



Volkshochschule
Schierstein

PROGRAMM
AUGUST BIS DEZEMBER 2026



Geschäftsstelle

Karl-Lehr-Straße 6 (Rathaus), 65201 Wiesbaden-Schierstein
Telefon 06 11 297 11; Fax 06 11 532 48 04
E-Mail info@vhs-schierstein.de
Homepage 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 sowie Hinweise zu Datenschutzbestimmungen (Seite 37).

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

Impressum

Programm 2. Halbjahr der vhs Schierstein (August bis Dezember 2026)

Redaktion: Laura Hafner
Redaktionsschluss: 12. Mai 2026
Titelfoto: Laura Hafner: Innenraum der Christophoruskirche
Gestaltung: Grillhölsl GbR Grafik & Satz, 0172 6886754,
www.grafiksatz.de

Druck: SAXOPRINT
Auflage: 5.000

Die Bildnachweise finden Sie auf Seite 38.

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. Anmelden können Sie sich online über das Buchungssystem, per Mail an 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,

wissen Sie, was ich an Ihnen besonders schätze? Dass Sie sich immer wieder mit Offenheit und Interesse neuen, ungewöhnlichen Themen widmen. Neugierig zu sein lohnt sich ja eigentlich immer ... das ist also jedes Mal eine richtig gute Entscheidung, sozusagen eine Investition in sich selbst – und obendrein von großem gesellschaftlichen Wert.

Im neuen Semester fahren wir gemeinsam zur Burg Kronberg sowie nach Bonn ins Haus der Geschichte. Neben einigen ungewöhnlichen Betriebsführungen freue ich mich besonders auf die Christophorus-Kirchenführung, endlich mal wieder im Programm! Denn in Schierstein gibt es ja bekanntlich immer wieder Schätze zu entdecken. Überraschungen warten auch bei unserer aktuellen Lesung – mehr will ich noch gar nicht verraten. Besonders großen Raum nimmt diesmal die Unterstützung bei wichtigen Lebensthemen ein: So gibt es Spannendes über Finanzen, nachhaltige Mode, Resilienz und die Arbeit der Nachbarschaftshilfe zu erfahren.

Auch der kulinarische Bereich hat zu meiner großen Freude Zuwachs bekommen: Zu den Macarons und der geliebten Weihnachtsbäckerei gesellen sich ein neuer Pasta- und ein Griechisch-Kochkurs, den es so noch nie gegeben hat. Natürlich ist auch im kreativen Bereich allerhand zu entdecken ... und das neue Schiersteiner Orgelmärchen wird diesmal sogar eine waschechte Uraufführung. Mit Weitblick ins neue Jahr freuen wir uns schon auf zwei herrliche Reisen: im Frühjahr nach Lissabon, im Spätsommer ins Baltikum – einfach traumhafte Ziele.

Sind Sie eigentlich schon Mitglied? Denn 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

Von Paris zum Broadway: Chansons und Musicalmelodien



Reisen, Ausflüge, Exkursionen 6

Studienreisen – Tagesausflüge – Museen, Führungen, Vorträge – Betriebsführungen



Gesellschaft 11

Literarisches – Lebensthemen – Finanzen – Ökologisches



Kultur, Kunst und Genuss 17

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



Junge vhs 24

Selbstverteidigung – Töpfern – Seifen – Orgelmärchen



Sprachen 26

Englisch – Französisch – Italienisch – Spanisch



Gesundheit & Sport 30

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



Computer und Informationstechnologie 35

Notebook & Smartphone – EDV-Café



Kursübersicht 4

Termin	Kurs-Nr.	Kurstitel	Seite	Termin	Kurs-Nr.	Kurstitel	Seite
August							
ganzjährig	22682005	Unterstützung: Notebook und Smartphone	35	31.08.2026	22651110	Englisch B2.2 für Fortgeschrittene (ab 6 TN)	27
13.08.2026	22651402	Italienisch A2.1 für Anfänger (mit Vorkenntnissen)	27	31.08.2026	22651112	English through Songs, level B2/C1 (ab 6 TN)	27
17.08.2026	22672003	Rhythmische Ausgleichsgymnastik	31	31.08.2026	22675002	Leichtes Yoga am Abend	33
18.08.2026	22675015	Soft Yoga am Vormittag	33	September			
19.08.2026	22652002	Französisch A2/B1 (ab 6 TN)	28	01.09.2026	22651410	Italienisch: Conversazione e lettura B2 (ab 6 TN)	28
19.08.2026	22672001	Bauch, Beine, Po	31	02.09.2026	22623084	Besuch und Führung im Wiesbadener Klärwerk	10
19.08.2026	22675010	Faszien-Yoga	33	02.09.2026	22651104	Englisch A2 für Anfänger (mit Vorkenntnissen) (ab 6 TN)	26
19.08.2026	22675011	Faszien-Yoga	33	02.09.2026	22651406	Italienisch am Vormittag A2 (ab 6 TN)	28
19.08.2026	22680001	EDV-Café	36	02.09.2026	22651408	Italienisch: Corso di italiano avanzato di livello B1/B2 (ab 6 TN)28	28
20.08.2026	22651404	Italienisch A2.2 für Anfänger (ab 6 TN)	27	02.09.2026	22680002	EDV-Café	36
20.08.2026	22663100	Offener Stricktreff für alle Interessierten	20	06.09.2026	22610002	Semestereröffnung: Von Paris zum Broadway	6
20.08.2026	22676001	Taiji Quan und Qigong - Anfänger	34	08.09.2026	22663700	Floristik-Workshop im Blumengroßhandel	22
20.08.2026	22676002	Taiji Quan und Qigong - Workshop	34	10.09.2026	22620001	Vorstellung der Reise nach Lissabon und Umgebung	6
24.08.2026	22673007	Rückentraining - Schwerpunkt Kraft [ZPP-zertifiziert]	32	14.09.2026	22674100	Nordic-Walking Herbstkurs	32
24.08.2026	22673008	Rückentraining - Schwerpunkt Kraft [ZPP-zertifiziert]	32	20.09.2026	22633501	Wildkräuterführung rund um den Schiersteiner Hafen	16
25.08.2026	22663301	Töpfern in der Werkstatt	21	22.09.2026	22643001	Kinderhände töpfern	24
25.08.2026	22673009	Rückentraining - Schwerpunkt Kraft [ZPP-zertifiziert]	32	25.09.2026	22663402	Dekorative Herbstgestecke	22
25.08.2026	22673010	Rückentraining - Schwerpunkt Kraft [ZPP-zertifiziert]	32	26.09.2026	22653001	Wochenend-Intensivkurs: Spanisch für Reise & Urlaub A1.2	29
27.08.2026	22621002	Faszinierendes Kronberg: Burg und Brau-Museum	8	26.09.2026	22661012	Macaron-Workshop	18
27.08.2026	22632009	Der Letzte-Hilfe-Kurs	12	29.09.2026	22632020	Financial Education: Immobilienkauf, gewusst wie!	15
27.08.2026	22673011	Rückentraining - Schwerpunkt Kraft [ZPP-zertifiziert]	32	30.09.2026	22661001	Weinseminar: Champagner & Co.	17
27.08.2026	22673012	Rückentraining - Schwerpunkt Kraft [ZPP-zertifiziert]	32	Oktober			
27.08.2026	22675006	Yin & Yang-Yoga	34	01.10.2026	22622005	Sonderausstellung „GIFT - Tödliche Gaben“	10
27.08.2026	22675007	Yin & Yang-Yoga	34	02.10.2026	22663203	Putzmittel selber machen	23
28.08.2026	22663500	Einführungskurs Korbflechten	21	21.10.2026	22621003	Ausflug nach Bonn: Haus der Geschichte & Stadtrundfahrt	9
29.08.2026	22623001	Führung & Vortrag: Christophoruskirche	9	21.10.2026	22677001	Beckenbodentraining für Frauen	31
29.08.2026	22662300	Aquarell-Schnupperworkshop	20	21.10.2026	22680003	EDV-Café	36
31.08.2026	22651102	Englisch A1.3 für Anfänger (ab 6 TN)	26				

Termin	Kurs-Nr.	Kurstitel	Seite
22.10.2026	22632008	Outfits mit Zukunft: Nachhaltig kleiden, Mikroplastik sparen	12
23.10.2026	22663501	Aufbaukurs: Korbflechten mit leichten Vorkenntnissen	21
24.10.2026	22633200	Pilzexkursion: Pilze! Essbar oder nicht?	16
27.10.2026	22632021	Financial Education für Frauen	15
27.10.2026	22671001	Selbstverteidigung für Kinder	24
28.10.2026	22661002	Weinseminar: Bordeaux	17
29.10.2026	22623085	Besuch der Wiesbadener Verkehrsbetriebe ESWE	11
29.10.2026	22664007	Jonglieren lernen	30
30.10.2026	22661027	Griechisch-Kochkurs: Herrlich hellenisch!	18
November			
03.11.2026	22663302	Töpfern in der Werkstatt	21
04.11.2026	22680004	EDV-Café	36
05.11.2026	22682007	Android-Smartphone: Einsteigerkurs	35
07.11.2026	22662350	Aquarell-Themenworkshop: Herbstliche Blumenkränze	20
08.11.2026	22623004	Inside Schierstein - Die Nachbarschaftshilfe	13
10.11.2026	22632002	Informationsabend im Bestattungshaus	13
12.11.2026	22631002	Fastnachtslesung	11
17.11.2026	22623007	Führung durch das Stadtarchiv Wiesbaden	10
17.11.2026	22631100	Vorstellung der Lieblingsbücher 2026	12
19.11.2026	22632004	Vortrag: Resilienz	13
20.11.2026	22663404	Adventskränze binden und gestalten	22
25.11.2026	22661003	Weinseminar: Das Reifepotential des Spätburgunders	17
25.11.2026	22677002	Beckenbodentraining für Frauen (Aufbaukurs)	31
26.11.2026	22682008	Sicherheit am Android-Smartphone	14
27.11.2026	22661025	Kochkurs: Pasta selbstgemacht - neue Sorten!	19
28.11.2026	22661005	Weihnachtsbäckerei	19
28.11.2026	22664010	Neurologisches Tischtennis	30
29.11.2026	22661006	Weihnachtsbäckerei	19

Termin	Kurs-Nr.	Kurstitel	Seite
Dezember			
01.12.2026	22643002	Kinderhände töpfern	24
02.12.2026	22680005	EDV-Café	36
03.12.2026	22632006	Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht	14
04.12.2026	22663202	Seifen - Duftende Vielfalt selbstgemacht	23/25
05.12.2026	22663600	Spinnkurs	22
11.12.2026	22641001	Weihnachts-Orghelmärchen: Das verschwundene Jesuskind	25
Ausblick auf 2027			
07.03.2027	22620002	Reise nach Lissabon und Umgebung (7. bis 12. März 2027)	7
Sommer '27	22620005	Reise-Vorankündigung: Baltikum	8

Weitere Informationen

EDV- und Repaircafé, Schiersteiner Nachbarschaftshilfe	36
Bildnachweise	38
Allgemeine Geschäftsbedingungen	37
Hinweise zum Datenschutz	37
Bankverbindung	2
Kooperationspartner	38
Anmeldeformular	39
Mitglied werden	39
Veranstaltungsorte im Stadtplan	U4

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

Semestereröffnung

Semestereröffnung: Von Paris zum Broadway –
Chansons und Musicalmelodien

Esther Natalie Hock

Herzliche Einladung zu diesem besonderen Chanson- und Musikkonzert, das mit den schönsten französischen Chansonmelodien der großen Piaf in der Stadt der Liebe beginnt und einen Bogen schlägt zu Musical-Welthits am Broadway. Träumen Sie vom rosaroten Leben verliebter Paare mit „La vie en rose“ und „C'est magnifique“, spüren Sie die Kraft und Leidenschaft in Melodien wie „Padam padam“ und „Für mich soll's rote Rosen regnen“, und die leisen, zarten Momente in „Ich bin von Kopf bis Fuß auf Liebe eingestellt“. Am Broadway schließlich erzählen weltberühmte Songs u. a. aus Les Misérables, A Chorus Line, My Fair Lady oder Jesus Christ Superstar von großen Träumen von Liebe, Freiheit und Selbstbestimmung.



Esther Natalie Hock studierte Opern- und Konzertgesang in Mainz und Karlsruhe und begeistert neben ihrer freischaffenden Tätigkeit im Musiktheater auf vielen Bühnen an Chansonabenden ihr Publikum. Sie wird in ihrer sängerischen, ausdrucksstarken Interpretation virtuos und farbenreich begleitet von Seung-Jo Cha am Klavier, die u.a. als Dozentin an der Musikhochschule Mainz, an der Wiesbadener Musikakademie und als Kammermusikleiterin am Papageno-Musiktheater Frankfurt tätig ist.

22610002 | So, 06.09.26, 19 – 21 Uhr

➔ Christophorushaus, Gemeindesaal; 20 €, für Mitglieder 17 €

Reisen, Ausflüge, Exkursionen



Studienreisen

Vorstellung der Reise nach Lissabon und Umgebung

Sabrina Benz

Im März 2027 führt uns eine sechstägige Kulturreise nach Portugal: Vom 7. bis 12. März entdecken wir die portugiesische Hauptstadt sowie einige der schönsten Orte im Umland. Im Mittelpunkt steht Lissabon mit seinen historischen Vierteln, kulturellen Sehenswürdigkeiten und seiner besonderen Lage am Tejo. Ergänzt wird das Programm durch Ausflüge zu bekannten Zielen wie Alcobaça, Nazaré, Óbidos, Sintra, Cabo da Roca und Cascais. Die Höhepunkte der Reise sowie Ihre Reiseleiterin Sabrina Benz können Sie bei diesem Informationsvortrag unverbindlich und bei freiem Eintritt kennenlernen.

22620001 | Do, 10.09.26, 18.30 – 19.30 Uhr

➔ Rathaus Schierstein; kostenfrei

Infos zu allen Kursen unter www.vhs-schierstein.de

Reise nach Lissabon und Umgebung (7. bis 12. März 2027)

Sabrina Benz & vivahola

Entdecken Sie die faszinierende Metropole Lissabon in all ihren Facetten und erleben Sie zugleich die schönsten Highlights ihrer Umgebung. Auf der 6-tägigen Reise „Lissabon und die Höhepunkte der Umgebung“ vom 7. bis 12. März 2027 tauchen Sie in die spannende Geschichte Portugals ein und genießen unvergessliche Eindrücke. Die auf sieben Hügeln erbaute Stadt an der Mündung des Tejo begeistert das ganze Jahr über mit ihrem milden Klima, ihrem einzigartigen Charme und einer Fülle an kulturellen Schätzen. Während dieser Reise lernen Sie Lissabon intensiv kennen, schlendern durch verwinkelte Gassen und entdecken die besonderen Plätze, die diese Stadt so unverwechselbar machen. Auch die Umgebung hat viel zu bieten: Die ersten drei Nächte verbringen Sie im stilvollen Badeort Estoril an der Küste. Von dort aus erwarten Sie abwechslungsreiche Ausflüge zu beeindruckenden Orten wie Alcobaça, Nazaré, Óbidos, Sintra, Cabo da Roca und Cascais. Anschließend genießen Sie zwei Nächte in einem zentral gelegenen Hotel in Lissabon – ideal, um das pulsierende Stadtleben in vollen Zügen auszukosten. Sichern Sie sich schon jetzt unverbindlich Ihren Platz und lassen Sie sich vormerken!



- Datum der Reise: 7. bis 12. März 2027
- Reiseleiterin: Sabrina Benz (Organisation und Ausarbeitung der Reise)
- Reiseunternehmen: vivahola
- Reisepreis: 1695 € p.P. im Doppelzimmer, Einzelzimmer-Zuschlag 4 € pro Person pro Nacht.

Das beinhaltet der Preis: Direktflüge mit Tap Air Portugal nach Lissabon, 4-Sterne Hotels mit Halbpension und Wein/Wasser zum Essen, deutsche Reiseleitung von Deutschland aus, die die Gruppe die gesamte Reise über begleitet, lokale Deutsch sprechende Reiseführer für das kulturelle Angebot, Eintritte der Sehenswürdigkeiten, Transfers im luxuriösen und hochmodernen Reisebus, Willkommens- und Abschiedsgetränk, Pasteis de Nata nach Originalrezept, Tickets für öffentliche Verkehrsmittel in Lissabon, Tourismussteuer (4 € p.P./pro Nacht), Audiogeräte. Programmänderungen, die den Charakter der Reise nicht verändern, vorbehalten.

Die Reise wird in Kooperation mit der VHS Schierstein angeboten. Informationsveranstaltung zur Reise am 10. September 2026 um 18.30 Uhr im Rathaus Schierstein.

22620002 | So, 07.03.27 bis 12.03.27, 6 Tage

⇒ Lissabon und Umgebung; 1695 € im DZ

Reise-Vorankündigung: Baltikum im Spätsommer 2027

Intercontact & Bettina Anz

Das Baltikum begeistert mit einer faszinierenden Mischung aus Geschichte, Natur und Moderne. Die Studienreise, die wir für 2027 planen, führt durch Litauen, Lettland und Estland und verbindet eindrucksvolle Kulturstätten mit aktuellen politischen und gesellschaftlichen Themen. Entdecken Sie die historischen Altstädte von Vilnius, Riga und Tallinn, die Wasserburg von Trakai, die traditionsreiche Universitätsstadt Tartu sowie die einzigartige Dünenlandschaft der Kurischen Nehrung. Gespräche mit Expertinnen und Experten geben spannende Einblicke in Themen wie Digitalisierung, Nachhaltigkeit, Medienfreiheit und Sicherheitspolitik im Baltikum. Auch kulinarisch bietet die Reise zahlreiche Höhepunkte – von regionalen Spezialitäten an der Ostseeküste bis hin zur modernen baltischen Küche in stilvollen Altstadtrestaurants.

Sie können sich bei Interesse bereits jetzt schon vormerken lassen. Die Anmeldung erfolgt später über ein gesondertes Formular.

22620005 | Spätsommer 2027

➔ Litauen, Lettland und Estland; nähere Informationen folgen



Tagesausflüge

Faszinierendes Kronberg: Mittelalterliche Burg und modernes Braun-Museum

Eva Richter

Weithin sichtbar liegt die Burg am höchsten Punkt von Kronberg im Taunus – ein eindrucksvolles Beispiel mittelalterlicher Baukunst. Wir starten jedoch zunächst mit einem Besuch im Museum der Firma Braun: In beinahe jedem Haushalt fand sich eines der Exponate und weckt sicherlich so manche Erinnerung. Die BraunSammlung zeigt, was in den ver-



gangenen 90 Jahren das Alltagsleben einfacher machte – und schöner. Vom ersten Braun Radio über den Plattenspieler mit dem Spitznamen „Schneewittchensarg“ bis hin zu den neusten Produkten. Danach machen wir uns auf den Weg in die nahegelegene Altstadt. Dort steht uns Zeit für eine individuelle Erkundung der idyllischen Stadt und eine Stärkung zur Mittagszeit zur Verfügung. Um 14 Uhr startet dann die Burgführung inkl. Burg-Museum und neu restauriertem Prinzengarten. Wer möchte, kann den Burgturm erklimmen und den einmaligen Blick auf die Rhein-Main-Ebene genießen. Spätestens um 17 Uhr treten wir die Heimreise an. **Bitte beachten: Die Gebäude und auch das Außengelände sind leider nicht barrierefrei. Treffpunkt 9.45 Uhr, Rückkehr nach Schierstein gegen 18 Uhr. Mindestteilnehmerzahl 20 Personen. Inklusive Fahrt im eigenen Reisebus und Stadtführung, mit Exkursionsbegleitung der vhs. Mittagessen nicht im Preis inbegriffen.** Um verbindliche Anmeldung bis 12. August 2025 wird gebeten.

22621002 | Do, 27.08.26, 10 – 18 Uhr

➔ Treffpunkt: Parkplatz Festwiese, Kleinaustraße; 74 €

Ausflug nach Bonn: Haus der Geschichte & Stadtrundfahrt

Brigitte Meissner

Das Haus der Geschichte ist in gewisser Weise „das“ Museum der jüngeren Vergangenheit: Seit Dezember 2025 zeigt uns eine neu eröffnete Dauerausstellung unter dem Motto „Du bist Teil der Geschichte“ die Entwicklung unserer Demokratie seit 1945.

Bei einer Führung (ca. 90 Minuten) beginnt eine Zeitreise durch mehr als acht Jahrzehnte deutscher Geschichte. Interaktive Medienstationen lassen uns historische Prozesse erlebbar machen. Im Mittelpunkt stehen hier nicht nur politische Entscheidungen oder gesellschaftliche Debatten – sondern Menschen, ihre persönlichen Geschichten und ihre historische Erfahrung.

Zeitzeuginnen und Zeitzeugen berichten vom Leben im geteilten und vereinten Deutschland: von schweren Momenten und mutigen Entscheidungen, von Hoffnungen und Aufbrüchen.

Ein selbst gebautes Fluchtflugzeug, eine Puppenwiege aus der Nachkriegszeit, ein Ford Transit aus dem Leben einer Einwandererfamilie ... über 3.800 Objekte machen diese Geschichte greifbar. Nach einer ausgiebigen Mittagspause (individuell im Stadtzentrum) werden wir um 15 Uhr eine eigene Stadtrundfahrt machen und gegen 17 Uhr die Heimreise antreten.

Treffpunkt 8.15 Uhr, Rückkehr nach Schierstein gegen 19 Uhr. Mindestteilnehmerzahl 20 Personen. Inklusive Fahrt im eigenen Reisebus, Besuch und Führung im Haus der Geschichte sowie Stadtrundfahrt mit Stadtführung, mit Exkursionsbegleitung der vhs. Mittagessen nicht im Preis inbegriffen. Um verbindliche Anmeldung bis 1.10.2026 wird gebeten.



22621003 | Mi, 21.10.26, 8.30 – 19 Uhr

➔ **Treffpunkt: Parkplatz Festwiese, Kleinaustraße; 89 €**

Museen, Führungen, Vorträge



Führung & Vortrag: Schierstein und die Christophoruskirche

Prof. Martin Lutz

Wer sich für Schiersteiner Geschichte interessiert, für den ist die Führung in der traumhaften Schiersteiner Christophoruskirche ein absolutes Muss: Sie ist eines der herausragenden Architekturdenkmäler Wiesbadens und wird immer wieder als die schönste Rokoko-Kirche Hessens bezeichnet. Doch nicht nur das: Ihre Geschichte ist spannend und eng mit der Geschichte Schiersteins, ja der ganzen Region verzahnt. Was hat es mit der verschwundenen Tür oder dem Gemüsegarten eines Freiherrn auf sich? Warum ist die Schiersteiner Madonna nicht mehr zu Hause und wo schlägt eigentlich die älteste Glocke Wiesbadens? Und was haben einige Frankfurter Patrizier oder das Kloster Bleidenstadt mit all dem zu tun? Professor Martin Lutz, ehemaliger Kantor der Christophorusgemeinde, ist einer der besten Kenner dieses bemerkenswerten Baues, seiner kostbaren Innenausstattung und seiner Historie – und lüftet sicher das ein oder andere Geheimnis.

22623001 | Sa, 29.08.26, 18.30 – 20 Uhr

➔ **Christophoruskirche, Schierstein; 14 €**

Sonderausstellung „GIFT – Tödliche Gaben“ im Museum Wiesbaden

Laura Hafner

Ob tödlich oder heilend – Gifte erzählen Geschichten von Macht, Schutz und Erkenntnis. Die Sonderausstellung „GIFT – Tödliche Gaben“ im Museum Wiesbaden verbindet Natur, Kultur und Wissenschaft auf vielfältige Weise. In der Natur übernehmen Gifte unterschiedliche Funktionen: Sie dienen dem Schutz vor Fressfeinden wie bei den Baumsteigerfröschen oder ermöglichen den Beutefang wie etwa bei der Kobra.

Begleiten Sie uns auf einem Streifzug durch die Welt der giftigen Tiere, Pflanzen, Pilze und Umweltsünden. Lernen Sie unterschiedliche Strategien des Gifteinsatzes kennen, überwinden Sie „toxische“ Hindernisse und lösen Sie knifflige Rätsel. Doch Vorsicht – lassen Sie sich dabei nicht vergiften!

Die Ausstellung vereint unterschiedlichste Perspektiven: Sie zeigt nicht nur die beeindruckende Vielfalt giftiger Organismen, sondern beleuchtet auch den menschlichen Umgang mit dem Giftigen.

Ein Blick in die Medizin verdeutlicht, dass Gifte nicht nur töten, sondern auch heilen können. Zahlreiche Arzneimittel basieren auf ursprünglich toxischen Substanzen – etwa das Digitoxin aus dem Fingerhut.

Wie der Wiesbadener Kurier schreibt – „eine natur- und kulturwissenschaftliche Ausstellung, mit der dem Museum Wiesbaden ein großer Wurf gelungen ist“.

Im Anschluss an die Führung besteht natürlich noch Gelegenheit, das Museum auf eigene Faust zu erkunden, das an diesem Abend bis 21 Uhr geöffnet hat. Gebühr inklusive eigener Gruppenführung sowie Museumseintritt. Das Ticket für die Sonderausstellung ermöglicht auch den Besuch der Dauerausstellung. Treffpunkt 10 Minuten vor Beginn der Führung im Eingangsbereich des Museums.

Wir bitten um verbindliche Anmeldung bis 16. September 2026.

22622005 | Do, 01.10.26, 18 – 19.30 Uhr

➔ **Museum Wiesbaden, Friedrich-Ebert-Allee 2; 19 €**

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, unter anderem mit einem Bezug zur Ortsgeschichte Schiersteins, runden den Abend ab.

22623007 | Di, 17.11.26, 17.30 – 19 Uhr

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

Betriebsführungen

Besuch und Führung im Wiesbadener Klärwerk

Peter Offermanns

Werfen Sie einen Blick hinter die Kulissen der Abwasserreinigung und erfahren Sie bei der Führung durch das Wiesbadener Klärwerk, wie Wasser aufbereitet wird. Lernen Sie die einzelnen Reinigungsstufen anschaulich kennen, bei denen moderne Technik und nachhaltige Prozesse im Mittelpunkt stehen. Erfahren Sie, welchen Beitrag das Klärwerk zum Umweltschutz leistet. Ein fachkundiger Mitarbeiter begleitet Sie durch die Anlage und gibt Ihnen einen spannenden Einblick in ein oft verborgenes, aber wichtiges System. **Anmeldeschluss ist der 12. August 2026. Bitte beachten Sie, dass festes Schuhwerk für die Begehung erforderlich ist.**

22623084 | Mi, 02.09.26, 9.30 – 11 Uhr

➔ **Treffpunkt vor dem Haupteingang des ELW Hauptklärwerks, Theodor-Heuss-Ring 51, 65187 Wiesbaden; 12 €**



Besuch der Wiesbadener Verkehrsbetriebe ESWE

Peter Offermanns

Bei unserem Besuch erhalten Sie interessante Einblicke in die Arbeit der Wiesbadener Verkehrsbetriebe, die mit über 290 Bussen auf 43 Linien mehr als 61 Millionen Fahrgäste pro Jahr in Wiesbaden befördert. Besichtigen Sie den Betriebshof, die moderne Ladeinfrastruktur und erfahren Sie mehr über den Einsatz nachhaltiger Antriebstechnologien. Ein Highlight ist der Besuch der Leitstelle, dem Herzstück des Betriebs. Hier wird der gesamte Verkehr koordiniert und überwacht. Fachkundige Mitarbeitende erklären Ihnen die Abläufe anschaulich. Eine informative Veranstaltung für alle, die mehr über den öffentlichen Personennahverkehr in unserer Stadt erfahren möchten.

Kursort: ESWE Verkehr, Gartenfeldstraße 18, 65189 Wiesbaden.

Treffpunkt ist um 15.45 Uhr vor dem Haupteingang des Wiesbadener Hauptbahnhofs. Anmeldeschluss ist der 8. Oktober 2026.

22623085 | Do, 29.10.26, 16 – 17.30 Uhr

➔ **Treffpunkt: 15.45 Uhr vor dem Haupteingang des Hauptbahnhofs Wiesbaden; 12 €**



Gesellschaft

Literarisches



Fastnacht, Fasching, Karneval: Vergnügliches und Wissenswertes zur fünften Jahreszeit – mit Überraschung

Dr. Eva Wodarz-Eichner & Dr. Karsten Eichner

Am 11.11. wird der Vorhang zur fünften Jahreszeit schon einmal kurz gelüftet – Grund genug, einen Blick auf die Fastnacht und ihr Brauchtum zu werfen. Warum wird eigentlich Fastnacht gefeiert? Warum gibt es Garden in Uniformen, warum ist am Aschermittwoch alles vorbei und warum ist ausgerechnet Mainz eine närrische Hochburg? Viele Antworten darauf gibt schon das Buch „Mainzer Geheimnisse“ des Schiersteiner Autoren-Ehepaars Dr. Eva Wodarz-Eichner und Dr. Karsten Eichner. Sie werden an dem kurzweiligen Abend in der Schiersteiner Buch-Ecke manch einem Geheimnis der Fastnacht auf die Spur kommen. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer dürfen sich darüber hinaus auch auf eine Überraschung zum Thema Fastnacht freuen, bei der die beiden Autoren eine druckfrische Neuerscheinung präsentieren und es zudem auch etwas zu gewinnen gibt.

Lesung in der Buch-Ecke mit einem Glas Schiersteiner Wein

22631002 | Do, 12.11.26, 19 – 20.30 Uhr

➔ **Buchecke Schierstein; 12 €**

Sind Sie schon für unseren Newsletter eingetragen?

*Hier informieren wir regelmäßig über unsere aktuellen Angebote.
Einfach anmelden unter www.vhs-schierstein.de/newsletter.*



Vorstellung der Lieblingsbücher 2026

Andreas Dieterle & Finn Ludwig

Was haben wir das Jahr über gelesen und was davon hat uns besonders gut gefallen, hat uns gepackt und berührt oder gerührt, hat uns zum Lachen gebracht, uns Mut gemacht oder zum Träumen gebracht?

Erfahren Sie es bei unserer Lieblingsbücher-Runde in der Buचेcke.

Dieses Mal auch mit einer offenen Runde: Haben Sie auch ein Lieblingsbuch aus diesem Jahr? Bringen Sie es mit und erzählen Sie ganz spontan davon. Wir alle freuen uns sehr über neue Anregungen. Drei gute Gründe sprechen für diese Veranstaltung in der Buचेcke: Sie suchen neue Ideen für ihre zukünftigen Leseabenteuer, Sie suchen Anregungen für Weihnachtsgeschenke für Ihre Lieben – oder Sie möchten einfach ein paar gute und spannende Bücher- und Lesegeschichten hören. **Anmeldung ausschließlich direkt in der Buचेcke (persönlich vor Ort, per Telefon / Whatsapp unter 0611 89078634 oder info@buचेcke.de).**

22631100 | Di, 17.11.26, 19 – 21 Uhr

⇒ Buचेcke Schierstein; 5 €

Lebensthemen

Der Letzte-Hilfe-Kurs, das kleine 1 x 1 des Sterbens

Katharina Hackenberg & Lucas Bickel

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 Kurs 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.

22632009 | Do, 27.08.26 und 03.09.26, 16 – 18 Uhr, 2 Treffen

⇒ Rathaus Schierstein; 10 €

Outfits mit Zukunft: Nachhaltig kleiden und Mikroplastik sparen

Eva von Monschaw

Mikroplastik gelangt unter anderem aus Polyesterfasern und Imprägnierungen in Böden, Grundwasser, Flüsse und Meere. Beim Einkauf, Waschen, Trocknen und Pflegen der Kleidung können alle mithelfen, dass weniger Mikroplastik die Umwelt belastet. Gemeinsam sprechen wir über nachhaltige Mode und informieren, welche Hinweise bedenkliche Chemikalienzusätze erkennen lassen und auf welche Gütesiegel jede*r achten kann.

Die Teilnahme ist für alle Interessierten kostenlos, wir bitten aber trotzdem wie bei allen Veranstaltungen um Anmeldung im Vorfeld.

22632008 | Do, 22.10.26, 18 – 19.30 Uhr

⇒ Rathaus Schierstein; kostenfrei



Putzmittel selber machen:

Badreiniger, Spülmaschinentabs, Spülmittel und mehr, S. 23

22663203 | Fr, 02.10.26, 16 – 19 Uhr

⇒ Rathaus Schierstein; 25 €



Inside Schierstein – Die Nachbarschaftshilfe

Bernd Zahn

Die Schiersteiner Nachbarschaftshilfe steht für kostenfreie Hilfen in nahezu allen Lebenslagen bereit. Aktuell sind es 37 MitarbeiterInnen, die reparieren, zuhören, miteinander ins Gespräch kommen, gemeinsam spazieren gehen, Problemlösungen suchen und umsetzen, Fahrten zum Arzt oder Einkauf ausführen, andere einfach „an die Hand“ nehmen. Was die Engagierten dabei in den vergangenen elf Jahren erlebten, fasst Herr Zahn, Leiter der Nachbarschaftshilfe, in seinem Vortrag zusammen, beantwortet Fragen und begrüßt den Dialog. **Der Eintritt ist für alle Interessierten frei, Anmeldung aber erbeten. Wir freuen uns über Ihre Spende zugunsten der Schiersteiner Nachbarschaftshilfe.**

22623004 | So, 08.11.26, 17 – 18.30 Uhr

➔ **Rathaus Schierstein; kostenfrei**

Informationsabend im Bestattungshaus:

Was tun, wenn jemand stirbt? – Orientierung und Einblicke

Philipp Gawron & Melanie Christ

Der Tod gehört zum Leben – und dennoch fühlen sich viele Menschen unsicher, wenn sie damit konfrontiert werden. Was ist zu tun? Welche Möglichkeiten gibt es? Und wie kann ein Abschied persönlich und stimmig gestaltet werden? Das Bestattungshaus Fischer & Jost lädt ein zu einem offenen Abend in ihrem Haus. Wir erhalten verständliche Einblicke in die Abläufe im Trauerfall, lernen verschiedene Bestattungsformen kennen und erfahren, welche Gestaltungsmöglichkeiten heute bestehen. Ein besonderer Fokus liegt dabei auf individuellen Abschieden und einem transparenten Blick hinter die Kulissen der Arbeit. In ruhiger Atmosphäre ist Raum für Ihre Fragen, Gedanken und den gemeinsamen Austausch. Begleitet wird der Abend von Philipp Gawron (Inhaber und Bestatter) und Melanie Christ (Bestatterin).

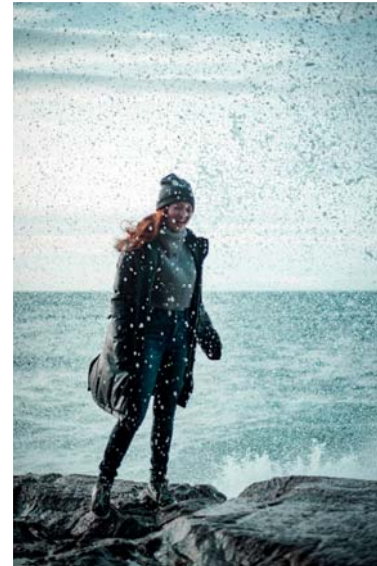
Die Teilnahme ist kostenfrei, eine Anmeldung im Voraus aber notwendig.

22623002 | Di, 10.11.26, 17.30 – 19 Uhr

➔ **Fischer & Jost Bestattungen, Im Grohenstück 13, 65396 Walluf; kostenfrei**

Vortrag: Zwischen Stress, Krise und Dauerbelastung – warum Resilienz heute so wichtig ist

Alexandra Pisek



Zeitdruck im Beruf, familiäre Verpflichtungen, gesellschaftliche Krisen oder die ständige Erreichbarkeit durch digitale Medien – viele Menschen empfinden ihren Alltag als zunehmend belastend. Doch wie gelingt es manchen Menschen, mit diesen Anforderungen besser umzugehen als anderen? Hier kommt der Begriff Resilienz ins Spiel – die Fähigkeit, auch in herausfordernden Zeiten innerlich stabil zu bleiben. Und die gute Nachricht: Sie ist keine angeborene Superkraft, sondern lässt sich entwickeln und stärken.

In diesem Vortrag schauen wir gemeinsam darauf, was

Resilienz ausmacht – und räumen mit hartnäckigen Missverständnissen auf. Sie erfahren, was die Forschung über unsere psychische Widerstandskraft weiß, was in unserem Gehirn passiert, wenn wir unter Stress geraten, und wie sich Resilienz in verschiedenen Lebensphasen zeigt. Außerdem erhalten Sie einen Überblick über die wichtigsten Resilienzfaktoren und erste Impulse, wie Sie diese im Alltag gezielt stärken können.

Die Dozentin ist systemische Beraterin (DGSF) und bietet Trainings zu Resilienz und mentaler Gesundheit an.

22623004 | Do, 19.11.26, 19 – 20.30 Uhr

➔ **Rathaus Schierstein; 12 €**



Sicherheit am Android-Smartphone

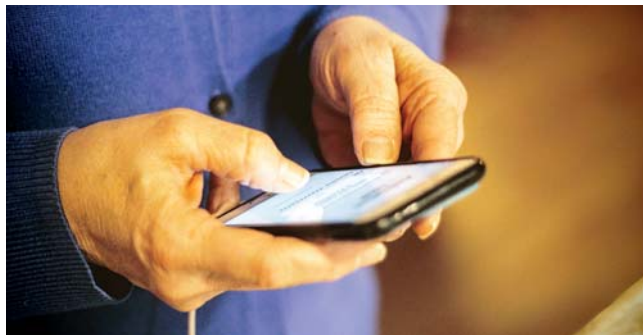
Michael Hellmund

Das Smartphone ist überall dabei. Mit den Einsatzmöglichkeiten steigt aber auch das Risiko, dass Daten ohne unser Einverständnis gesammelt oder Schadsoftware installiert wird. Auf was müssen Sie achten, um dies zu verhindern? Über welche Sicherheitseinstellungen verfügt Ihr Smartphone? Was ist, wenn es verloren geht? Wie können Sie Fotos, Videos und Nachrichten sichern? Mit diesen und weiteren Fragen werden wir uns im Kurs beschäftigen.

Hinweis: Dieser Kurs ist nur für Android Smartphones geeignet, nicht für iPhones von Apple. Bitte bringen Sie Ihr eigenes aufgeladenes Smartphone mit.

22682008 | Do, 26.11.26, 17.30 – 19.45 Uhr

⇒ Rathaus Schierstein; 21 €



Unterstützung bei Notebook und Smartphone, S. 35

22682005 | August bis Dezember 2026

⇒ Rathaus Schierstein; Gebühr: variabel auf Stundenbasis

Android-Smartphone: Einsteigerkurs, S. 35

22682007 | Do, 05.11.26 bis 19.11.26, 10 – 12.15 Uhr, 3 Treffen

⇒ Rathaus Schierstein; 75 €

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

Daniela Hubloher

Durch Krankheit, einen Unfall oder zunehmendes Alter können Situationen eintreten, in denen man nicht mehr selbst über medizinische Behandlungen und andere persönliche Angelegenheiten entscheiden kann. Vorsorge treffen lässt sich für einen solchen Fall mit einer Patientenverfügung und einer Vorsorgevollmacht.

Die Patientenverfügung ist eine vorsorgliche Bestimmung bezüglich einer zukünftigen medizinischen Behandlung, in der man nicht in der Lage ist, seinen Willen zu äußern. Eine Vorsorgevollmacht berechtigt eine oder mehrere Personen, die Wünsche des Betreffenden umzusetzen und Entscheidungen in seinem Sinne zu treffen. Diese kann sich auch auf finanzielle und rechtliche Bereiche erstrecken und soll die gerichtliche Bestellung eines Betreuers überflüssig machen.

Daniela Hubloher (Medizinerin sowie Beraterin bei der Verbraucherzentrale und Vortragsreferentin beim Bund der Steuerzahler Hessen) informiert über die gesetzlichen Regelungen und gibt Tipps, was bei der Erstellung der Verfügungen beachtet werden soll.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Bund der Steuerzahler Hessen statt.

22632006 | Do, 03.12.26, 18 – 20 Uhr

⇒ Rathaus Schierstein; 12 €

Infos zu allen Kursen unter www.vhs-schierstein.de

Den aktuellen Veranstaltungskalender und Neuigkeiten finden Sie stets auf unserer Homepage: www.vhs-schierstein.de.

Folgen Sie uns auch auf:

 @vhsschierstein  @vhs_schierstein

Finanzen

Financial Education:

Immobilienkauf (selbst genutzt/vermietet) – gewusst wie!

Stefanie Gorgosch

Sie suchen eine Immobilie zur Eigennutzung oder als Kapitalanlage? Eine sorgfältige Vorbereitung beim Kauf ist entscheidend: Welche Immobilie passt zu mir? Was lohnt sich mehr? Selbst bewohnen oder vermieten? Wie läuft der Prozess eines Kaufs und der dazugehörigen Finanzierung ab? Wieviel Eigenkapital benötige ich und was möchte eine Bank noch von mir wissen? Wie lang sollte die Zinsbindung sein? Sondertilgung, Bereitstellungszinsen, Auflassungsvormerkung – was steckt dahinter? Was gibt es bei Erbpacht zu beachten? Wie sieht es aus bei einer Vermietung: Worum muss ich mich selbst kümmern und worum nicht? Und wie kalkuliere ich Miete / Kosten / Abschreibung / Rendite richtig? Dieses Seminar bietet Ihnen praxisnahes Wissen und wertvolle Strategien, um Immobilienfinanzierungen sicher und zukunftsorientiert zu gestalten – für fundierte Entscheidungen und finanzielle Stabilität.

22632020 | Di, 29.09.26, 18 – 19.30 Uhr**⇒ Rathaus Schierstein; 15 €****Financial Education für Frauen**

Stefanie Gorgosch

Das kleine 1 x 1 der Finanzen. Kennst du Aussagen wie: „Ach, darum kümmere ich mich später?“ – Das ist erst einmal nachvollziehbar, denn Finanzen, Verträge und Kleingedrucktes sind ja nicht die spannendsten Dinge der Welt ... Aber leider wichtig und es lohnt sich ungemein, die Weichen für die privaten Finanzen richtig und möglichst früh zu stellen. Besprochen werden Themen, die man in der Schule nicht lernt, die aber lebenslange Begleiter sind.

- Wie gehe ich mit meinem Gehalt tatsächlich so um, dass ich etwas davon habe und zwar kurz-, mittel- und langfristig?
- Welche Absicherungen sind aus Sicht von Wissenschaft und Verbraucherschutz wichtig? Welche brauche ich wirklich?
- Was habe ich bei Familienplanung und Care-Arbeit aus finanzieller Sicht zu beachten?
- Wie baue ich mir langfristig ein passives Einkommen auf, sodass ich später nicht mehr auf meine Arbeitskraft angewiesen bin und finanzielle Unabhängigkeit erreiche?
- Wie verschenke ich keine staatlichen Zuschüsse?
- Bei welchen dieser Themen kann das Thema Nachhaltigkeit berücksichtigt werden?

22632021 | Di, 27.10.26, 18 – 19.30 Uhr**⇒ Rathaus Schierstein; 15 €**

Ökologisches

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, Kräutерlimonade und vegetarischen Brotaufstrichen statt.

Treffpunkt ist die Wilhelm-Loos-Anlage direkt am Schiersteiner Hafen, vor dem Christophorushaus an der Hafestraße bzw. bei der Jupitersäule.

22633501 | So, 20.09.26, 14 – 16 Uhr

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



Pilzexkursion: Pilze! Essbar oder nicht?

Thomas Lamberty

Im Herbst nach Pilzen zu suchen macht Freude. Aber: Welcher Pilz darf in die Pfanne und später auf den Teller? Von welchem sollte man besser die Finger lassen? Welcher könnte gar gefährlich werden? Thomas Lamberty weiß es und überprüft Ihre Pilzfunde, gibt Tipps zum Sammeln und Zubereiten von Pilzen und klärt über Risiken auf.

Leider hat die fortschreitende Klimaerwärmung auch die gewohnt zuverlässige herbstliche Pilzsaison stark beeinflusst.

Bei ausgetrockneten Waldböden tendiert das Pilzwachstum gegen Null. Sollte ein Termin trockenheitsbedingt ausfallen, wird ein Ersatztermin bekanntgegeben. Der Kurs ist sowohl für Einsteiger als auch für Fortgeschrittene geeignet.

Bitte dazu folgendes Material mitbringen: Pilzkorb, Pilzmesser, wenn möglich Bürste, kleine Gemüse- oder Obstschälchen (werden zum Trennen von Speisepilzen und Giftpilzen benötigt)

22633200 | Sa, 24.10.26, 10 – 13 Uhr

➔ **Treffpunkt: Dotzheimer Friedhof, Parkplatz; 19 €**

Putzmittel selber machen:

Badreiniger, Spülmaschinentabs, Spülmittel und mehr, S. 23

22663203 | Fr, 02.10.26, 16 – 19 Uhr

➔ **Rathaus Schierstein; 25 €**

Outfits mit Zukunft: Nachhaltig kleiden und Mikroplastik sparen, S. 12

22632008 | Do, 22.10.26, 18 – 19.30 Uhr

➔ **Rathaus Schierstein; kostenfrei**





Kultur, Kunst und Genuss

Kulinarisches

Weinseminar: Champagner & Co.

Cormac Clancy

Deutschland ist Weltmeister im Schaumwein trinken. An diesem Abend stehen Sekt, Cava, Cremant, Champagner & Co aus verschiedenen Rebsorten und unterschiedlichen Ländern im Mittelpunkt. Wir erfahren etwas über die Herstellungsweisen, die gesetzlichen Vorschriften und über den Unterschied zwischen Perl- und Schaumweinen. Freuen Sie sich auf einen prickelnden Abend mit hochwertigen Schaumweinen!

Gebühr inkl. Schaumwein, Wasser, Brot und Seminarunterlagen.

Bitte 2 Weingläser mitbringen!

22661001 | Mi, 30.09.26, 19.30 – 22 Uhr

➔ Rathaus Schierstein; 39 €



Weinseminar: Bordeaux

Cormac Clancy

Neben Burgund zählt Bordeaux zu den renommiertesten Weinbauregionen Frankreichs und ist, insbesondere im Bereich der Rotweine, immer noch Vorbild in vielen Teilen der Erde. Nirgends in Frankreich ist die Anzahl der Qualitätsweine so hoch wie dort. Anhand von Weiß- und Rotweinen lernen wir das Gebiet mit seinen unterschiedlichen Appellationen und Weinstilen kennen und schätzen.

Gebühr inkl. Wein, Wasser, Brot und Seminarunterlagen.

Bitte 2 Weingläser mitbringen!

22661002 | Mi, 28.10.26, 19.30 – 22 Uhr

➔ Rathaus Schierstein; 34 €



Weinseminar: Das Reifepotential des Spätburgunders

Cormac Clancy

Der Spätburgunder zählt zu den edlen Rebsorten dieser Welt, den „cépages nobles“. Er hat in Deutschland eine lange Tradition und die Qualität der Weine ist in den letzten Dekaden stetig gestiegen. Wir lernen feine Spätburgunder aus unterschiedlichen Jahrgängen und verschiedenen Anbaugebieten kennen. Eine seltene Gelegenheit!

Gebühr inkl. Wein, Wasser, Brot und Seminarunterlagen.

Bitte 2 Weingläser mitbringen!

22661003 | Mi, 25.11.26, 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. Die Pâtisserie ist zwar mittlerweile umgezogen, der „Schierstein-Spirit“ bleibt aber natürlich erhalten. Ein spannender, seltener Kurs! Was du im Seminar lernst: Herstellen einer italienischen Meringue – Herstellen von zwei Ganache – Herstellung von Macaronschalen – Füllen von Macarons mit Ganache – Wissen zu Rohstoffen und chemischen Prozessen. 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! Alle Materialien für die Macarons sowie Zubehör wie Schürzen sind vor Ort vorhanden.

Bitte mitbringen: Nachhaltig ist es, wenn ihr eine eigene große Tupferdose 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.

22661012 | Sa, 26.09.26, 11 – 14 Uhr

➔ Seidenzucker Pâtisserie am neuen Standort in der Rüdigerstraße 2, 65189 Wiesbaden; 84 €



Griechisch-Kochkurs: Herrlich hellenisch!

Christos Pelekanos

Zeitlose griechische Klassiker simpel und effizient gekocht. Vom Hauptgericht für die ganze Familie wie Moussaka über absolute Favoriten wie dem Tzatziki und dem sommerlichen Bauernsalat. Wer hat schonmal ein Baklava im Akkordeonstil probiert oder sich an einer Zubereitung versucht? Christos Pelekanos ist diplomierter Opernbariton und Gesangspädagoge. Als Sohn griechischer Gastronomen ist er in der Küche eines Restaurants groß geworden – mit Aspiration, ein eigenes Restaurant zu eröffnen ... bis er seine Berufung in der Musik fand.

In der Gebühr sind sämtliche Lebensmittelkosten (Bio-Qualität) enthalten. Bitte teilen Sie uns eventuelle Allergien im Vorfeld mit. Wir bitten um verbindliche Anmeldung bis 20. Oktober 2026.

Bitte mitbringen: Schürze

22661027 | Fr, 30.10.26, 18 – 21.30 Uhr

➔ Bildungswerk Hessen e. V.; 75 €

Infos zu allen Kursen unter www.vhs-schierstein.de

Kochkurs: Pasta selbstgemacht – neue Sorten!

Meike Körner

Wer gerne Nudeln isst, ist in diesem Kurs richtig, denn wir stellen selbst Pasta her. Nach dem schönen Erfolg im letzten Semester warten nun zu-sätzliche Sorten auf die Teilnehmer:innen: Wir stellen zwei verschiedene Teigsorten her – mit und ohne Ei. Die Nudelmaschine bleibt zu Hause, nur mit Hilfe von Omas Nudelholz (!) und ein wenig Fingerfertigkeit rollen wir den Teig schön dünn aus. Daraus entstehen verschiedene Pastasorten: geschnittene, geformte und auch lecker gefüllte Nudeln. Das Seminar eignet sich sowohl für Anfänger als auch Interessierte mit ein wenig Vorkenntnissen.

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. Kursleiterin ist Meike Körner, bekennende Nudelliebhaberin und Chefredakteurin des Kochmagazins „köstlich vegetarisch“.

Gebühr inklusive aller Zutaten (Bio-Qualität).

Wir bitten um verbindliche Anmeldung bis 18. November 2026.

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

22661025 | Fr, 27.11.26, 16 – 20 Uhr

⇒ **Bildungswerk Hessen e. V.; 75 €**

**In der Weihnachtsbäckerei**

Stefanie Beuscher

Adventszeit mit selbst gebackenen Weihnachtsplätzchen! Nie wird so viel gebacken wie im Advent. Teig wird geknetet, Plätzchen werden fröhlich ausgestochen und es duftet himmlisch nach Vanille, Zimt und Nüssen. Entdecken Sie hier die süßen Resultate der Weihnachtsbäckerei: klassische Plätzchen, Adventsgebäck und Lebkuchen nach Großmutter Rezepten. In der Gebühr sind alle Zutaten für das Gebäck und Tee bereits enthalten. **Dosen und Gefäße für Ihr Backwerk bitte mitbringen.**

22661005 | Sa, 28.11.26, 11 – 14 Uhr

⇒ **Bildungswerk Hessen e. V.; 55 €**

22661006 | So, 29.11.26, 11 – 14 Uhr

⇒ **Bildungswerk Hessen e. V.; 55 €**

**Wildkräuterführung rund um den Schiersteiner Hafen, S. 16**

22633501 | So, 20.09.26, 14 – 16 Uhr

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

Pilzexkursion: Pilze! Essbar oder nicht? S. 16

22633200 | Sa, 24.10.26, 10 – 13 Uhr

⇒ **Treffpunkt: Dotzheimer Friedhof, Parkplatz; 19 €**

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

Aquarell

Aquarell-Schnupperworkshop

Jasmin Martina Seib

Wollten Sie schon immer einmal Aquarell malen, haben sich bisher aber nicht herangewagt? Gemeinsam werden wir uns einige Techniken (Nass in Nass, Lasur, usw.) der Aquarellmalerei anschauen und dabei unterschiedliche Materialien, Farben und Pinsel kennenlernen. Der Kurs vermittelt Grundlagen zur Motivgestaltung, zu Farbkombinationen, Schatten und Proportionen und richtet sich an Jugendliche und Erwachsene. Kinder sind in Begleitung gerne willkommen. Das Material wird gestellt, kann aber gerne (sofern vorhanden) auch mitgebracht werden.

Bitte mitbringen: zwei Wassergläser/Pappbecher (Material zum ersten Ausprobieren wird gestellt. Sie können aber auch gerne eigene Farben, Pinsel und Papiere mitbringen.)

22662300 | Sa, 29.08.26, 11 – 14 Uhr

➔ Rathaus Schierstein; 34 € inkl. Material zum Ausprobieren

Aquarell-Themenworkshop: Herbstliche Blumenkränze



Jasmin Martina Seib

In diesem Kurs tauchen wir ein in die Welt der herbstlichen Blumenkränze und erkunden, was Aquarell so besonders macht. Von botanischen Studien bis hin zu lockerem, freiem „Loose Watercolor“ probieren wir verschiedene Techniken aus und entdecken, wie Blüten, Blätter und Zweige sich zu stimmigen, ausgewogenen Kränzen zusammenfügen. Dabei widmen wir uns den warmen Farbtönen des Herbstes und lernen, wie sich

durch gezieltes Mischen harmonische Farbzusammenspiele entwickeln.

Dieser Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Bitte mitbringen: Aquarellfarben, (dünne) Pinsel, Aquarellpapier, Bleistift, Radiergummi, Lineal/Geodreieck, Wasserglas, Tuch/Küchentuch

22662350 | Sa, 07.11.26, 11 – 14 Uhr

➔ Rathaus Schierstein; 25 €

Kunsth Handwerk

Offener Stricktreff für alle Interessierten

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. Wir treffen uns in netter Runde und stricken oder häkeln unter fachkundiger Anleitung.

Anfänger sind ebenso herzlich willkommen wie Fortgeschrittene.

Pro Abend wird eine Gebühr von 10 € erhoben. 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.

22663100 | Do, 20.08.26 bis 10.12.26, 18.15 – 20.30 Uhr, 15 Treffen

➔ Rathaus Schierstein; 10 €



Jonglieren lernen, S. 30

22664007 | Do, 29.10.26 und 05.11.26, 19 – 21 Uhr, 2 Treffen

➔ Rathaus Schierstein; 29 €

Infos zu allen Kursen unter www.vhs-schierstein.de

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.



22663301 | Di, 25.08.26, 01.09.26 und 15.09.26, jeweils 18.30 – 21.30 Uhr

➔ **Keramikatelier Rosel Gundlach, Backfischgasse 7; 72 €**

22663302 | Di, 03.11.26, 10.11.26 und 24.11.26, jeweils 18.30 – 21.30 Uhr

➔ **Keramikatelier Rosel Gundlach, Backfischgasse 7; 72 €**

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 – 6 Personen. Vorerfahrung ist praktisch – aber nicht notwendig. In der Kursgebühr sind die Materialkosten bereits enthalten. Bitte mitbringen, wenn vorhanden: eine gute kleine Gartenschere und eine feste Unterlage (z. B. ein Schneidebrett)**

22663500 | Fr, 28.08.26, 16 – 19.30 Uhr

➔ **Rathaus Schierstein; 39 €**

Aufbaukurs: Korbflechten mit leichten Vorkenntnissen

Jana Ginkel

In diesem Kurs werden wir ein Körbchen aus ungeschälter Weide von Beginn an flechten. Also mit Boden, Aufstaken und Zuschlag – eben allem, was dazu gehört. Zum Einstieg gibt es eine kleine Theorie-Einheit, um die wichtigsten Begriffe kennenzulernen, dann geht es an die Arbeit. Es ist auch eine Pause eingeplant, also gerne eine Kleinigkeit zu essen mitbringen. Für diesen Kurs sollten auf jeden Fall Vorerfahrungen im Umgang mit Weide und Flechten bestehen.

Wir arbeiten in einer kleinen Gruppe von 3 – 6 Personen. Der Kurs dauert etwa 4,5 bis 5 Stunden; in der Kursgebühr sind die Materialkosten bereits enthalten. Bitte mitbringen, wenn vorhanden: eine gute kleine Gartenschere, eine feste Unterlage (z. B. ein Schneidebrett, um die Tische zu schonen), etwas zum Beschriften (z. B. ein Stein, etwa Faust-groß) und eine Kleinigkeit zu essen für die Pause

22663501 | Fr, 23.10.26, 15 – 19.30 Uhr

➔ **Rathaus Schierstein; 49 €**



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



Floristik-Workshop im Blumengroßhandel

Pia Weber

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

22663700 | Di, 08.09.26, 18 – 20.30 Uhr

➔ **Schiersteiner Blumengroßhandel, Blierweg 1; 25 €**

Dekorative Herbstgestecke

Marlies Erler



In diesem Workshop können Sie einen Herbstkranz oder einen Kürbis (oder beides) herbstlich gestalten. Die Tische im Kursraum werden vorher von der Kursleiterin dekoriert, sodass Sie schon einige Inspirationen erhalten können. Ein Getränk und ein Stück Kürbiskuchen stehen ebenfalls zum Workshop bereit. **Kranzrohlinge, Naturmaterialien, Trockenblumen und Kürbisse bringt die Kursleiterin mit; Materialkosten von 15 € werden vor Ort mit ihr abgerechnet.** Bitte mitbringen: Schere, Messer, Küchenrolle – und falls vorhanden eine Klebepistole

22663402 | Fr, 25.09.26, 16 – 19 Uhr

➔ **Rathaus Schierstein; 20 €**

Floristisches zur Weihnachtszeit: Adventskränze binden und gestalten

Marlies Erler

Es weihnachtet schon und die gemütlichste Zeit des Jahres beginnt

... nun wartet Floristisches zur Weihnachtszeit: Warum einen Adventskranz kaufen?

Wir fertigen unter Anleitung der Kursleiterin Marlies Erler unseren

Adventskranz selber an. Einen Kranz und verschiedenes Tannengrün sowie verschiedene Dekomaterialien bringt die Kursleiterin mit; Materialkosten in Höhe von 10 € rechnen Sie mit ihr selbst ab. Wir freuen uns auf Ihr Kommen! **Bitte bringen Sie Kerzen Ihrer Wahl sowie Schleifenband mit (und falls Sie noch etwas von ihrer eigenen Dekoration verwenden möchten, auch das), ebenso eine Schere, falls vorhanden eine Klebepistole und Küchenrolle.**



22663404 | Fr, 20.11.26, 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 spinn und webt schon seit vielen Jahren. Sie gibt im gesamten Bundesgebiet Spinnkurse z. B. bei der Handspinnhilfe 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.**

22663600 | Sa, 05.12.26, 14 – 18 Uhr

➔ **Rathaus Schierstein; 50 €**

Selbstgemacht!

Putzmittel selber machen:

Badreiniger, Spülmaschinentabs, Spülmittel und mehr

Fatiha Boudraa

Der Putzmittel-Workshop ist wieder da! Ein Muss für alle, die noch nicht dabei waren.

Denn: Reinigungsmittel selber herzustellen ist kostengünstig und umweltschonend, da kein Plastikmüll und keine schädlichen Chemikalien verwendet werden. Dadurch werden auch Haut und Atemwege geschont. Trotz der milden Zutaten haben sie eine hohe Reinigungskraft.

In diesem Kurs werden folgende Produkte hergestellt:

- Spülmaschinentabs (wahlweise auch Pulver)
- Reiniger für Bad, Glas und Kalk
- Reiniger für Fett und Schmutz
- Spülmittel

In der Gebühr sind bereits alle Materialkosten und Gefäße enthalten.

Bitte mitbringen: flexible Formen wie Pralinen- oder Eiswürfelformen (die Größe der einzelnen Formen sollte kleiner als das Spülmaschinenfach sein), mehrere Löffel, 1 bis 2 Schüsseln (ca. 500 ml), 1 hitzestabiles Gefäß mit Deckel (z. B. Marmeladenglas) für die Flüssigseife, Transportgefäß für die Tabs (bzw. Pulver)

22663203 | Fr, 02.10.26, 16 – 19 Uhr

⇒ Rathaus Schierstein; 25 €



Seifen – Duftende Vielfalt selbstgemacht

Fatiha Boudraa

In diesem Kurs verwenden wir Gießseife und Seifenflocken, um verschiedene Seifen wie Peelingseife, Flüssigseife und dekorative Seifen herzustellen. Die Seifen können nach Lust und Laune beduftet, eingefärbt und mit Kräutern, Blüten, etc. verschönert werden – so entstehen tolle Einzelstücke und vielleicht auch das ein oder andere Weihnachtsgeschenk. Dieser Workshop ist für Kinder in Begleitung ebenso wie für Erwachsene geeignet. In der Kursgebühr sind alle Materialkosten bereits enthalten.

Bitte mitbringen: flexible Formen wie Pralinen- oder Eiswürfelformen, mehrere hitzestabile Gefäße zum Schmelzen und Mischen der Seife (z. B. Marmeladengläser, eines davon mit Deckel für die Flüssigseife), mehrere Löffel, 2 bis 3 Schüsseln (ca. 500 ml), Transportgefäß für die fertigen Seifen, Küchenpapier oder Geschirrtuch

22663202 | Fr, 04.12.26, 16 – 19 Uhr

⇒ Rathaus Schierstein; 27 €



Junge vhs

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.

22671001 | Di, 27.10.26 bis 24.11.26, 17.30 – 18.30 Uhr, 5 Treffen

⇒ Feuerwehrgerätehaus Schierstein; 42 €

Jonglieren lernen, S. 30

22664007 | Do, 29.10.26 und 05.11.26, 19 – 21 Uhr, 2 Treffen

⇒ Rathaus Schierstein; 29 €

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.

22643001 | Di, 22.09.26 und 29.09.26, jeweils 15 – 18 Uhr

⇒ Keramikatelier Rosel Gundlach, Backfischgasse 7, Schierstein; 45 €

22643002 | Di, 01.12.26 und 08.12.26, jeweils 15 – 18 Uhr

⇒ Keramikatelier Rosel Gundlach, Backfischgasse 7, Schierstein; 45 €



Seifen – Duftende Vielfalt selbstgemacht

Fatiha Boudraa

In diesem Kurs verwenden wir Gießseife und Seifenflocken, um verschiedene Seifen wie Peelingseife, Flüssigseife und dekorative Seifen herzustellen. Die Seifen können nach Lust und Laune beduftet, eingefärbt und mit Kräutern, Blüten, etc. verschönert werden – so entstehen tolle Einzelstücke und vielleicht auch das ein oder andere Weihnachtsgeschenk. Dieser Workshop ist für Kinder in Begleitung ebenso wie für Erwachsene geeignet.

In der Kursgebühr sind alle Materialkosten bereits enthalten.

Bitte mitbringen: flexible Formen wie Pralinen- oder Eiswürfelformen, mehrere hitzestabile Gefäße zum Schmelzen und Mischen der Seife (z. B. Marmeladengläser, eines davon mit Deckel für die Flüssigseife), mehrere Löffel, 2 bis 3 Schüsseln (ca. 500 ml), Transportgefäß für die fertigen Seifen, Küchenpapier oder Geschirrtuch

22663202 | Fr, 04.12.26, 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 können Sie genau Tag, Ort und Zeit jeder Veranstaltung sehen.

Weihnachtliches Orgelmärchen: Das verschwundene Jesuskind

Clemens Bosselmann & Dr. Eva Wodarz-Eichner
Im diesjährigen Weihnachtsorgelmärchen geht es höchst spannend zur Sache, denn immerhin steht das Weihnachtsfest auf dem Spiel! Und außerdem handelt es sich um eine echte Uraufführung (Text von Birgit Kilian):

Am Tag vor Heiligabend wollen die beiden Feenmädchen Lilly und Flora spätmittags den Weihnachtsmarkt neben der Kirche besuchen, um sich mit heißem Kinderpunsch aufzuwärmen, bevor sie ihren Rückflug heim ins Feenreich antreten. Sie landen im Vorgarten der Kirche. Dort beobachten sie, wie die böse Fee Nera aus der Kirche tritt, ihren schmutzigen Sack von den Schultern zerrt und einen Gegenstand hineinstopft, der urplötzlich den ganzen Sack zum Leuchten bringt. Lilly, die die Gedanken anderer Feen belauschen kann, erfährt auf diese Weise, dass Nera das hölzerne, kunstvoll bemalte Baby aus der Krippe gestohlen hat, um es teuer zu verkaufen. Die kleinen Feen sind entsetzt: Ein solcher Diebstahl ist eine Katastrophe, denn ohne das göttliche Kind in der Krippe kann Weihnachten nicht stattfinden! Auf schnellstem Weg müssen sie die Verfolgung der bösen Fee aufnehmen, allen Gefahren zum Trotz.

Gerne dürfen sich die kleinen Feen-Fans zum Besuch der Veranstaltung mit entsprechenden Accessoires (z. B. Haarkranz, Tüllrock) schmücken, um ihrer Solidarität mit den tapferen Feenmädchen Ausdruck zu verleihen. Und ... sollten Lilly und Flora am Ende mit ihrer Mission erfolgreich sein, wären alle tanzfreudigen Kinder herzlich zu einem Reigen der Freude eingeladen. **Die Aufführung dauert etwa 45 Minuten und ist geeignet für Kinder ab 5 Jahren, aber natürlich auch für Eltern, Großeltern und alle anderen neugierigen ehemaligen Kinder.**

Der Eintritt zu den Schiersteiner Orgelmärchen ist grundsätzlich frei.

22641001 | Fr, 11.12.26, 17 – 17.45 Uhr

⇒ Christophoruskirche, Schierstein; kostenfrei





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 A1.3 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.

Der Kurs ist für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen geeignet.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Great A1 – second edition (Klett)

22651102 | Mo, 31.08.26 bis 30.11.26, 15 – 16.30 Uhr, 12 Treffen

➔ Rathaus Schierstein; 116 €

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? Das ist der richtige Kurs, um Ihre Sprachkenntnisse auf das nächste Level zu bringen: Mit Grammatik als Schlüssel und dem richtigen Vokabular gewinnen Sie Selbstbewusstsein, um sich selbst im Alltagsleben und darüber hinaus auszudrücken.

Dieser Kurs wendet sich an Anfänger mit Vorkenntnissen.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Great A2 – second edition (Klett)

22651104 | Mi, 02.09.26 bis 02.12.26, 10 – 11.30 Uhr, 12 Treffen

➔ Rathaus Schierstein; 116 €

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.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Great B2 – second edition (Klett)

22651110 | Mo, 31.08.26 bis 30.11.26, 16.30 – 18 Uhr, 12 Treffen

➔ Rathaus Schierstein; 116 €

English through Songs, level B2/C1 (ab 6 TN)

Rindra Randrianarivony-Perez

A song is never just a song, it often conveys a hidden message that the songwriter wants to go through. The words of a song are often not plain or full or straightforward like the language we are used to speak, it is written in codes, in a language register, or sometimes with no words at all. It is the hidden meaning of songs that we will be exploring during this course.

Required level: B2/C1

22651112 | Mo, 31.08.26 bis 30.11.26, 14 – 15 Uhr, 12 Treffen

➔ Rathaus Schierstein; 77 €



Alle einzelnen Kurstermine unter www.vhs-schierstein.de

Italienisch**Italienisch A2.1 für Anfänger (mit Vorkenntnissen)**

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.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Dieci A2 (Hueber)

22651402 | Do, 13.08.26 bis 03.12.26, 9 – 10.30 Uhr, 12 Treffen

➔ Rathaus Schierstein; 116 €

Italienisch A2.2 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.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Dieci A2 (Hueber) ab Lektion 6

22651404 | Do, 20.08.26 bis 03.12.26, 10.45 – 12.15 Uhr, 12 Treffen

➔ Rathaus Schierstein; 116 €



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

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!

Bitte mitbringen: Lektüre: 40 Kurzgeschichten aus Italien, ISBN 978-3-12-562491-7

22651406 | Mi, 02.09.26 bis 02.12.26, 10.45 – 12.15 Uhr, 12 Treffen

➔ Rathaus Schierstein; 116 €

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



22651408 | Mi, 02.09.26 bis 02.12.26, 9 – 10.30 Uhr, 12 Treffen

➔ Rathaus Schierstein; 116 €

Alle einzelnen Kurstermine unter www.vhs-schierstein.de

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.

22651410 | Di, 01.09.26 bis 01.12.26, 10 – 11.30 Uhr, 10 Treffen

➔ Rathaus Schierstein; 96 €

Französisch

Französisch A2/B1 (ab 6 TN)

Christel Böger

Wir sind ein Kreis von Frankreich-Begeisterten und „arbeiten“ mit verschiedenen Lektüren und Lehrwerken.

Dass wir unterschiedliche Erfahrungen und Kenntnisse haben, ist eine wertvolle nützliche Bereicherung.

Daher sind uns alle willkommen, die schon Erfahrungen mit der französischen Sprache haben und weitermachen wollen.

Das Material wird im Kurs abgesprochen.

22652002 | Mi, 19.08.26 bis 18.11.26, 19 – 20.30 Uhr, 12 Treffen

➔ Rathaus Schierstein; 116 €



Spanisch

Wochenend-Intensivkurs: Spanisch für Reise und Urlaub A1.2 (mit leichten 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 minimal 5 und maximal 7 Teilnehmern. Bitte mitbringen: Material ist das Lehrbuch Con gusto nuevo A1, ISBN: 978-3-12-514676-1 (Lektionen 4-6)**



22653001 | Sa, 26.09. und So, 27.09.26, 9.30 – 16.15 Uhr, 2 Treffen
➔ Rathaus Schierstein; 94 €

*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.*

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.





Gesundheit & 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!

22664007 | Do, 29.10.26 und 05.11.26, 19 – 21 Uhr, 2 Treffen
 ➔ Rathaus Schierstein; 29 €

Selbstverteidigung für Kinder, S. 24

22671001 | Di, 27.10.26 bis 24.11.26, 17.30 – 18.30 Uhr, 5 Treffen
 ➔ Feuerwehrgerätehaus Schierstein; 42 €

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.**



22664010 | Sa, 28.11.26 bis 12.12.26, 16 – 18 Uhr, 3 Treffen
 ➔ Hafenschule, Turnhalle; 57 €



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.

22677001 | Mi, 21.10.26 bis 11.11.26, 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. Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, Decke/Isomatte und ein kleines Kissen mitbringen.

22677002 | Mi, 25.11.26 bis 16.12.26, 9.30 – 10.45 Uhr, 4 Treffen
 ⇒ Rathaus Schierstein, 2. Stock; 45 €

Fitness & Bodystyling

Bauch, Beine, Po

Alexandra Porschitz

Training zum Muskelaufbau und zur Gewebestraffung. Mit kleinen Hilfsmitteln (Kurzhandeln, 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 sowie, falls vorhanden, Kurzhandeln**

22672001 | Mi, 19.08.26 bis 25.11.26, 19.30 – 20.30 Uhr, 13 Treffen
 ⇒ Otto-Stückrath-Schule, Aula, Biebrich; 81 €

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

22672003 | Mo, 17.08.26 bis 07.12.26, 18 – 19 Uhr, 12 Treffen
 ⇒ Feuerwehrgerätehaus Schierstein; 75 €



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

22673007 | Mo, 24.08.26 bis 09.11.26, 10 – 11 Uhr, 10 Treffen

⇒ Feuerwehrgerätehaus Schierstein; 56 €

22673008 | Mo, 24.08.26 bis 09.11.26, 11 – 12 Uhr, 10 Treffen

⇒ Feuerwehrgerätehaus Schierstein; 56 €

22673009 | Di, 25.08.26 bis 10.11.26, 17.45 – 18.45 Uhr, 10 Treffen

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

22673010 | Di, 25.08.26 bis 10.11.26, 19 – 20 Uhr, 10 Treffen

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

22673011 | Do, 27.08.26 bis 12.11.26, 9.30 – 10.30 Uhr, 10 Treffen

⇒ Feuerwehrgerätehaus Schierstein; 56 €

22673012 | Do, 27.08.26 bis 12.11.26, 10.45 – 11.45 Uhr, 10 Treffen

⇒ Feuerwehrgerätehaus Schierstein; 56 €

Nordic Walking

Nordic Walking Herbstkurs

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 schont 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 Medizinerinnen 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.

22674100 | Mo, 14.09.26 bis 16.11.26, 10.30 – 12 Uhr, 10 Treffen

⇒ Parkplatz Festwiese, Kleinaustraße; 60 €



Yoga

Leichtes Yoga am Abend

Beatrix Schmitz

Schenke dir ein Lächeln und entscheide dich bewusst für dich. Beginne deine Woche auf der Matte und schenke dir diese Zeit. In dieser Yoga-Stunde 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

22675002 | Mo, 31.08.26 bis 07.12.26, 18 – 19.30 Uhr, 11 Treffen

⇒ **Ev. Dreikönigsgemeinde, Freudenberg; 106 €**

Soft Yoga am Vormittag

Nataliia 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 wohlzufühlen 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

22675015 | Di, 18.08.26 bis 01.12.26, 9 – 10.15 Uhr, 14 Treffen

⇒ **Ev. Dreikönigsgemeinde, Freudenberg; 112 €**

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

22675010 | Mi, 19.08.26 bis 02.12.26, 18 – 19.15 Uhr, 14 Treffen

⇒ **Ev. Dreikönigsgemeinde, Freudenberg; 112 €**

22675011 | Mi, 19.08.26 bis 02.12.26, 19.30 – 20.45 Uhr, 14 Treffen

⇒ **Ev. Dreikönigsgemeinde, Freudenberg; 112 €**

Beckenbodentraining für Frauen (4–8 TN), S. 31

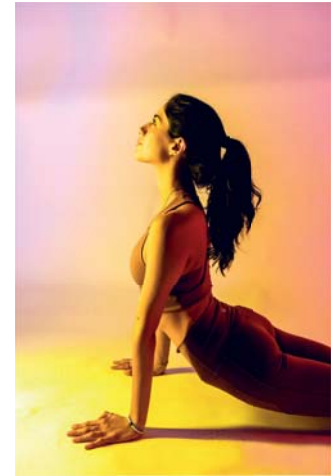
22677001 | Mi, 21.10.26 bis 11.11.26, 9.30 – 10.45 Uhr, 4 Treffen

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

Beckenbodentraining für Frauen (Aufbaukurs mit 4–8 TN), S. 31

22677002 | Mi, 25.11.26 bis 16.12.26, 9.30 – 10.45 Uhr, 4 Treffen

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



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

22675006 | Do, 27.08.26 bis 10.12.26, 17 – 18 Uhr, 10 Treffen

➔ **Christophorushaus, Gemeindesaal; 64 €**

22675007 | Do, 27.08.26 bis 10.12.26, 18.15 – 19.30 Uhr, 10 Treffen

➔ **Christophorushaus, Gemeindesaal; 80 €**



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.

22676001 | Do, 20.08.26 bis 03.12.26, 18 – 19.30 Uhr, 12 Treffen

➔ **Kita St. Gabriel; 116 €**

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.

22676002 | Do, 20.08.26 bis 03.12.26, 19.30 – 21 Uhr, 12 Treffen

➔ **Kita St. Gabriel; 116 €**



Sind Sie schon für unseren Newsletter eingetragen?

Hier informieren wir regelmäßig über unsere aktuellen Angebote.
Einfach anmelden unter www.vhs-schierstein.de/newsletter.





Unterstützung bei Notebook und Smartphone

Walter Richters / Michael Hellmund

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.

22682005 | August bis Dezember 2026

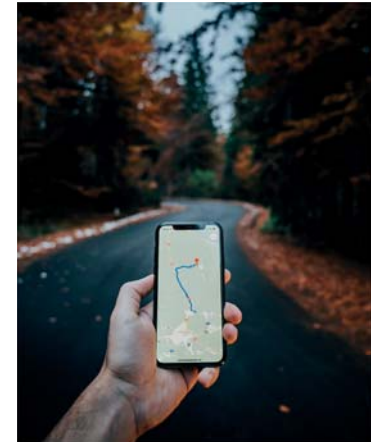
➔ Rathaus Schierstein; Gebühr: variabel auf Stundenbasis

Android-Smartphone: Einsteigerkurs

Michael Hellmund

Sie besitzen ein Android-Smartphone, fühlen sich aber noch unsicher im Umgang damit? In diesem Kurs erfahren Sie zunächst, wie Sie Ihr Gerät bedienen und die wichtigsten Einstellungen vornehmen. Sie lernen, wie Sie telefonieren, Nachrichten versenden und Kontakte speichern. Sie lernen, wie Sie mit dem Smartphone Fotos aufnehmen und bearbeiten und wie Sie damit im Internet unterwegs sind. Auch Termine und Notizen können Sie mit dem Smartphone speichern. Und seine Möglichkeiten lassen sich durch viele neue Apps erweitern. Alle Inhalte dieses Kurses werden langsam und sorgfältig besprochen. Sie sollen Ihr Gerät in Ruhe kennen und bedienen lernen. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.

Hinweis: Dieser Kurs ist nur für Android-Smartphones geeignet, nicht für iPhones von Apple. Bitte bringen Sie Ihr eigenes aufgeladenes Smartphone mit.



22682007 | Do, 05.11.26 bis 19.11.26, 10 – 12.15 Uhr, 3 Treffen

➔ Rathaus Schierstein; 75 €

Sicherheit am Android-Smartphone, S. 14

22682008 | Do, 26.11.26, 17.30 – 19.45 Uhr

➔ Rathaus Schierstein; 21 €

Infos zu allen Kursen unter www.vhs-schierstein.de



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

22680001 | Mi, 19.08.26, 14.30 – 17 Uhr

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

22680002 | Mi, 02.09.26, 14.30 – 17 Uhr

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

22680003 | Mi, 21.10.26, 14.30 – 17 Uhr

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

22680004 | Mi, 04.11.26, 14.30 – 17 Uhr

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

22680005 | Mi, 02.12.26, 14.30 – 17 Uhr

➔ **Ev. Auferstehungsgemeinde Schierstein-Nord; 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.



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.



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/agb einsehbar.

Unsere Geschäftsbedingungen

Wer sich zu einer Veranstaltung der Volkshochschule Schierstein e.V. anmeldet, erkennt die AGB und die gültigen Hausordnungen der jeweiligen Veranstaltungsorte 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 Ehrenamtkarte 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 bis spätestens einen Werktag 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 € 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:

Die Datenschutzbestimmungen finden Sie auf unserer Homepage unter www.vhs-schierstein.de/datenschutz.

Kooperationspartner

Volkshochschule Wiesbaden e.V.

Aldide-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)
Zehnhofstraße 41 (Bürgerhaus)
55252 Mainz-Kastel
Telefon 06134 729300
info@vhs-akk.de
www.vhs-akk.de

Volkswbildungswerk Bierstadt e.V.

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

Volkswbildungswerk Klarenthal e.V.

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

Volkswbildungswerk 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

Bildnachweise

Laura Hafner (Titelbild, S. 19 links, S. 21 Mitte, S. 25 links und Mitte) – vhs Schierstein (S. 2 oben) – Hans-Christian Richter (S. 2 Vorstand) – Esther Natalie Hock (S. 6 links) – Paul Rysz/Unsplash (S. 6 rechts) – vivahola (S. 7) – Hongbin/Unsplash (S. 8 links) – Wikimedia (S. 8 rechts) – Jürgen Ritter/Merian (S. 9 links) – Axel Sawert (S. 9 rechts) – Museum Wiesbaden/Bernd Fichert (S. 10 links und Mitte) – ELW (S. 10 rechts) – Annie Spratt/Unsplash (S. 11 links) – Stadt Mainz (S. 11 rechts) – Michaela St/Unsplash (S. 12) – John Lord Vicente/Unsplash (S. 13) – Joshua Hoehne/Unsplash (S. 14) – Stefanie Gorgosch (S. 15) – Pikrepro (S. 16 links) – Andrew Ridley/Unsplash (S. 16 rechts) – Street Art by Mister Piro, Andrii Lytvynko/Unsplash (S. 17 links oben) – Bruno Ngarukiye/Unsplash (S. 17 links unten) – Mathieu Anglada/Bordeaux Tourism (S. 17 rechts) – Monika Walther/Seidenzucker (S. 18 links) – Christos Pelekanos (S. 18 rechts) – Rogge & Jankovic Fotografen, Köln (S. 19 Mitte) – Monika Grabkowska/Unsplash (S. 19 rechts) – Jasmin Seib (S. 20 links) – Ingeborg Steffen (S. 20 rechts) – Camilla von Ritter zu Groenesteyn (S. 21 links) – Jana Ginkel (S. 21 rechts) – Marlies Eriker (S. 22 links) – Isolde Grillhöst (S. 22 rechts) – Sophie Xqdp/Unsplash (S. 23 links) – Viktor Forgacs/Unsplash (S. 23 rechts) – Patrick Buck/Unsplash (S. 24 links) – Rosel Gundlach (S. 24 rechts) – Birgit Kilian (S. 25 rechts) – Jonathan Kerner/Unsplash (S. 26) – Aleks Marinkovic/Unsplash (S. 27) – Davide Ragusa/Unsplash (S. 28 links) – Ahtziri Lagarde/Unsplash (S. 28 rechts) – Susan Flynn/Unsplash (S. 29) – Bruno Nascimento/Unsplash (S. 30 links) – Sumi Krupp (S. 30 rechts) – Andrijana Bozic/Unsplash (S. 31 links) – Geert Pieters/Unsplash (S. 31 rechts) – Jonathan Borba/Unsplash (S. 32 links) – Pixabay (S. 32 rechts) – Ruben Ramirez/Unsplash (S. 33) – Annika Gath (S. 34 links) – Antonika Chanel/Pixabay (S. 34 rechts) – John Schnobrich/Unsplash (S. 35 links) – Tamas Iuzes Katai/Unsplash (S. 35 rechts) – Marvin Meyer/Unsplash (S. 36) – Instagram @vhs_schierstein (S. 38) – Duy Pham/Unsplash (S. 39) – Landeshauptstadt Wiesbaden, Tiefbau- und Vermessungsamt (U4)



Den aktuellen Veranstaltungskalender und
Neuigkeiten finden Sie stets auf unserer Homepage:

www.vhs-schierstein.de

Folgen Sie uns auch auf:



@vhsschierstein



@vhs_schierstein



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 sowie Feuerwehrgaragehaus
➔ 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. Buhecke 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

