-Loos-Anlage; 15 €**

### Geheimnisvoll und faszinierend –

### Familienexkursion zu den Fledermäusen

Dr. Carolin Dreesmann

Fledermäuse sind faszinierende Tiere – und heute kommen wir ihnen ungewohnt nahe! Während unseres abendlichen Spaziergangs machen wir uns auf die Suche nach den heimlichen Jägern der Nacht. Anschaulich erläutert die promovierte Biologin Carolin Dreesmann Biologie und Gefährdung der Fledermäuse und stellt die bei uns heimischen Arten vor. Und dann geht es los: Mit etwas Glück lassen sich die ersten Fledermäuse bereits vor dem Einsetzen der Dämmerung beobachten und mit Hilfe von speziellen BAT-Detektoren sogar hörbar machen. Geeignet für Kinder ab 6 Jahren – und davon unabhängig für Neugierige jeden Alters. Bitte mitbringen: Evtl. Taschenlampen

**12633300 | Fr, 19.06.26, 21 – 23 Uhr**

➔ **Treffpunkt: Parkplatz Kleinaustraße nahe dem Hafen; Erwachsene 12 €, Kinder 6 €**





## Kultur, Kunst und Genuss



## Kulinarisches

### Weinseminar: Die Bottle-Party!

Cormac Clancy

Ein spannender Abend mit offenem Inhalt. Alle Teilnehmer und der Seminarleiter bringen eine Flasche ihres (Lieblings-)Weines mit. Weißweine bitte vorher einkühlen. Gemeinsam werden wir die Verkostungsreihenfolge der mitgebrachten Weine festlegen, anschließend die Weine verkosten, charakterisieren und beurteilen. Ein Weinseminar mit hohem Unterhaltungswert, bei dem wir auch etwas lernen werden. **Gebühr inkl. Wasser und Brot. Bitte 2 Weingläser und eine Flasche Ihres Lieblingsweines mitbringen!**

**12661001 | Mi, 11.02.26, 19.30 – 22 Uhr**

⇒ Rathaus Schierstein; 27 €

Infos zu allen Kursen unter [www.vhs-schierstein.de](http://www.vhs-schierstein.de)

### Weinseminar: Aragón

Cormac Clancy

Aragón ist ein Weinbaugebiet im Nordosten Spaniens, das sich in vier D.O.-Gebiete gliedert: Cariñena, Calatayud, Campo de Borja und Somontano. Es ist bekannt für seine vielfältigen Weine, die u.a. von der Garnacha-Traube geprägt sind, sowie für seine kontinentalen und mediterranen Klimabedingungen und die Höhenlagen der Weinberge. Wir lernen die Region anhand von spannenden Weiß- und hauptsächlich Rotweinen kennen. **Gebühr inkl. Wein, Wasser, Brot und Seminarunterlagen. Bitte 2 Weingläser mitbringen!**

**12661002 | Mi, 11.03.26, 19.30 – 22 Uhr**

⇒ Rathaus Schierstein; 34 €

### Weinseminar: Silvaner

Cormac Clancy

Der Silvaner zählt zu den ältesten kultivierten Rebsorten in Europa. In Deutschland sind die Hauptanbaugebiete Rheinhessen, Franken und die Pfalz. Die Rebsorte ist sehr vielfältig und lässt sich sehr gut mit Speisen kombinieren. In diesem Seminar lernen wir Silvaner unterschiedlicher Stile und Jahrgänge aus mehreren Anbaugebieten kennen. **Gebühr inkl. Wein, Wasser, Brot und Seminarunterlagen. Bitte 2 Weingläser mitbringen!**

**12661003 | Mi, 15.04.26, 19.30 – 22 Uhr**

⇒ Rathaus Schierstein; 34 €

### Weinseminar: Wagram

Cormac Clancy

Das Weinbaugebiet Wagram in Niederösterreich erstreckt sich nördlich der Donau von Klosterneuburg bis westlich von Tulln und ist für seine eleganten und würzigen Weine bekannt, u.a. für Grünen und Roten Veltliner. Der Weißweinanteil macht 83% der Rebfläche aus. Wir verkosten überwiegend Weißweine von unterschiedlichen Betrieben. **Gebühr inkl. Wein, Wasser, Brot und Seminarunterlagen. Bitte 2 Weingläser mitbringen!**

**12661004 | Mi, 10.06.26, 19.30 – 22 Uhr**

⇒ Rathaus Schierstein; 34 €

### Macaron-Workshop

Nihan Baser

Wer träumt nicht davon, Macarons selbst herzustellen, diese kleinen köstlichen Kunstwerke ... Endlich ist es soweit: Wir werden gemeinsam leckere Macarons backen und euch in die Geheimnisse der Rezepturen von Seidenzucker eintauchen lassen. Was du im Kurs lernst: Herstellen einer italienischen Meringue – Herstellen von zwei Ganache – Herstellung von Macaronshalen – Füllen von Macarons mit Ganache – Wissen zu Rohstoffen & chemischen Prozessen. Alle Materialien für die Macarons sowie Zubehör wie Schürzen sind vor Ort vorhanden. Auf euch freut sich Nihan Baser, die Gründerin und Inhaberin von Seidenzucker. Ihr erhaltet alle Kursmaterialien in einer PDF, das Rezeptbuch mit Schalen & drei Füllungen und sämtlichen Tipps & Tricks – sowie 20 selbstgemachte köstliche Macarons!

**Bitte mitbringen:** Nachhaltig ist es, wenn ihr eine eigene große Tuperdose mitbringt, falls zur Hand. Darüber würden wir uns sehr freuen. **Kleiner Tipp:** Bei langen Haaren bitte ein Haargummi mitbringen – und tragt bequeme Schuhe, denn wir stehen fast die ganze Zeit.

**12661011 | Sa, 28.02.26, 11 – 14 Uhr**

➔ **Seidenzucker Pâtisserie, Dachsbergstraße 2, 65201 WI (im Bahnhofsgebäude, Zugang auf Gleis 1 Richtung Frankfurt); 84 €**



### Kochkurs: Pasta, ti amo! Frische Nudeln selbstgemacht

Meike Körner

Wer gerne Nudeln isst, ist in diesem Kurs richtig, denn wir stellen selbst Pasta her. Die Teilnehmer:innen lernen zwei verschiedene Teigsorten kennen – mit und ohne Ei. Die Nudelmaschine bleibt zu Hause, nur mit Hilfe von Omas Nudelholz (!) rollen wir den Teig schön dünn aus und schneiden daraus feine Bandnudeln und bereiten außerdem lecker gefüllte Ravioli zu. Einen Teil der hergestellten Pasta dürfen die Teilnehmer:innen mit nach Hause nehmen, den Rest kochen wir vor Ort und genießen ein italienisches Abendessen, gekrönt von einem Tiramisù. Kursleitung ist Meike Körner, bekennende Nudeliebhäberin und Chefredakteurin des Kochmagazins „köstlich vegetarisch“.

**Wir bitten um verbindliche Anmeldung bis 4. März 2026.**

**Mitzubringen sind 1 Nudelholz (sofern vorhanden), 2 Küchenhandtücher, 2 größere Frischhaltedosen und 1 Schürze.**

**12661025 | Fr, 13.03.26, 17 – 21 Uhr**

➔ **Bildungswerk Hessen e.V.; 75 € inkl. aller Zutaten (Bio-Qualität)**



*Ihre Anmeldung ist verbindlich und wird vor Kursbeginn nicht erneut bestätigt. Eine Information erfolgt nur bei Ausfall.  
Unter [www.vhs-schierstein.de](http://www.vhs-schierstein.de) können Sie genau Tag, Ort und Zeit jeder Veranstaltung sehen.*

### Köstliches aus der Rosenküche

Marlies Erler

Ob Rosenbutter, Rosenpfeffer, Rosensalz, Rosenöl und Rosentee ... in diesem Workshop fertigen wir allerlei aus der Rosenküche, das Sie selbst verwenden oder auch liebevoll verschenken können. Ungespritzte Rosen, Tüten, Etiketten, Schleifenband, Salz, Pfeffer und Öl stehen für Sie bereit. **Materialkosten in Höhe von 12 € werden vor Ort mit der Dozentin abgerechnet.** Bitte bringen Sie eine kleine verschließbare Flasche, Küchenrolle, wenn vorhanden, einen kleinen Trichter, ca. 100 g Butter, ein kleines Gefäß zum Vermischen der Butter und eine Gabel mit.

**12663401 | Fr, 12.06.26, 16 – 19 Uhr**

⇒ **Rathaus Schierstein; 20 €**



### Wildkräuterführung rund um den Schiersteiner Hafen, S. 17

**12633501 | Sa, 02.05.26, 14 – 16 Uhr**

⇒ **Treffpunkt: Schiersteiner Hafen, Wilhelm-Loos-Anlage; 15 €**

### Eiscafé Venezia – Blick in die Produktion, S. 27

**12661008 | Fr, 08.05.26, 16 – 17 Uhr**

⇒ **Eiscafé Venezia, Reichsapfelstraße 9, 65201 Wiesbaden; 5 €**

*Es liegt uns am Herzen, dass Ihre ausgesuchte Veranstaltung stattfinden kann. Mit einer rechtzeitigen Anmeldung – spätestens fünf Tage vor Beginn – tragen Sie dazu bei.*

### Musikalisches

#### Wunschkonzert Orgel-Improvisation

Clemens Bosselmann

Das Leben ist kein Wunschkonzert? ... doch, hier schon! Und Ihre Wünsche sind gefragt.

Wollten Sie schon immer mal Smoke on the water auf der Orgel hören? Hier dürfen Sie entscheiden, was gespielt wird. Clemens Bosselmann widmet sich in diesem Konzert in vielfältigen Improvisationen an der Orgel Ihren Lieblingsstücken und Wunschthemen.

Ihrer Phantasie sind keine Grenzen gesetzt – und seiner Phantasie auch nicht: Quer durch Epochen, Stilarten und Genres entsteht spontan ein einzigartiges Konzertprogramm. Alles ist möglich: von gregorianischen Melodien über klassische Lieblingsstücke bis hin zu den Beatles, Queen oder auch Filmmusik aus Star Wars, Lord of the Rings oder den Simpsons. Sie werden überrascht sein, was auf der Orgel alles „geht“. Natürlich ohne Noten, alles entsteht live!

**Bitte senden Sie Ihre Wünsche bis zum 11. Juni 2026 (per Post oder E-Mail) an Clemens Bosselmann ([info@schiersteiner-kantorei.de](mailto:info@schiersteiner-kantorei.de)) oder an das Büro der vhs Schierstein – denn jeder Wunsch soll erfüllt werden und mitunter muss der Kantor auch mal in ein Stück vorher hineinhorchen.**

**Eintritt kostenfrei auf Spendenbasis; wir freuen uns über Ihre Anmeldung im Vorfeld (damit Sie persönlich wünschen können).**

**12664000 | So, 21.06.26, 17 – 18 Uhr**

⇒ **Christophoruskirche, Schierstein; kostenfrei**



### Semestereröffnung: Pleiten, Pech und Pannen – Von Malheurchen und Likörchen, S. 6

12610002 | Fr, 20.02.26, 19–21 Uhr

⇒ Christophorushaus, Gemeindesaal; 18 €, für Mitglieder 15 €

### Die Orgelmaus – eine unterhaltsame Orgelführung für Kinder, S. 27

126410-00 und -01 | So, 19.04.26, 15–16 bzw. 16–17 Uhr

⇒ Christophoruskirche, Schierstein; kostenfrei mit Anmeldung

## Kunsthandwerk

### Offenes Angebot: Stricken

Ingeborg Steffen / Jana Bosselmann

Stricken macht Freude! Zudem ist es gut für unsere Gesundheit, senkt den Blutdruck und sorgt für Entspannung. Das Erinnerungsvermögen wird trainiert und die Finger bleiben beweglich. Vor allem macht es einfach Spaß, nach eigenen Ideen ein Unikat herzustellen. Im Frühjahr kommt wieder die Zeit für Tücher und leichte Schals und auch Jacken und Pullis in sommerlichen Farben. Die neuen Garne in Sommerfarben und -qualitäten warten schon in den Läden. Lassen Sie sich inspirieren! Wir treffen uns in netter Runde und jeder strickt oder häkelt sein Wunschprojekt unter fachkundiger Anleitung. Lassen Sie sich gerne bezüglich Modell- und Materialauswahl von den Dozentinnen beraten. Wir stellen über die Geschäftsstelle den Kontakt her. Anfänger, die Grundkenntnisse erwerben möchten, sind ebenso herzlich willkommen wie Fortgeschrittene, die nach neuen Herausforderungen suchen. Der Stricktreff ist ein offenes Angebot für alle Interessierten. Die Teilnahme kostet pro Abend 10 €. Kontaktieren Sie bei Interesse gerne im Vorfeld die Geschäftsstelle (0611-29711 oder info@vhs-schierstein.de), damit wir Sie erreichen können, sollte ausnahmsweise ein einzelner Termin kurzfristig ausfallen müssen.

12663100 | Do, 15.01.26 bis 25.06.26, immer 18.15–20.30 Uhr

⇒ Rathaus Schierstein; 10 € pro Abend

### Töpfern in der Werkstatt

Rosel Gundlach

Gönnen Sie sich Entschleunigung. Anfänger erlernen verschiedenste Aufbautechniken und diverse Gefäßformen. Fortgeschrittene haben Gelegenheit zur freien Gestaltung. Unter fachlicher Anleitung in einer wunderschönen Atelieratmosphäre können Sie kreativ sein. Die Werkstücke werden gebrannt und in der letzten Kursstunde glasiert. Material- und Brennkosten werden abhängig vom eigenen Verbrauch extra berechnet und direkt mit der Dozentin abgerechnet.



12663301 | Di, 03.02., 10.02. und 24.02.26, 18.30–21.30 Uhr

⇒ Keramikatelier Rosel Gundlach, Backfischgasse 7; 72 €

12663302 | Di, 21.04., 28.04. und 12.05.26, 18.30–21.30 Uhr

⇒ Keramikatelier Rosel Gundlach, Backfischgasse 7; 72 €

### Kinderhände töpfen (7–12 Jahre), S. 26

12643001 | Di, 10.03. und 17.03.26, jeweils 15–18 Uhr

⇒ Keramikatelier Rosel Gundlach, Backfischgasse 7, Schierstein; 45 €, inkl. Materialkosten und Brennkosten

12643002 | Di, 19.05. und 26.05.26, jeweils 15–18 Uhr

⇒ Keramikatelier Rosel Gundlach, Backfischgasse 7, Schierstein; 45 €, inkl. Materialkosten und Brennkosten

### Jonglieren lernen, S. 32

12664007 | Fr, 23.01.26 und 30.01.26, 19–21 Uhr, 2 Treffen

⇒ Rathaus Schierstein; 29 €

12664008 | Fr, 12.06.26 und 19.06.26, 19–21 Uhr, 2 Treffen

⇒ Rathaus Schierstein; 29 €



## Handschrift-Tageskurs II

Rosemarie Kloos-Rau

Der Kurs ist geeignet für alle Teilnehmenden des bisherigen Handschrift-Kurses „Beim Schreiben wird die Seele federleicht“ sowie für alle Interessierten, die sich schon mehr mit ihrer Handschrift oder Kalligraphie auseinandergesetzt haben.

Kursinhalt: Nachdem die eigene Handschrift in ihrer Individualität wieder entdeckt und geformt ist, gibt dieser Kurs den Schreiberinnen und Schreibern die Möglichkeit, das persönliche Schriftbild weiter auszubilden. Dabei gilt es, nicht alleine auf eine gute Funktionalität zu achten, sondern primär ein schön anmutendes Schriftbild zu erreichen.

Die Handschrift wird im Kurs mit einem eigenen Schreibinstrument weiter geformt. Das Schreiben einer Kursiven aus der Renaissancezeit

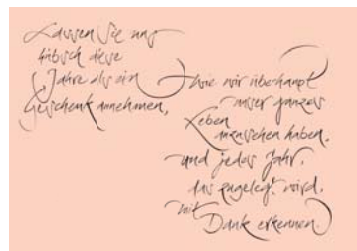
(Kanzleischrift) wird mit der Bandzug-Feder/Kalligraphie-Pen erlernt, um neue Buchstabenformen zu entdecken und in die Handschrift einfließen zu lassen (siehe Auszug von Goethes Brief an seine Mutter).

Die Seminarleiterin ist Dipl.-Designerin, Fontdesignerin und Kalligraphin.

Bitte bringen Sie Ihr gewohntes Schreibinstrument mit. Gerne einen Kalligraphie-Pen, einen weichen Bleistift und Ihren Lieblingstext. Falls neue Schreibbücher mit Naturpapier gebraucht werden, ist das bitte bei der Anmeldung anzugeben. Die Kosten dafür in Höhe von 8 € werden vor Ort mit der Kursleitung abgerechnet.

**12662400 | Sa, 14.03.26, 12 – 17 Uhr**

➔ Rathaus Schierstein; 42 €



## Papierkunst: Kränze und Tüten

Marlies Erler

In diesem Workshop fertigen wir Kränze und Tüten aus hübschen alten Papieren wie Buchseiten, Notenpapier etc. Wir möchten, dass diese noch ein langes weiteres Leben bekommen und Sie diese noch vielseitig verwenden können. Ob auf dem Frühstückstisch, Festtagstisch oder sogar als Wandschmuck gefüllt mit Blumen oder anderen kleinen Dingen. Materialkosten in Höhe von 10 € werden vor Ort mit der Dozentin abgerechnet.

Bitte bringen Sie ein Stück Pappe (ca. DIN A4), Bleistift, Schere und einen großen Klebestift mit.

**12663400 | Fr, 06.03.26, 16 – 19 Uhr**

Rathaus Schierstein; 20 €



## Spinnkurs

Margit Kopf

Spinnen ist eine alte Kulturtechnik der Menschheit. Früher unverzichtbar ist das Handwerk heute zum beliebten Hobby geworden. Vor allem der entspannenden und meditativen Wirkung wegen wird heute wieder gerne gesponnen. In diesem Workshop haben Sie die Möglichkeit, das Spinnen selbst auszuprobieren und etwas über die Werkzeuge Spindel und Spinnrad zu erfahren.

Die Dozentin spinnt und webt schon seit vielen Jahren. Sie gibt im gesamten Bundesgebiet Spinnkurse z. B. bei der Handspinn Gilde e.V. und in ihrem eigenen Studio in Mainz.

Die Spinnräder werden gestellt. Der Kurs ist auch für Anfänger geeignet und dauert etwa 3 bis 4 Stunden.

**12663600 | So, 22.03.26, 14 – 18 Uhr**

➔ Rathaus Schierstein; 50 €

Infos zu allen Kursen unter [www.vhs-schierstein.de](http://www.vhs-schierstein.de)

### Einführungskurs Korbflechten

Jana Ginkel

Sie sind fasziniert von altem Handwerk und arbeiten gern mit Naturmaterialien? Dann ist dieser Flechtkurs genau das Richtige für Sie. Die Dozentin ist gelernte Flechtwerkgestalterin (früher Korbmacher) und freut sich, Ihnen die Kunst des Flechthandwerks näher zu bringen. Nach dem kleinen Einstieg mit einem Deko-Objekt ist für jeden ein Holzboden vorbereitet, mit dem er sein ganz individuelles Körbchen aus ungeschälter Weide anfertigen kann. Wir arbeiten in einer kleinen Gruppe von 3 bis 6 Personen. Vorerfahrung ist praktisch – aber nicht notwendig.

In der Kursgebühr sind die Materialkosten für ein Deko-Objekt sowie ein Körbchen pro Person bereits enthalten. Für die Schnellen hat die Dozentin weiteres Material dabei, welches dann vor Ort abgerechnet wird. Bitte mitbringen: eine gute kleine Gartenschere (falls vorhanden), etwas zum Beschweren (z.B. einen Stein) sowie eine feste Unterlage (z.B. ein Schneidebrett, um die Tische zu schonen)

**12663500 | Fr, 27.03.26, 16 – 19 Uhr**

➔ Rathaus Schierstein; 36 €



### Floristik-Workshop im Blumengroßhandel

Pia Weber

Faszination Floristik: In diesem besonderen Workshop sprechen wir über Farbharmone, Straußgestaltung, Vorbereiten der Ware und die Binderei – und dann werden wir vor allem selbst aktiv.

Verarbeitet wird saisonaler Sommerflor aus der Schiersteiner Gärtnerei. Die Dozentin Pia Weber ist leidenschaftliche Floristin und führt in Wiesbaden-Frauenstein den Blumenladen „Kreativ im Hof“. Sie bezieht ihre Blumen wann immer möglich regional, unter anderem vom Schiersteiner Blumengroßhandel.

Materialkosten in Höhe von

ca. 25 bis 45 € (je nach persönlicher Auswahl der Blumen) werden vor Ort beglichen.

Bitte bringen Sie ein scharfes Messer und eine Gartenschere mit.

**12663700 | Di, 02.06.26, 18 – 20.30 Uhr**

➔ Schiersteiner Blumengroßhandel, Blierweg 1; 25 €



*Die Volkshochschule Schierstein sucht immer qualifizierte Dozierende!*

*Wir sind interessiert an Ihnen!*

*Wenn Sie die notwendigen fachlichen Kenntnisse besitzen, didaktisches Geschick haben und kontaktfreudig sind, erfüllen Sie unsere Anforderungen an nebenberufliche Kursleiter.*

## Selbstgemacht!

### Kosmetikbars – Feste Naturkosmetik für Haut und Haar selbst gemacht

Fatiha Boudraa

In diesem Workshop entstehen drei feste Kosmetikprodukte, die eine pflegende und umweltfreundliche Alternative zu herkömmlichen Dusch- und Körperpflegeprodukten bieten:

- **Duschbar:** festes Duschgel in Seifenform, reinigt sanft und ist besonders ergiebig
- **Shampooobar:** festes Shampoo zur milden Reinigung der Haare
- **Lotionbar:** feste Körperpflege, die bei Hautkontakt schmilzt und intensiv pflegt



Der Workshop vermittelt außerdem Grundwissen zu den Inhaltsstoffen und Herstellung.

**In der Gebühr sind bereits alle Materialkosten enthalten.**

**Bitte mitbringen:** 2 hitzestabile Schüsseln (ca. 200 ml), 2 Esslöffel, 1 Schneebesen, Silikonformen (z. B. Pralinen-, Eiswürfelform), Transportgefäß für die fertigen Stücke, Küchentuch oder Küchenrolle

**12663201 | Fr, 27.02.26, 16 – 19 Uhr**

➔ **Rathaus Schierstein; 27 €**

*Ihre Anmeldung ist verbindlich und wird vor Kursbeginn nicht erneut bestätigt. Eine Information erfolgt nur bei Ausfall.  
Unter [www.vhs-schierstein.de](http://www.vhs-schierstein.de) können Sie genau Tag, Ort und Zeit jeder Veranstaltung sehen.*

### Naturkosmetik für die Rasur – sanfte Pflege selbst gemacht

Fatiha Boudraa

In diesem Workshop entstehen drei pflegende Produkte rund um das Thema Rasur, hergestellt aus natürlichen Zutaten und individuell beduftbar. Geeignet für alle Hauttypen sowie für Frauen und Männer – anwendbar im Gesicht und am Körper.

- **Rasiermousse (luftig-cremig):** Sorgt für eine sanfte, hautfreundliche Rasur
- **Aftershave (wässrig):** Erfrischend und beruhigend zur Pflege nach der Rasur
- **Pflegebalsam:** Reichhaltiger Balsam zur intensiven Hautpflege

Der Workshop vermittelt außerdem Grundwissen zu Inhaltsstoffen und Herstellung.

**In der Gebühr sind bereits alle Kosten für Material und Gefäße enthalten. Bitte mitbringen:** 2 bis 3 Schüsseln, hitzestabil (ca. 200 bis 500 ml), 2 Esslöffel, 1 Schneebesen, Küchentuch oder Küchenrolle

**12663202 | Fr, 17.04.26, 16 – 19 Uhr**

➔ **Rathaus Schierstein; 27 €**





### Natürliche Haarpflege selbst gemacht

Fatiha Boudraa

In diesem Workshop dreht sich alles um Haarpflegeprodukte auf natürlicher Basis. Hergestellt werden drei Produkte, die das Haar sanft reinigen, pflegen und zwischen den Wäschen auffrischen – ganz ohne Silikone und aggressive Tenside.

- **Mildes Shampoo:** Sanft reinigendes Flüssigshampoo mit pflanzenbasierten Tensiden, feuchtigkeitsspendend und für alle Haartypen geeignet
- **Refresh Spray:** Leichtes Pflegespray, bringt Frische, Glanz und Duft ins Haar zwischen den Wäschen
- **Trockenshampoo:** Natürliches Puder zur schnellen Auffrischung des Haaransatzes – reduziert Fett, verleiht Volumen und lässt sich individuell auf die Haarfarbe anpassen

Alle Produkte sind für verschiedene Haartypen geeignet, individuell beduftbar und einfach herzustellen.

Der Workshop vermittelt außerdem Grundwissen zu Inhaltsstoffen und Herstellung.

In der Gebühr sind bereits alle Kosten für Material und Gefäße enthalten. Bitte mitbringen: 1 bis 2 Schüsseln (ca. 200 bis 500 ml), 2 Esslöffel, Küchentuch oder Küchenrolle

12663203 | Fr, 22.05.26, 16 – 19 Uhr

➔ Rathaus Schierstein; 27 €



### Mitglied werden?

Möchten Sie die Kultur und Bildung in Schierstein unterstützen? Dann freuen wir uns auf Ihre **Mitgliedschaft** bei der vhs Schierstein (jährlicher Beitrag für Einzelpersonen 15 €, für Ehepaare 20 €).

**JA** Ich möchte Mitglied der vhs Schierstein werden.

Mitglieder erhalten das aktuelle Programmheft als Erste – druckfrisch und direkt nach Hause geliefert. Zudem gibt es Ermäßigungen bei allen Semestereröffnungsveranstaltungen.



**Unterstützen Sie Ihre Volkshochschule vor Ort und werden Sie Mitglied!**

Bei Abschluss einer Mitgliedschaft erhalten Sie ab sofort einen Gutschein über 15 € für einen Kurs nach Wahl.





### Besuch bei der Freiwilligen Feuerwehr Schierstein

Freiwillige Feuerwehr Schierstein

Wie funktioniert eine Freiwillige Feuerwehr? Und was gibt es alles hinter den Türen des Feuerwehrgerätehauses (gleich neben dem Schiersteiner Rathaus) zu entdecken? Das alles und viel mehr wird hier erklärt vom Fachmann. Bei einer Besichtigung des Feuerwehrhauses und der Fahrzeuge kommt man ganz nah heran an die Technik – und wer weiß, vielleicht kann man ja schon ein bisschen Einsatzluft schnuppern.

**Aufgrund der begrenzten Plätze ist eine Anmeldung erforderlich.**

**12623112 | Sa, 07.03.26, 10 – 11.30 Uhr**

➔ **Feuerwehrgerätehaus Schierstein; kostenfrei**



### Kinderhände töpfern (7 – 12 Jahre)

Rosel Gundlach

Kaum ein Material bietet mehr Spielraum für die kindliche Kreativität als Ton. Mit den Händen zu gestalten, was die eigene Fantasie sich erdacht hat, macht einfach Spaß. Mit Freude am Formen und Kneten können Kinder entdecken, was man alles aus Ton gestalten kann. Ob abstrakte Formen, Fabeltiere oder Gefäße, viele Ideen haben hier Platz. Im kleinen Atelier der Schiersteiner Künstlerin Rosel Gundlach lernen Kinder, mit dem Material umzugehen. Alle Kinder ab 7 Jahren mit und ohne Vorkenntnisse sind herzlich willkommen.

**Bitte an Arbeitskleidung denken. Material- und Brennkosten sind in der Gebühr bereits enthalten.**

**12643001 | Di, 10.03. und 17.03.26, jeweils 15 – 18 Uhr**

➔ **Keramikatelier Rosel Gundlach, Backfischgasse 7, Schierstein; 45 €, inkl. Materialkosten und Brennkosten**

**12643002 | Di, 19.05. und 26.05.26, jeweils 15 – 18 Uhr**

➔ **Keramikatelier Rosel Gundlach, Backfischgasse 7, Schierstein 45 €, inkl. Materialkosten und Brennkosten**

### Selbstverteidigung für Kinder

Volker Kunkel

Sich im Notfall selbst verteidigen zu können, gibt einem ein sicheres Gefühl. Auch Kinder können frühzeitig lernen, wie sie sich in gefährlichen Situationen verhalten sollten. Ein spezieller Selbstverteidigungskurs wird für die Altersstufe von 9 bis 14 Jahren angeboten. Aber es geht nicht nur darum, den Kindern spezielle Griffe oder Techniken beizubringen, sondern ihnen durch das Training ein gesundes Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl zu vermitteln.

**Bitte bequeme Kleidung und etwas zum Trinken mitbringen.**

**12671001 | Di, 14.04.26 bis 12.05.26, 17.30 – 18.30 Uhr, 5 Treffen**

➔ **Feuerwehrgerätehaus Schierstein; 42 €**

*Alle einzelnen Kurstermine unter [www.vhs-schierstein.de](http://www.vhs-schierstein.de)*

### Die Orgelmaus – eine unterhaltsame Orgelführung für Kinder

Clemens Bosselmann & Rosali Bördner

Die Orgelmaus ist wieder da! Nanu, was ist das denn ... eine Maus in der Orgel? Wer sich schon immer mal gewünscht hat, ganz nah heran an die Tasten und die Töne zu kommen, ist hier genau richtig. „Die Orgelmaus“ ist



ein unterhaltsames Orgelführungs-Gesprächskonzert. Gemeinsam mit Rosali Bördner, die die Orgelmaus spielen wird, erklärt Kantor Clemens Bosselmann den kleinen und großen Zuhörern die Orgel in all ihren Facetten und Möglichkeiten – zum Beispiel, wie man mit Klangfarben malen kann. Warum ist

die Orgel nicht aus Silber? Was hat es mit den Pfeifenfamilien und dem seltsamen „Klang-Speck-Turm“ auf sich? Und was um Himmels Willen ist ein Zungenregister? Eine etwas andere „Sendung mit der Maus“ – und vielleicht gibt es ja auch DIE Toccata zu hören ... Für Kinder, aber natürlich auch für Eltern, Großeltern und alle anderen Neugierigen. Da das Konzert auf der Orgelmpore stattfindet, ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung im Vorfeld aber notwendig.

**12641000 | So, 19.04.26, 15 – 16 Uhr**

➔ **Christophoruskirche, Schierstein; kostenfrei**

**12641001 | So, 19.04.26, 16 – 17 Uhr**

➔ **Christophoruskirche, Schierstein; kostenfrei**

*Die Volkshochschule Schierstein sucht immer qualifizierte Dozierende!*

***Wir sind interessiert an Ihnen!***

*Wenn Sie die notwendigen fachlichen Kenntnisse besitzen, didaktisches Geschick haben und kontaktfreudig sind, erfüllen Sie unsere Anforderungen an nebenberufliche Kursleiter.*

### Eiscafé Venezia – Blick in die Produktion

Alfio Mattiuz & Dr. Eva Wodarz-Eichner

Alle kennen und lieben den Schiersteiner Eissalon Venezia, der in diesem Jahr sein 60-jähriges Jubiläum in Schierstein feiern kann. Bereits in der 3. Generation stellt die Familie Mattiuz ihr eigenes Eis her. Herr Mattiuz verrät uns, wie er seit vielen Jahren Eis zubereitet, was sich im Laufe der Jahre verändert hat und welche die Lieblingssorten seiner Kunden sind. Möglichkeiten zum Probieren gibt es natürlich auch. Und hierzu sind gerade auch kleine Eisschlecker eingeladen!

**12661008 | Fr, 08.05.26, 16 – 17 Uhr**

➔ **Eiscafé Venezia, Reichsapfelstraße 9, 65201 Wiesbaden; 5 €**



### Jonglieren lernen, S. 32

**12664007 | Fr, 23.01.26 und 30.01.26, 19 – 21 Uhr, 2 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein; 29 €**

**12664008 | Fr, 12.06.26 und 19.06.26, 19 – 21 Uhr, 2 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein; 29 €**

### Geheimnisvoll und faszinierend –

### Familienexkursion zu den Fledermäusen, S. 17

**12633300 | Fr, 19.06.26, 21 – 23 Uhr**

➔ **Treffpunkt: Parkplatz Kleinaustraße nahe dem Hafen; Erwachsene 12 €, Kinder 6 €**

## Sprachen



### Der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen in der vhs-Sprachschule

Die folgende Übersicht zeigt Ihnen, was Sie bei regelmäßiger aktiver Kursteilnahme am Ende der jeweiligen Lernstufen erreicht haben. Dies ermöglicht Ihnen bundesweit, Anschlusskurse zu belegen.

#### Lernstufe B1

Am Ende dieser Stufe können Sie die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Bereiche wie Arbeit, Schule oder Freizeit geht. Sie können die meisten alltäglichen Situationen sprachlich bewältigen und sich zusammenhängend zu vertrauten Themen, z.B. Familie, Hobbies und Beruf äußern. Sie können über Erfahrungen und Ereignisse berichten und Meinungen und Ansichten begründen.

#### Lernstufe A2

Am Ende dieser Stufe können Sie Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke/Wörter verstehen, wenn es z.B. um einfache Informationen zur Person, zu Familie, Einkaufen oder Arbeit geht. Sie können sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen und mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und alltägliche Dinge beschreiben.

#### Lernstufe A1

Am Ende dieser Stufe können Sie vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sich und andere vorstellen, Fragen zur Person stellen und Fragen hierzu beantworten. Sie können sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.

Die Kursgebühren beziehen sich immer auf eine Mindestteilnehmerzahl. Wird sie nicht erreicht, kann der Kurs als Kleingruppe durchgeführt werden, entweder mit einer erhöhten Kursgebühr oder weniger Unterrichtseinheiten. Dies geschieht in Absprache zwischen den Teilnehmenden, der Kursleitung und der Geschäftsstelle.

## Englisch

### Englisch A1.2 für Anfänger (mit Vorkenntnissen) (ab 6 TN)

Rindra Randrianarivony-Perez

Haben Sie Lust, endlich Englisch zu lernen, vielleicht für eine Reise oder den alltäglichen Bedarf? Trauen Sie sich einfach! Gemeinsam wollen wir in leichten Alltagssituationen Englisch hören, sprechen und schreiben. Sie lernen, sich vorzustellen und andere zu begrüßen, über Herkunft, Familie und Beruf zu sprechen, jemanden zu beschreiben sowie Gefallen oder Missfallen auszudrücken. **Lehrbuch: Great A1 – second edition (Klett)**

**12651101 | Mo, 19.01.26 bis 16.03.26, 15 – 16.30 Uhr, 8 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein; 77 €**

**12651102 | Mo, 20.04.26 bis 22.06.26, 15 – 16.30 Uhr, 9 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein; 86 €**

### Englisch A2 für Anfänger (mit Vorkenntnissen) (ab 6 TN)

Rindra Randrianarivony-Perez

Haben Sie Lust, endlich Englisch zu lernen, vielleicht für eine Reise oder den alltäglichen Bedarf? Trauen Sie sich einfach! Gemeinsam wollen wir in leichten Alltagssituationen Englisch hören, sprechen und schreiben. Sie lernen, sich vorzustellen und andere zu begrüßen, über Herkunft, Familie und Beruf zu sprechen, jemanden zu beschreiben sowie Gefallen oder Missfallen auszudrücken. **Dieser Kurs wendet sich an Anfänger mit Vorkenntnissen. Lehrbuch: Great A2 – second edition (Klett)**

**12651103 | Mi, 21.01.26 bis 18.03.26, 10.45 – 12.15 Uhr, 9 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein; 86 €**

**12651104 | Mi, 22.04.26 bis 17.06.26, 10.45 – 12.15 Uhr, 9 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein; 86 €**



### Englisch B2.1 für Teilnehmer mit guten Grundkenntnissen (ab 6 TN)

Rindra Randrianarivony-Perez

If you think you have an intermediate level in English and want to ,re-fresh' your knowledge, this class is for you. Learning a language is like baking a good cake, there are steps you have to follow and you have to mix up the right ingredients to get the result that you want.

In English, the ingredients are the following: an easy to understand set of grammar rules to strengthen the basics, reading based on appealing and up-to date topics, listening activities as well as self-expression. At the end of the class, you will be able to deal with real-life situations and express yourself in a clear and understandable way besides having reached your goals.

Lehrbuch: Great B2 – second edition (Klett)

**12651105 | Mo, 19.01.26 bis 16.03.26, 18 – 19.30 Uhr, 8 Treffen**

➔ Rathaus Schierstein; 77 €

**12651106 | Mo, 20.04.26 bis 22.06.26, 18 – 19.30 Uhr, 9 Treffen**

➔ Rathaus Schierstein; 86 €

### Englisch B2.1 am Vormittag (ab 6 TN)

Rindra Randrianarivony-Perez

,Reading is fun.' Or we make it fun in this class. Because reading is not just a way to waste your time. Rather, it is the most fun and easy way to engage into a topic and start a discussion. Reading is something subjective, that is, we read only what we like. This is why we will let you choose through a variety of reading possibilities which can be a short novel, an article in a magazine etc. Along with the reading, there will be a focus on the grammar points that you need. At the end of the class, you will feel so comfortable using the English language in everyday life that you will feel the need to go to the next level.

Lehrbuch: Great B2 – second edition (Klett)

**12651107 | Mi, 21.01.26 bis 18.03.26, 9.15 – 10.45 Uhr, 9 Treffen**

➔ Rathaus Schierstein; 86 €

**12651108 | Mi, 22.04.26 bis 17.06.26, 9.15 – 10.45 Uhr, 9 Treffen**

➔ Rathaus Schierstein; 86 €

### Englisch B2.2 für fortgeschrittene Teilnehmer (ab 6 TN)

Rindra Randrianarivony-Perez

,Express yourself.' That is the motto of this class. You are encouraged to speak, discuss, give your point of view in an interactive way on a given topic which can either be the latest news, a societal topic, a piece of writing, even a song, to name just a few. Furthermore, speaking is a good way of acquiring a whole new range of vocabulary. At this level, grammar is merely used to support and improve your speaking ability and is never intended to spoil the fun. At the end of the class, you will turn into a self-assured speaker who readily starts a conversation with native speakers during that trip you kept on putting off, tackle that English novel from your favourite writer or watch your favourite TV series on Netflix.

Lehrbuch: Great B2 – second edition (Klett)

**12651109 | Mo, 19.01.26 bis 16.03.26, 16.30 – 18 Uhr, 8 Treffen**

➔ Rathaus Schierstein; 77 €

**12651110 | Mo, 20.04.26 bis 22.06.26, 16.30 – 18 Uhr, 9 Treffen**

➔ Rathaus Schierstein; 86 €



## Italienisch

### Italienisch A1.2 für Anfänger (mit Vorkenntnissen) (ab 6 TN)

Lidia Perla

Sie möchten Italienisch lernen, interessieren sich für Land und Kultur Italiens? Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, neue Sprachkenntnisse Schritt für Schritt zu erwerben. Mit kurzen Dialogen und Übungen lernen wir die Basis der italienischen Grammatik, üben leichte Konversation und entdecken die Kultur Italiens. **Der Kleingruppenkurs richtet sich an Teilnehmer mit leichten Vorkenntnissen. Lehrbuch: Dieci A1 (Hueber)**

**12651401 | Do, 22.01.26 bis 26.03.26, 9 – 10.30 Uhr, 7 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein; 68 €**

**12651402 | Do, 16.04.26 bis 18.06.26, 9 – 10.30 Uhr, 8 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein; 77 €**

### Italienisch A2 für Anfänger (mit guten Vorkenntnissen) (ab 6 TN)

Lidia Perla

Sie möchten Italienisch lernen, interessieren sich für Land und Kultur Italiens? Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, neue Sprachkenntnisse Schritt für Schritt zu erwerben. Mit kurzen Dialogen und Übungen lernen wir die Basis der italienischen Grammatik, üben leichte Konversation und entdecken die Kultur Italiens. **Der Kleingruppenkurs richtet sich an Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen. Lehrbuch: Dieci A2 (Hueber)**

**12651403 | Do, 22.01.26 bis 26.03.26, 10.45 – 12.15 Uhr, 7 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein; 68 €**

**12651404 | Do, 16.04.26 bis 18.06.26, 10.45 – 12.15 Uhr, 8 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein; 77 €**

*Falls Sie nicht sicher sind, welches Kursniveau für Sie passend ist:  
Unsere Sprachdozentinnen beraten Sie gerne.*

*Empfehlungen für Selbsttests zur Einstufung finden Sie hier:  
[www.vhs-schierstein.de/programm/sprachen](http://www.vhs-schierstein.de/programm/sprachen)*

### Italienisch am Vormittag A2 (ab 6 TN)

Antonella Maria Pappalardo

Eine Fremdsprache in einer Gruppe zu lernen, ist interessant und macht vor allem Freude. Es hilft Ihnen auf Ihrer nächsten Reise, um sich in landestypischen Situationen sicher zurechtzufinden. Inhalt des Kurses sind systematischer Aufbau eines umfangreichen Wortschatzes sowie Grammatik. Ein weiterer wichtiger Inhaltspunkt ist selbstverständlich die praktische Anwendung der italienischen Sprache, das Sprechen nämlich, zu dem von Anfang an immer wieder aufgefordert wird!  
**Lektüre: 40 Kurzgeschichten aus Italien, ISBN 978-3-12-562491-7**

**12651405 | Mi, 21.01.26 bis 18.03.26, 10.45 – 12.15 Uhr, 9 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein; 86 €**

**12651406 | Mi, 22.04.26 bis 24.06.26, 10.45 – 12.15 Uhr, 9 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein; 86 €**

### Corso di italiano avanzato di livello B1/B2 (ab 6 TN)

Antonella Maria Pappalardo

Questo corso di italiano si rivolge ad allievi di livello avanzato con buone conoscenze della lingua e della grammatica italiana, che desiderano migliorare le proprie capacità di esprimersi in italiano. In maniera facile e divertente ci avvicineremo alla cultura italiana e miglioreremo la conoscenza della lingua e della grammatica italiana. Grammatica e sintassi non verranno studiate sistematicamente, ma trattate e/o approfondite in relazione ai problemi emersi durante le lezioni.

**Lettura: 40 Kurzgeschichten aus Italien, ISBN 978-3-12-562491-7**

**12651407 | Mi, 21.01.26 bis 18.03.26, 9 – 10.30 Uhr, 9 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein; 86 €**

**12651408 | Mi, 22.04.26 bis 24.06.26, 9 – 10.30 Uhr, 9 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein; 86 €**



## Italienisch: Conversazione e lettura B2 (ab 6 TN)

Antonella Maria Pappalardo

Leggere e conversare, un'accoppiata vincente! Insieme leggeremo e parleremo del libro scelto, discuteremo di storia, cultura, tradizioni italiane, ma anche di situazioni di vita quotidiana. Ulteriori spunti di discussione verranno offerti da temi di attualità, sia italiani che internazionali. Grammatica e sintassi non verranno studiate sistematicamente, ma trattate e/o approfondite in relazione ai problemi emersi durante le lezioni.

Le conversazioni si svolgeranno esclusivamente in lingua italiana.

**12651409 | Di, 20.01.26 bis 17.03.26, 10 – 11.30 Uhr, 9 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein; 86 €**

**12651410 | Di, 21.04.26 bis 23.06.26, 10 – 11.30 Uhr, 9 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein; 86 €**

## Französisch

### Französisch A2 (ab 6 TN)

Christel Böger

Wir sind ein kleiner Kreis von Frankreich-Begeisterten und arbeiten mal mit dem Lehrwerk „Allez-y“, Band 3, und mal mit Kurzgeschichten, auch Krimis. Dabei frischen wir unsere schon vorhandenen Kenntnisse auf und vertiefen sie. Da wir unterschiedliche Ausgangsvoraussetzungen haben, kann es sein, dass der eine mehr oder weniger als der andere kann. Wie wir erfahren haben, ist das eine Bereicherung! Daher sind uns alle willkommen, die schon etwas Erfahrung mit der Sprache haben.

**12652001 | Mi, 21.01.26 bis 25.03.26, 19 – 20.30 Uhr, 10 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein; 95 €**

**12652002 | Mi, 15.04.26 bis 03.06.26, 19 – 20.30 Uhr, 8 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein; 77 €**



## Spanisch

### Wochenend-Intensivkurs:

#### Spanisch für Reise und Urlaub A1 (ohne Vorkenntnisse)

Graciela Romiti-Biernat

¡Hola! Möchten Sie für Ihren Urlaub endlich Spanisch lernen? Ein Wochenend-Intensivkurs für alle, die von Null starten. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Tauchen Sie ein in die spanische Sprache – lebendig, praxisnah und mit viel Freude am Lernen. Mit Alltagsvideos erleben Sie typische Situationen wie Cafébesuche, Einkäufe und Begrüßungen. Mit interaktiven Übungen werden Sie spielerisch Vokabeln und Grammatik entdecken, erste Gespräche führen und sich verständigen.

Eine Fortsetzung des Kurses ist nach Absprache möglich.

Kleingruppenkurs mit 5 bis 7 Teilnehmern. Material ist das Lehrbuch *Con gusto nuevo A1*, ISBN: 978-3-12-514676-1 (Lektionen 1 – 3)

**12653002 | Sa, 09.05. und So, 10.05.26, 9.30 – 16.15 Uhr, 2 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein; 94 €**

### Wochenend-Intensivkurs:

#### Spanisch für Reise und Urlaub A1.2 (mit Vorkenntnissen)

Graciela Romiti-Biernat

Möchten Sie Ihre Spanischkenntnisse für Ihren nächsten Urlaub auffrischen? In unserem kompakten Wochenendkurs lernen Sie praktische Redewendungen und wichtige Grammatik für Ihre Reise: Nützliche Vokabeln und Redewendungen, die Sie direkt für Reisen, Hotelaufenthalte, Restaurantbesuche und das Urlaubsleben nutzen können, dann natürlich wichtige Grammatik der Stufe A1.2, von regelmäßigen und unregelmäßigen Verben über den Gebrauch der Vergangenheit bis hin zu praktischen Satzstrukturen. Hinzu tritt kulturelles Wissen über Spanien und Lateinamerika – damit Sie sich nicht nur sprachlich, sondern auch kulturell sicher fühlen. Und natürlich wird schon so viel wie möglich gesprochen. Eine Fortsetzung des Kurses ist nach Absprache möglich.

Kleingruppenkurs mit 5 bis 7 Teilnehmern. Material ist das Lehrbuch *Con gusto nuevo A1*, ISBN: 978-3-12-514676-1 (Lektionen 4 – 6)

**12653001 | Sa, 28.03. und So, 29.03.26, 9.30 – 16.15 Uhr, 2 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein; 94 €**





Gesundheit &amp; Sport

## Specials

### Jonglieren lernen

Sumi Krupp

*„Wenn die Bälle fliegen,  
wachsen auch der Seele Flügel.“*

Wir lernen jonglieren. Praktisch jeder Mensch staunt über sich selbst, wenn er jonglieren lernt. Auch „Zweifler“ oder „Bedenkenträger“ wundern sich, wie schnell unser Körper lernt, unserem Geist etwas vorzuspielen, dabei wird Lachen oder zumindest Lächeln unvermeidbar – und Erwachsene fangen wieder an zu spielen wie Kinder.



Wir erhalten auch eine praktische Anleitung, wie wir uns neue Bewegungsabläufe mit 3 oder mehr Flugobjekten selbst beibringen können. Nebenbei erfahren wir in diesem Workshop, wieso gerade das Jonglieren uns mental fitter macht, z. B. neue Nervenzellen ausbildet und für Verbesserungen im Bereich des Gedächtnisses sorgt. Ein begeisterndes Gegengewicht zum Arbeitsalltag – so starten wir mit freiem Kopf ins Wochenende!

**12664007 | Fr, 23.01.26 und 30.01.26, 19 – 21 Uhr, 2 Treffen**

⇒ Rathaus Schierstein; 29 €

**12664008 | Fr, 12.06.26 und 19.06.26, 19 – 21 Uhr, 2 Treffen**

⇒ Rathaus Schierstein; 29 €

### Selbstverteidigung für Kinder, S. 26

**12671001 | Di, 14.04.26 bis 12.05.26, 17.30 – 18.30 Uhr, 5 Treffen**

⇒ Feuerwehrgerätehaus Schierstein; 29 €

### Neurologisches Tischtennis

Olav Stahl & Sumi Krupp

Gedächtniserfolge durch neurologisches Tischtennis: In England von Neurologen begleitet, per Studie bestätigt und durch die Aussendungen der BBC mit seinen positiven Wirkungen für Gehirn und Gedächtnis bekannt gemacht, gewinnt neurologisches Tischtennis zunehmend an Aufmerksamkeit. Mit Olav Stahl steht uns ein Tischtennistrainer zur Verfügung, der dieses Training in London in Pionierarbeit entwickelte und leitete. Mit dem AOK-Dozenten Sumi Krupp kommen die medizinischen Aspekte sowie die entsprechenden Fachbücher hierzu auch nicht zu kurz. Quasi nebenbei erfahren wir an plastischen dreidimensionalen Gehirnmodellen, wo diese Bewegungskoordinationen zu neuen synaptischen Verbindungen führen und sogar zur Ausreifung neuer Gehirn- und Gedächtniszellen, noch dazu praktisch unabhängig vom Lebensalter. **Bitte bringen Sie nicht nur leichte Kleidung, sondern auch etwas zu schreiben mit.**

**12664010 | Sa, 09.05.26 bis 23.05.26, 16 – 18 Uhr, 3 Treffen**

⇒ Hafenschule, Turnhalle; 57 €



## Fitness & Bodystyling

### Bauch, Beine, Po

Alexandra Porschitz

Training zum Muskelaufbau und zur Gewebestraffung. Mit kleinen Hilfsmitteln (Kurzanteln, Gummibändern u. a.) werden verschiedene Übungen für verschiedene Muskelpartien absolviert. „Bauch, Beine, Po“ ist nicht nur sehr effektiv, sondern auch abwechslungsreich. Es erfüllt mehrere Ziele gleichzeitig: Muskelaufbau, Straffung des Gewebes und Verbesserung des Herz-Kreislauf-Systems.

**Körperliche Grundfitness ist hier Voraussetzung.**

**Bitte mitbringen: Isomatte und Handtuch**

**12672001 | Mi, 21.01.26 bis 18.03.26, 19.30 – 20.30 Uhr, 9 Treffen**

➔ **Otto-Stückrath-Schule, Aula, Biebrich; 56 €**

**12672002 | Mi, 22.04.26 bis 17.06.26, 19.30 – 20.30 Uhr, 9 Treffen**

➔ **Otto-Stückrath-Schule, Aula, Biebrich; 56 €**

### Rhythmische Ausgleichsgymnastik

Maria Reh

Haben Sie Freude an Bewegung zu Musik? Möchten Sie etwas für Ihre Gesundheit und Beweglichkeit tun? Durch regelmäßige Übungen bleiben Körper und Geist mobil. Es wird so trainiert, dass am Ende der Stunde Zufriedenheit, Entspannung und gute Laune verspürt werden.

**Bitte mitbringen: Isomatte und Handtuch**

**12672003 | Mo, 19.01.26 bis 23.03.26, 18 – 19 Uhr, 8 Treffen**

➔ **Feuerwehrgerätehaus Schierstein; 50 €**

**12672004 | Mo, 20.04.26 bis 15.06.26, 18 – 19 Uhr, 8 Treffen**

➔ **Feuerwehrgerätehaus Schierstein; 50 €**

*Bitte melden Sie sich unbedingt vor Kursbeginn bei uns an.  
Nur wenn wir **bis spätestens 10 Tage vor Kursbeginn** von Ihrer Teilnahme wissen, können wir eine planmäßige Durchführung gewährleisten und eventuelle Zusatzangebote einrichten.*

## Beckenbodentraining für Frauen (4-8 TN)

Lydia Snethlage

Finden Sie Ihre starke Mitte. Ein kräftiger und zugleich entspannter Beckenboden stützt die inneren Organe, fördert eine aufrechte Haltung und trägt zu einem gestärkten Körpergefühl und Selbstbewusstsein bei. Gerade bei Schmerzen im unteren Rücken und zur Vorbeugung von Inkontinenz kann das regelmäßige Beckenbodentraining sehr gut unterstützen. Sie lernen eine wirkungsvolle und doch einfache Übungsabfolge kennen, die Sie auch nach dem Kurs ganz einfach in Ihren Alltag integrieren können. Neben den theoretischen Grundlagen geht es in diesem Kurs vor allem darum, sich wieder mit dem eigenen Körper zu verbinden. Die Dozentin arbeitet nach den Leitlinien des BeBo®-Konzeptes, welches über Jahre verfeinert wurde und immer auf dem neusten medizinischen Stand ist.

**Kleingruppenkurs mit 4 – 8 Teilnehmerinnen.**

**Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, Decke/Isomatte und ein kleines Kissen mitbringen.**

**12677001 | Mi, 06.05.26 bis 27.05.26, 9.30 – 10.45 Uhr, 4 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein, 2. Stock; 45 €**



## Beckenbodentraining für Frauen (Aufbaukurs mit 4-8 TN)

Lydia Snethlage

**Kleingruppenkurs mit 4-8 Teilnehmerinnen.**

**12677002 | Mi, 10.06.26 bis 24.06.26, 9.30 – 10.45 Uhr, 3 Treffen**

➔ **Rathaus Schierstein, 2. Stock; 34 €**



## Rückenfitness

### Rückentraining – Schwerpunkt Kraft [ZPP-zertifiziert]

Lothar Simon

In diesem Kurs werden Sie zahlreiche Anregungen für einen gesunden Rücken für den Alltag finden. Die Rückenschule ist ein Trainingskonzept, das entwickelt wurde, um mit einer gezielten Mischung aus Muskelkräftigung und Entspannungsübungen chronischen Rückenschmerzen vorzubeugen und bestehende Beschwerden zu lindern. Schwerpunkt ist unter anderem ein funktionelles Kraft- und Kraftausdauertraining unter propriozeptiven und vestibulär stimulierenden Aspekten. Es werden verschiedene Belastungsstufen mit und ohne Kleingeräte unterrichtet. Ziel ist es nicht nur, Übungen zur Kräftigung der Rücken- bzw. Rumpfmuskulatur zu erlernen, sondern darüber hinaus die Körper-(Rücken)Wahrnehmung zu verbessern, eine aufrechte Haltung zu schulen und Wissen über rückenfreundliches Verhalten im Alltag zu erlernen und zu festigen.

Bitte mitbringen: Unterlage, bequeme Kleidung, Isomatte, Handtuch

**12673001 | Mo, 26.01.26 bis 30.03.26, 10 – 11 Uhr, 10 Treffen**

⇒ Feuerwehrgerätehaus Schierstein; 56 €

**12673002 | Mo, 26.01.26 bis 30.03.26, 11 – 12 Uhr, 10 Treffen**

⇒ Feuerwehrgerätehaus Schierstein; 56 €

**12673003 | Di, 27.01.26 bis 31.03.26, 17.45 – 18.45 Uhr, 10 Treffen**

⇒ Otto-Stückrath-Schule, Aula, Biebrich; 56 €

**12673004 | Di, 27.01.26 bis 31.03.26, 19 – 20 Uhr, 10 Treffen**

⇒ Otto-Stückrath-Schule, Aula, Biebrich; 56 €

**12673005 | Do, 29.01.26 bis 02.04.26, 9.30 – 10.30 Uhr, 10 Treffen**

⇒ Feuerwehrgerätehaus Schierstein; 56 €

**12673006 | Do, 29.01.26 bis 02.04.26, 10.45 – 11.45 Uhr, 10 Treffen**

⇒ Feuerwehrgerätehaus Schierstein; 56 €



### Rückentraining – Schwerpunkt Kraft (Fortsetzungskurs)

Lothar Simon

**12673007 | Mo, 13.04.26 bis 15.06.26, 10 – 11 Uhr, 5 Treffen**

⇒ Feuerwehrgerätehaus Schierstein; 28 €

**12673008 | Mo, 13.04.26 bis 15.06.26, 11 – 12 Uhr, 5 Treffen**

⇒ Feuerwehrgerätehaus Schierstein; 28 €

**12673009 | Di, 14.04.26 bis 16.06.26, 17.45 – 18.45 Uhr, 5 Treffen**

⇒ Otto-Stückrath-Schule, Aula, Biebrich; 28 €

**12673010 | Di, 14.04.26 bis 16.06.26, 19 – 20 Uhr, 5 Treffen**

⇒ Otto-Stückrath-Schule, Aula, Biebrich; 28 €

**12673011 | Do, 16.04.26 bis 18.06.26, 9.30 – 10.30 Uhr, 5 Treffen**

⇒ Feuerwehrgerätehaus Schierstein; 28 €

**12673012 | Do, 16.04.26 bis 18.06.26, 10.45 – 11.45 Uhr, 5 Treffen**

⇒ Feuerwehrgerätehaus Schierstein; 28 €

**Sind Sie schon für unseren Newsletter eingetragen?**

Hier informieren wir regelmäßig über unsere aktuellen Angebote.  
Einfach anmelden unter [www.vhs-schierstein.de/newsletter](http://www.vhs-schierstein.de/newsletter).

Alle einzelnen Kurstermine unter [www.vhs-schierstein.de](http://www.vhs-schierstein.de)



## Nordic Walking

### Nordic Walking Winterkurs am Montagmorgen am Schiersteiner Hafen und Umgebung

Otto Kuchenbecker

Nordic Walking ist ein Ausdauertraining, das vor allem das Herz-Kreislauf-System stärkt, die Durchblutung verbessert und darüber hinaus eine sportliche Alternative zum Joggen ist. Die bewusste Abrollbewegung der Füße schonet die Gelenke, der betonte Armeinsatz kräftigt zusätzlich die Oberkörpermuskulatur. Walking stärkt und strafft alle größeren Muskelgruppen des Rückens, des Gesäßes und der Beine. Nordic Walking kann unabhängig vom Alter und Fitnesszustand erlernt und angewendet werden und wird wegen der gesundheitsfördernden Kriterien von vielen Medizinern empfohlen. Nordic Walking gehört auch zum festen Fitness-Programm von Wellness- und Aktivwochen. Auf unseren Touren sind wir nicht nur am Schiersteiner Hafen unterwegs, sondern wir walken auch nach Walluf, Eltville, Frauenstein, Biebrich (Schlosspark), Rettbergsaue.

**12674100 | Mo, 19.01.26 bis 23.03.26, 10.30 – 12 Uhr, 10 Treffen**  
⇒ **Parkplatz Festwiese, Kleinaustraße; 60 €**

### Nordic Walking Frühjahrskurs am Montagmorgen am Schiersteiner Hafen und Umgebung

Otto Kuchenbecker

**12674101 | Mo, 13.04.26 bis 22.06.26, 10.30 – 12 Uhr, 10 Treffen**  
⇒ **Parkplatz Festwiese, Kleinaustraße; 60 €**



## Yoga

### Leichtes Yoga am Abend

Sarah Gräff

Schenke dir ein Lächeln und entscheide dich bewusst für dich. Beginne deine Woche auf der Matte und schenke dir diese Zeit. In dieser Yogastunde verbinden weiche, fließende Yogaabfolgen Bewegung und Atmung. Einfache Abfolgen, gezielte Schärfung der Wahrnehmung und ein Wechselspiel aus Anspannung und Entspannung helfen, Körper und Geist zu stärken und zur Ruhe kommen zu lassen. Jede Stunde folgt einem bestimmten Aufbau, der hilft, im gegenwärtigen Moment zu sein, Körper und Atmung wahrzunehmen und zu stärken, um abschließend loslassen zu können. Das eigene Wohlbefinden durch Selbstfürsorge und Nach-Innenkehr liegt im Fokus. Jeder ist willkommen. **Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke, Handtuch, bei Bedarf ein Sitzkissen und Yogaklötze**

**12675001 | Mo, 12.01.26 bis 09.03.26, 18 – 19.30 Uhr, 8 Treffen**  
⇒ **Ev. Dreikönigsgemeinde, Freudenberg; 77 €**

**12675002 | Mo, 20.04.26 bis 22.06.26, 18 – 19.30 Uhr, 7 Treffen**  
⇒ **Ev. Dreikönigsgemeinde, Freudenberg; 68 €**

### Soft Yoga am Vormittag

Natalia Kormilets

Starte frisch in den Tag: Im Soft Yoga bewegst du deinen ganzen Körper sanft und dynamisch, in Verbindung mit dem Atem und in deinem Tempo. Dabei kräftigst und dehnt du deine Tiefenmuskulatur, stärkst deine Körperwahrnehmung und wirst flexibler – im Körper und im Geist. Am Ende darfst du eine tiefe Entspannung genießen. Es geht hier nicht darum, etwas zu können. Im Yoga geht es darum, sich in seinem Körper wohlfühlen und sich etwas Gutes zu tun, um gelassener den Alltag zu erleben – ganz unabhängig von Alter, Fitness und Vorkenntnissen.

Für alle geeignet. **Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke, ggf. ein Kissen**

**12675014 | Di, 20.01.26 bis 24.03.26, 9.30 – 10.45 Uhr, 8 Treffen**  
⇒ **Ev. Dreikönigsgemeinde, Freudenberg; 64 €**

**12675015 | Di, 14.04.26 bis 16.06.26, 9.30 – 10.45 Uhr, 10 Treffen**  
⇒ **Ev. Dreikönigsgemeinde, Freudenberg; 80 €**



## Yin & Yang-Yoga

Annika Gath

Zu Beginn der Stunde zentrieren wir uns, indem wir mit unserem Körper, Geist und Atem in Verbindung gehen, um den Alltag hinter uns zu lassen. Im ersten aktiven Teil (Yang) mobilisieren wir zuerst unseren Körper und stärken mit einfachen dynamischen Bewegungsabfolgen unsere Muskulatur und fördern unsere Beweglichkeit.



Der zweite, passive Teil, unser „Yin“, erreicht unsere tieferliegende Muskulatur sowie das Bindegewebe, indem wir die Asanas (Haltungen) über einen längeren Zeitraum (ca. 2–3 Minuten) halten. Hilfsmittel wie Decken, Kissen und Klötze unterstützen,

innerlich zur Ruhe zu kommen und loszulassen. Die Endentspannung „Savasana“ bildet den Abschluss einer jeden Stunde. **Bitte mitbringen:** Matte, Decke, 1-2 kleine Kissen, warme Socken, evtl. Yogaklötze

**12675004 | Do, 22.01.26 bis 26.03.26, 17 – 18 Uhr, 8 Treffen**

➔ Christophorushaus, Gemeindesaal; 52 €

**12675005 | Do, 22.01.26 bis 26.03.26, 18.15 – 19.30 Uhr, 8 Treffen**

➔ Christophorushaus, Gemeindesaal; 64 €

**12675006 | Do, 16.04.26 bis 25.06.26, 17 – 18 Uhr, 6 Treffen**

➔ Christophorushaus, Gemeindesaal; 39 €

**12675007 | Do, 16.04.26 bis 25.06.26, 18.15 – 19.30 Uhr, 6 Treffen**

➔ Christophorushaus, Gemeindesaal; 48 €

*Bitte melden Sie sich unbedingt vor Kursbeginn bei uns an. Nur wenn wir bis spätestens 10 Tage vor Kursbeginn von Ihrer Teilnahme wissen, können wir eine planmäßige Durchführung gewährleisten und eventuelle Zusatzangebote einrichten.*



## Faszien-Yoga

Paula Stach

Faszien durchziehen den kompletten Körper mit einer netzartigen Struktur, die ihm Halt und Elastizität verleihen. Faszien erzeugen durch Dehnspannung Kräfte und leiten diese im Körper weiter. Je elastischer die Faszien im Körper sind, umso mehr Kräfte werden erzeugt und übertragen. Sie dienen dabei als Energiespeicher. Wird dieses Netz mit einer besonderen Trainingsform gedehnt, aktiviert und letztlich sogar entschlackt und gereinigt, ist dies für den ganzen Organismus wie eine Verjüngungskur.

Der gesamte Körper wird vitalisiert und kann sich bis in die Zellen hinein regenerieren. Am Ende der Stunde sorgt eine Tiefenentspannung nicht nur für Wohlbefinden und Ausgeglichenheit: Stress und Spannungen lösend, lässt sich so Energie und Vitalität steigern.

**Für alle geeignet! Bitte mitbringen:** Yogamatte, weiche Decke

**12675008 | Mi, 28.01.26 bis 18.03.26, 18 – 19.15 Uhr, 8 Treffen**

➔ Ev. Dreikönigsgemeinde, Freudenberg; 64 €

**12675009 | Mi, 28.01.26 bis 18.03.26, 19.30 – 20.45 Uhr, 8 Treffen**

➔ Ev. Dreikönigsgemeinde, Freudenberg; 64 €

**12675010 | Mi, 22.04.26 bis 10.06.26, 18 – 19.15 Uhr, 8 Treffen**

➔ Ev. Dreikönigsgemeinde, Freudenberg; 64 €

**12675011 | Mi, 22.04.26 bis 10.06.26, 19.30 – 20.45 Uhr, 8 Treffen**

➔ Ev. Dreikönigsgemeinde, Freudenberg; 64 €



## Taiji Quan und Qigong

### Taiji Quan und Qigong – Anfänger

Gert Stiehl

Fernöstliche Entspannungsmethode zum Abbau physischer und psychischer Spannungen. Sanfte, langsame und fließende Bewegungen im Einklang mit dem Atemrhythmus führen zur inneren Ruhe und Ausgeglichenheit. Arbeiten mit der Lebensenergie Qi und den Meridianen. Lernen eines Bewegungsablaufs (Form). Verschiedene Vorübungen und Stehen in Positionen.

Bitte bequeme Kleidung und Hallenschuhe mitbringen

**12676001 | Do, 22.01.26 bis 19.03.26, 18 – 19.30 Uhr, 9 Treffen**

➔ Kita St. Gabriel; 87 €

**12676003 | Do, 16.04.26 bis 18.06.26, 18 – 19.30 Uhr, 8 Treffen**

➔ Kita St. Gabriel; 77 €

### Taiji Quan und Qigong – Workshop

Gert Stiehl

Fernöstliche Entspannungsmethode zum Abbau physischer und psychischer Spannungen. Sanfte, langsame und fließende Bewegungen im Einklang mit dem Atemrhythmus führen zur inneren Ruhe und Ausgeglichenheit. Arbeiten mit der Lebensenergie Qi und den Meridianen. Lernen eines Bewegungsablaufs (Form). Verschiedene Vorübungen und Stehen in Positionen.

Bitte bequeme Kleidung und Hallenschuhe mitbringen

**12676002 | Do, 22.01.26 bis 19.03.26, 19.30 – 21 Uhr, 9 Treffen**

➔ Kita St. Gabriel; 87 €

**12676004 | Do, 16.04.26 bis 18.06.26, 19.30 – 21 Uhr, 8 Treffen**

➔ Kita St. Gabriel; 77 €



## Computer und Informationstechnologie



### Unterstützung bei Notebook und Smartphone

Walter Richters

Sie haben ein Smartphone und brauchen Unterstützung bei der Benutzung? Sie haben ein Notebook und Ihnen stellen sich viele Fragen? Nicht verzweifeln! Wenden Sie sich einfach an uns. Nach einer gemeinsamen „Bestandsaufnahme“ besprechen wir Ihren Bedarf und vermitteln, wenn möglich, eine beratende Person, die Ihnen zur Seite steht und Sie unterstützt, selbstständiger zu werden. Termine und Umfang der Schulung werden individuell vereinbart. Die Gebühr wird individuell auf Stundenbasis berechnet. Wir sind für Sie da und widmen uns in aller Ruhe Ihren Fragen und Problemen.

Bitte wenden Sie sich bei Bedarf an die Geschäftsstelle unter 0611-29711 oder [info@vhs-schierstein.de](mailto:info@vhs-schierstein.de).

**12682005 | Januar bis Juni 2026**

➔ Rathaus Schierstein; Gebühr: variabel auf Stundenbasis



### EDV-Café in der Auferstehungsgemeinde

Walter Richters

Kennen Sie das? Ihr Smartphone, Tablet oder Laptop streikt. Sie suchen Hilfe in Hard- und Softwarefragen? Sie brauchen eine unkomplizierte Orientierungshilfe, eine fachliche Hilfestellung, ohne gleich viel Geld ausgeben zu wollen? Diese und andere Anwenderfragen werden Ihnen im EDV-Café beantwortet. Gerne können Sie Ihre eigenen Geräte mitbringen. Einzelne Geräte und WLAN stehen zur Verfügung. Das EDV-Café ist offen für jeden Interessierten. Bei einer Tasse Kaffee gleich nebenan im Repaircafé kann man mit Gleichgesinnten ins Gespräch kommen. Die Teilnahme ist kostenlos, Spenden sind willkommen. Geschäftliche Interessen können nicht berücksichtigt werden.

**Termine:** In der Regel am ersten Mittwoch im Monat (außer in den Schulferien).

**Aktuelle Informationen:**

[www.schiersteiner-nachbarschaftshilfe.de](http://www.schiersteiner-nachbarschaftshilfe.de)

**12680001 | Mi, 14.01.26, 14.30 – 17 Uhr**

⇒ **Ev. Auferstehungsgemeinde Schierstein-Nord; kostenfrei**

**12680002 | Mi, 04.02.26, 14.30 – 17 Uhr**

⇒ **Ev. Auferstehungsgemeinde Schierstein-Nord; kostenfrei**

**12680003 | Mi, 04.03.26, 14.30 – 17 Uhr**

⇒ **Ev. Auferstehungsgemeinde Schierstein-Nord; kostenfrei**

**12680004 | Mi, 15.04.26, 14.30 – 17 Uhr**

⇒ **Ev. Auferstehungsgemeinde Schierstein-Nord; kostenfrei**

**12680005 | Mi, 06.05.26, 14.30 – 17 Uhr**

⇒ **Ev. Auferstehungsgemeinde Schierstein-Nord; kostenfrei**

**12680006 | Mi, 03.06.26, 14.30 – 17 Uhr**

⇒ **Ev. Auferstehungsgemeinde Schierstein-Nord; kostenfrei**

**12680007 | Mi, 17.06.26, 14.30 – 17 Uhr**

⇒ **Ev. Auferstehungsgemeinde Schierstein-Nord; kostenfrei**



Die „Schiersteiner Nachbarschaftshilfe“ ist eine Initiative der drei christlichen Gemeinden Schiersteins (Ev. Auferstehungsgemeinde, Kath. Gemeinde St. Peter und Paul, Ev. Christophorusgemeinde). Sie hat es sich zur Aufgabe gemacht, im Stadtteil Schierstein und der Siedlung Freudenberg (Sozialraum) eine gemeinschaftliche, ökumenische, generationsübergreifende Nachbarschaftshilfe zu entwickeln und voranzutreiben.

Die Nachbarschaftshilfe steht für Nächstenliebe, Ökumene, Gemeinwesenarbeit und das soziale Miteinander der verschiedenen Generationen. Sie steht allen Menschen in Schierstein und dem Freudenberg offen. Sie will dazu beitragen, dass der Sozialraum, in dem wir leben und in dem die drei Gemeinden verortet sind, ein lebenswerter Ort ist und bleibt – für alle Bürger, unabhängig von Religion, Alter und Staatsbürgerschaft.



Infos zu allen Kursen unter [www.vhs-schierstein.de](http://www.vhs-schierstein.de)



Als kommunale Einrichtung der Erwachsenenbildung gestalten wir ein vielfältiges Bildungsangebot. Mit einer ständigen Weiterentwicklung unseres Kursprogramms werden wir dem Fortschritt und Wandel des Bildungs- und Freizeitangebotes gerecht.

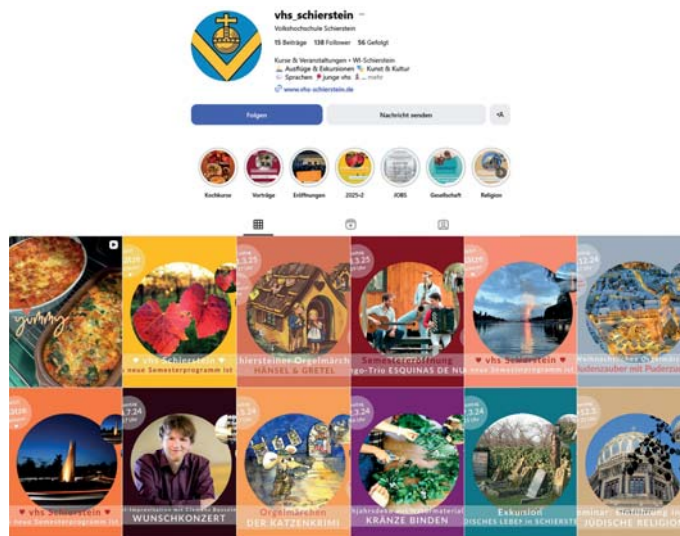
Wir suchen deshalb weitere qualifizierte Dozentinnen und Dozenten, die gerne nebenberuflich ihre Kenntnisse und Fähigkeiten weitergeben möchten und Freude am Umgang mit Menschen haben.

**Wenn Sie Ideen und Konzepte für neue Kurse oder Projekte haben, dann setzen Sie sich gerne mit uns in Verbindung.**

---

**Sind Sie schon für unseren Newsletter eingetragen?**

Hier informieren wir regelmäßig über unsere aktuellen Angebote.  
Einfach anmelden unter  
[www.vhs-schierstein.de/newsletter](http://www.vhs-schierstein.de/newsletter).



Den aktuellen Veranstaltungskalender und Neuigkeiten finden Sie stets auf unserer Homepage:  
[www.vhs-schierstein.de](http://www.vhs-schierstein.de).

**Folgen Sie uns auch auf:**



@vhsschierstein



@vhs\_schierstein

### Auszug aus unseren Allgemeinen Geschäftsbedingungen:

Die vollständigen Allgemeinen Geschäftsbedingungen liegen für Sie in der Geschäftsstelle aus und sind auf der Homepage [www.vhs-schierstein.de](http://www.vhs-schierstein.de) einsehbar.

#### Unsere Geschäftsbedingungen

Wer sich zu einer Veranstaltung der Volkshochschule Schierstein e.V. anmeldet, erkennt die AGB und die gültigen Hausordnungen der jeweiligen Veranstaltungs-orte an.

**Alle Arten der Anmeldung sind verbindlich.**

#### Anmeldung und Gebühren

Die Teilnahme an unseren Veranstaltungen ist nur nach vorheriger Anmeldung möglich. Die Gebühren sind zu jeder Veranstaltung **im Voraus** zu bezahlen, per Überweisung oder SEPA-Basislastschriftverfahren. Bei Überbelegung erfolgt die Aufnahme in die Warteliste in der Reihenfolge des Eingangs der Zahlung.

Auch bei Fortsetzungskursen sind Anmeldung und Bezahlung vor Kursbeginn notwendig. Geschenkgutscheine zu allen Veranstaltungen erhalten Sie in der Geschäftsstelle.

#### Gebührenermäßigung für Kurse und Seminare

50 Prozent bei Vorlage der Freizeitkarte Wiesbaden auf alle Kurse. 20 Prozent für Menschen mit Behinderung, Arbeitslose, Studierende, Wehrdienstleistende, Bundesfreiwilligendienstler, Inhaber der Ehrenamtskarte sowie Auszubildende gegen Vorlage eines entsprechenden Nachweises bei der persönlichen Anmeldung (Original-Ausweis, -Bescheinigung, Bescheid). Materialkosten sind prinzipiell von Ermäßigungen ausgenommen. Der Ermäßigungsanspruch und seine tatbestandsmäßigen Voraussetzungen müssen bei der Anmeldung vor Veranstaltungsbeginn geltend gemacht und nachgewiesen werden. Sollte der Ermäßigungsbescheid nicht vorliegen oder nicht anerkannt werden, so

wird das volle Entgelt fällig. Nachträglich kann keine Ermäßigung vorgenommen werden. Auf Studienreisen/-fahrten, Rundgänge, Besichtigungen, Einzelveranstaltungen und Kochkurse werden keine Ermäßigungen gewährt.

#### Kündigung und Widerruf

Bei Abmeldung vom 10. bis 4. Werktag vor Veranstaltungsbeginn wird eine Abmeldegebühr i.H.v. 30 Prozent des Entgelts, mindestens jedoch 5 Euro erhoben. Bei Abmeldung ab dem 3. Werktag vor Veranstaltungsbeginn wird die volle Kursgebühr fällig. Dies gilt auch bei Erkrankungen und bei Änderungen der persönlichen Verhältnisse des Teilnehmers/der Teilnehmerin. Die Kündigung muss in Textform (E-Mail, Brief, Fax) erfolgen.

#### Rücktritt durch die vhs

Für das Zustandekommen einer Veranstaltung zum ausgewiesenen Entgelt ist eine Mindestteilnehmerzahl notwendig. Wird diese Zahl nicht erreicht, kann die vhs Schierstein vom Vertrag zurücktreten. Eingezahlte Entgelte werden erstattet. Weitere Ansprüche der Teilnehmer bestehen nicht. Findet die Veranstaltung trotz Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl im Einvernehmen der Teilnehmer statt, kann bei gleichem Entgelt die Veranstaltungsdauer gekürzt oder ein Entgeltzuschlag erhoben werden.

#### Datenschutz

Die vhs unterliegt den Regelungen des Bundesdatenschutzgesetzes der DSGVO in der jeweils gültigen Fassung.

#### Haftung

Die Teilnahme an sämtlichen Veranstaltungen erfolgt auf eigene Gefahr. Schadenersatzansprüche der Teilnehmer gegen die vhs sind ausgeschlossen, außer bei Vorsatz und grober Fahrlässigkeit. Wir übernehmen keine Haftung für Schadensfälle sowie bei Verspätungen und Terminänderungen.

## Datenschutzbestimmungen

### Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts ist die Volkshochschule Schierstein e. V., gesetzlich vertreten durch den Vorsitzenden Peter Offermanns und die stellvertretende Vorsitzende Dr. Eva Wodarz-Eichner, Karl-Lehr-Straße 6, 65201 Wiesbaden, Telefon: 0611 29711, E-Mail-Adresse: info@vhs-schierstein.de

### Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, Geburtsjahr) kann kein Vertrag geschlossen werden.

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

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

### Newsletter

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mailadresse zur Zusendung von Werbeinformationen der VHS zu verwenden. Ohne Einwilligung werden wir Ihre E-Mailadresse nicht für diesen Zweck nutzen. Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Den Widerruf können Sie uns über jedweden Kommunikationskanal (z. B. Brief, E-Mail, Link im Newsletter) mitteilen.

### Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter.

### Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die vhs Schierstein die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

### Speicherdauer und Löschung

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

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

### Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.

Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Unsere Verantwortlichen für die Datenverarbeitung sind der amtierende Vorsitzende, Peter Offermanns, Karl-Lehr-Straße 6, 65201 Wiesbaden, Telefon: 0611 29711, E-Mail: info@vhs-schierstein.de und seine Vertreterin, die stellvertretende Vorsitzende Dr. Eva Wodarz-Eichner, Karl-Lehr-Straße 6, 65201 Wiesbaden, Telefon 0611 29711, E-Mail: info@vhs-schierstein.de.

## Bildnachweise

Walter Richters (Titelbild) – vhs Schierstein (S. 2 oben) – Hans-Christian Richter (S. 2 Vorstand) – Sabine Gramenz & Malte Kühn (S. 6 links) – Paul Rysz/Unsplash (S. 6 rechts) – freepik (S. 7 links) – Jan D'Hondt (S. 7 rechts) – Louis Droege/Unsplash (S. 8 links) – rheinessen.de/oppenheim (S. 8 rechts) – Volker Lannert/Generalanzeiger (S. 9 links) – homeoftravel.de/die-wartburg-eisenach (S. 9 rechts) – Kunst- und Kulturstiftung Opelvillen Rüsselsheim, Tatiana Vdovenko (S. 10) – AWO Schierstein (S. 11 links) – Wolfgang Hollegga, Ohne Titel, 2016, Museum Liaunig, Nachlass Wolfgang Hollegga (S. 11 rechts) – Viola Snethlage-Luz/Kur-Stadt-Apothekenmuseum (S. 12) – Blumengroßhandel (S. 13 links) – Claudia Stäbe/Hof Armada (S. 13 rechts) – Henkell Sektcellerei (S. 14 links) – Annie Spratt/Unsplash (S. 14 rechts) – Lance Reis/Unsplash (S. 15) – Unsplash (S. 16 links) – Hanspeter Baus (S. 16 rechts) – Jeremy Bezanger/Unsplash (S. 17) – Street Art by Mister Piro, Andrii Lytvynko/Unsplash (S. 18) – Monika Walther/Seidenzucker (S. 19 links) – Stephanie Luzader/Unsplash (S. 19 rechts) – Ed Robertson/Unsplash (S. 20 links) – Laura Hafner (S. 20 rechts) – Camilla von Ritter zu Groenesteyn (S. 21) – Rosemarie Kloos-Rau (S. 22 links) – Marlies Erler (S. 22 rechts) – Jana Ginkel (S. 23 links) – Pia Weber (S. 23 rechts) – Bruno Cervera/Unsplash (S. 24 links) – Nefeli Kavvada/Unsplash (S. 24 rechts) – Sophie/Unsplash (S. 25 links) – Duy Pham/Unsplash (S. 25 rechts) – Patrick Buck/Unsplash (S. 26 oben) – Freiwillige Feuerwehr Schierstein (S. 26 unten) – Christopher Lewis (S. 27 links) – Eiscafé Venezia Mattiuz (S. 27 rechts) – Jonathan Komer/Unsplash (S. 28) – Heidi Fin/Unsplash (S. 29) – Arthur Yeti/Unsplash (S. 30) – Ahtziri Lagarde/Unsplash (S. 31) – Bruno Nascimento/Unsplash (S. 32 oben) – Alexey Turenkov/Unsplash (S. 32 unten) – Andrijana Bozic/Unsplash (S. 33) – Jonathan Borba/Unsplash (S. 34) – Pixabay (S. 35) – Annika Gath (S. 36 links) – Kaylee Garrett/Unsplash (S. 36 rechts) – Antonika Chanel/Pixabay (S. 37 links) – John Schnobrich/Unsplash (S. 37 rechts) – Marvin Meyer/Unsplash (S. 38) – instagram @vhs\_schierstein (S. 39) – Duy Pham/Unsplash (S. 43) – Landeshauptstadt Wiesbaden, Tiefbau- und Vermessungsamt (U4)

## Kooperationspartner

### Volkshochschule Wiesbaden e.V.

Alcide-de-Gasperi-Straße 4–5  
65197 Wiesbaden  
Telefon: 0611 9889-0; Fax: 0611 9889-200  
anmeldung@vhs-wiesbaden.de  
www.vhs-wiesbaden.de

### Volkshochschule AKK e.V.

(Amöneburg, Kastel, Kostheim)  
Zehnthofstraße 41 (Bürgerhaus)  
55252 Mainz-Kastel  
Telefon 06134 729300  
info@vhs-akk.de  
www.vhs-akk.de

### Volksbildungswerk Bierstadt e.V.

Hofstraße 2  
65191 Wiesbaden-Bierstadt  
Telefon 0611 503907; Fax 0611 1899043  
info@vbw-bierstadt.de  
www.vbw-bierstadt.de

### Volksbildungswerk Klarenthal e.V.

Geschwister-Scholl-Straße 10  
65197 Wiesbaden-Klarenthal  
Telefon 0611 72437920; Fax 0611 466498  
info@klarenthal.org  
www.klarenthal-vbw.de

### Volksbildungswerk Nordenstadt-Erbenheim-Delkenheim e.V.

Gemeinschaftszentrum, Turmstraße 11  
65205 Wiesbaden-Nordenstadt  
Telefon 06122 12918; Fax 06122 76113  
info@vbw-ned.de  
www.vbw-ned.de

*In diesem Heft existieren verschiedene Wege, mit Gender und Sprache umzugehen, bewusst nebeneinander. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten für alle Geschlechter.*



### Mitglied werden?

Möchten Sie die Kultur und Bildung in Schierstein unterstützen? Dann freuen wir uns auf Ihre **Mitgliedschaft** bei der vhs Schierstein (jährlicher Beitrag für Einzelpersonen 15 €, für Ehepaare 20 €).

**JA** Ich möchte Mitglied der vhs Schierstein werden.

Mitglieder erhalten das aktuelle Programmheft als Erste – druckfrisch und direkt nach Hause geliefert. Zudem gibt es Ermäßigungen bei allen Semestereröffnungsveranstaltungen.



**Unterstützen Sie Ihre Volkshochschule vor Ort und werden Sie Mitglied!**

Bei Abschluss einer Mitgliedschaft erhalten Sie ab sofort einen Gutschein über 15 € für einen Kurs nach Wahl.

### Hiermit melde ich mich zu folgenden Veranstaltungen an:

Kurs/Veranstaltung Nr.:	Beginn:
Titel:	Kursgebühr:

Kurs/Veranstaltung Nr.:	Beginn:
Titel:	Kursgebühr:

Kurs/Veranstaltung Nr.:	Beginn:
Titel:	Kursgebühr:

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) und die Hinweise zur Widerrufsbelehrung sowie zum Datenschutz habe ich zur Kenntnis genommen.

### Angaben zum Absender:

Anrede	Vorname und Name*
Straße, Hausnummer*	
PLZ, Wohnort*	
Geburtsjahr*	
Telefon*	
Mobiltelefon	
E-Mail-Adresse*	

\* notwendige Angaben

# Hier finden Sie die Veranstaltungsorte:

1. Geschäftsstelle der vhs Schierstein  
im Rathaus Schierstein  
➔ Karl-Lehr-Straße 6
2. Kita St. Gabriel  
➔ Schneebergstraße 19
3. Gemeindehaus St. Peter und Paul  
➔ Alfred-Schumann-Straße 27
4. Fritz-Brüderlein-Haus  
➔ Saarstraße 51
5. Buchecke Schierstein  
➔ Reichsapfelstraße 1
6. Atelier Rosel Gundlach  
➔ Backfischgasse 7
7. Christophoruskirche  
➔ Paradiesgässchen
8. Bürgersaal Alte Hafenschule  
➔ Zehntenhofstraße 6
9. Christophorushaus  
➔ Bernhard-Schwarz-Straße 25
10. Wilhelm-Loos-Anlage  
➔ an der Hafenpromenade
11. Ev. Dreikönigsgemeinde  
➔ Nelkenweg 4
12. Parkplatz Festwiese  
➔ Kleinaustraße
13. Ev. Auferstehungsgemeinde  
➔ Heinrich-Zille-Straße 48
14. Bildungswerk Hessen e.V.  
➔ Friedrich-Bergius-Straße 7
15. Otto-Stückrath-Schule  
➔ Parkfeld, Albert-Schweitzer-Allee 40

Unsere Homepage:  
[www.vhs-schierstein.de](http://www.vhs-schierstein.de)

