

# Veranstaltungen und Kurse

Ulmer Volkshochschule  
Wir sind Bildung

## Einzelveranstaltungen

### November

<b>04.</b> Dienstag	<b>Literarische Mittagspause</b> <b>Petra Harakaidis-Rohwer</b> 12 Uhr, Eintritt frei Blaustein   25H1504052
<b>05.</b> Mittwoch	<b>Balanceakt Kita – zwischen Anspruch, Realität und Vision</b> Podiumsdiskussion 18 Uhr, Eintritt frei EinsteinHaus   25H0108117
<b>06.</b> Donnerstag	<b>Wasserstoff: Energieträger der Zukunft</b> 19 Uhr, Eintritt frei EinsteinHaus   25H0108118
<b>09.</b> Sonntag	<b>Stolperfallen und Irrtümer im Erbrecht</b> Sebastian Haug und David Rechsteiner 18 Uhr, Gebühr 5,00 € Langenau   25H1508082 Anmeldung erforderlich
<b>11.</b> Dienstag	<b>Lesung und Gespräch mit Katharina Bendixen</b> 19:30 Uhr, Eintritt 15,00 €/10,00 € EinsteinHaus   25H0101413
<b>13.</b> Donnerstag	<b>»Opa du hast es doch gewusst!«</b> Lesung und Gespräch mit Achim Bubenzer 20 Uhr, Eintritt 15,00 €/10,00 € Langenau   25H1508012
<b>14.</b> Freitag	<b>»Die geteilte Schuld«</b> Lesung mit Yvonne Zitzmann 17 Uhr, Eintritt 15,00 €/10,00 € Langenau   25H1508014
<b>15.</b> Samstag	<b>Neuronengewitter. Mein Kind, seine ADHS und was uns gerettet hat. Lesung und Diskussion</b> Ursula Frühe 19 Uhr, Eintritt 7,00 €/5,00 € EinsteinHaus   25H0701050
<b>16.</b> Sonntag	<b>Vortrag mit Bildern: Usbekistan – Das leuchtende Herz der Seidenstraße</b> Elsa Schröttle 19 Uhr, Eintritt 6,00 €/4,00 € EinsteinHaus   25H0115036
<b>17.</b> Montag	<b>20. Forum Jugend: Soziale Ungleichheit. Wie erreichen und beteiligen wir marginalisierte Jugendliche in der Stadtgesellschaft</b> 9 Uhr, Eintritt frei EinsteinHaus   25H0109525
<b>18.</b> Dienstag	 <b>»Schlösser, Burgen, Bauern auf der Alb – Geschichte und Geschichten über alte Zeiten«</b> Tine Mehls 19 Uhr, Eintritt frei Neesstetten   25H1509020
<b>19.</b> Mittwoch	<b>Kinder-Hochschule: Von Planeten, Sonnen und schwarzen Löchern – ein Blick durch das Teleskop und darüber hinaus</b> Prof. Dr. Harald Groß und Jürgen Biedermann, Technische Hochschule Ulm Für Kinder zwischen 8 und 12 Jahren, ohne erwachsene Begleitung 10:30 Uhr, Eintritt frei Ulm   25H0390003
<b>20.</b> Donnerstag	<b>Heimat, Kitsch und Tod – Bilder von NS und Holocaust ab den 1960er Jahren</b> Sonja M. Schultz 19 Uhr, Eintritt 8,50 €/5,00 € EinsteinHaus   25H0109532
<b>21.</b> Freitag	<b>Elektromobilität – Gehört elektrischen Antrieben wirklich die Zukunft?</b> Elias Schempf 18 Uhr, Eintritt 7,00 €/5,00 € EinsteinHaus   25H0109603
<b>22.</b> Samstag	<b>Recovery College Ulm / Günzburg</b> Besser Leben mit psychischen Erkrankungen 18 Uhr, Eintritt frei EinsteinHaus   25H0721023
<b>23.</b> Sonntag	<b>Vorsorgevollmacht und Patient*innenverfügung</b> Sabine Gessel 19 Uhr, Gebühr 6,00 € EinsteinHaus   25H0810004
<b>24.</b> Montag	<b>Vernissage der Ausstellung »Galerie der Aufrechten«</b> 18 Uhr, Eintritt frei EinsteinHaus   25H0109538
<b>25.</b> Dienstag	 <b>Bundesweiter Vorlesetag an der vh Ulm</b> Wechselnde Vorleserunden für Kinder und Familien mit bekannten (Neu-)Ulmer Persönlichkeiten ab 15 Uhr, Eintritt frei EinsteinHaus   25H0118034
<b>26.</b> Mittwoch	<b>Ulmer Lyriksommer: So wie es ist, bleibt es nicht</b> Szenische Lesung mit Julia Moßburger und Benedikt Ofner (Flügel) 19:30 Uhr, Eintritt frei EinsteinHaus   25H0118042
<b>27.</b> Donnerstag	<b>Nacht gegen die Einsamkeit – Offener Abend mit Kunst und Musik im Kreativhafen</b> 20 Uhr, Eintritt frei Kreativhafen   25H0101412
<b>28.</b> Freitag	<b>vh Literatur goes Café Schublade</b> <b>Marco Kerler: Briefmeere</b> 19 Uhr, Eintritt 10,00 €/8,00 € Café Schublade   25H0101405

### Dezember

<b>01.</b> Montag	<b>Ambivalenzenerfahrungen: Nationalsozialismus und Holocaust im Spielfilm nach 2000</b> Marcus Stiglegger 19 Uhr, Eintritt 8,50 €/5,00 € EinsteinHaus   25H0109533
<b>02.</b> Dienstag	 <b>Literarische Mittagspause</b> Petra Harakaidis-Rohwer 12 Uhr, Eintritt frei Blaustein   25H1504054
<b>03.</b> Mittwoch	<b>Recovery College Ulm / Günzburg</b> Krisen erkennen – Persönliche Lösungen finden Manfred Lohner, Ramona Hiltensperger 18 Uhr, Eintritt frei EinsteinHaus   25H0721024
<b>04.</b> Donnerstag	<b>»Wenn ich eine Wolke wäre«</b> Lesung mit Volker Weidermann 17 Uhr, Eintritt 15,00 €/10,00 € Langenau   25H1508015
<b>05.</b> Freitag	<b>11.</b> Donnerstag  <b>vh Architektur – Wohnen, Freiraum und gute Nachbarschaft</b> Prof. Dr.-Ing. Lisa Küchel 19 Uhr, Eintritt 8,00 €/6,00 € EinsteinHaus   25H0101304
<b>06.</b> Samstag	<b>13.</b> Samstag <b>Adventsmusik zum Jahresausklang des Richard-Wagner-Verbands Ulm/Neu-Ulm</b> Viola Lachenmann 11 Uhr, Eintritt 20,00 €/10,00 € EinsteinHaus   25H0120196
<b>07.</b> Sonntag	<b>14.</b> Sonntag  <b>Kindertheater »Die Weihnachtsgeschichte«</b> Theater Maren Kaun 15 Uhr, Eintritt 7,00 € Langenau   25H1508028
<b>08.</b> Montag	<b>Stadtgespräch – Labyrinth oder Lösung: Baustellen und Landesgartenschau</b> Ariane Müller und Dr. Christoph Hantel 18 Uhr, Eintritt frei Roxy Ulm   25H0108001
<b>09.</b> Dienstag	<b>17.</b> Mittwoch <b>Recovery College Ulm / Günzburg</b> Zwischen Kontrolle und Kontrollverlust: Einblicke in Essstörungen Iris Zimmermann, Claudia Schulz 18 Uhr, Eintritt frei EinsteinHaus   25H0721025
<b>10.</b> Mittwoch	<b>18.</b> Donnerstag  <b>Märchenabend zu der Rauhnachtszeit</b> Tine Mehls 19 Uhr, Eintritt 15,00 € Anmeldung erforderlich Langenau   25H1508049

### 25 Jahre YZU Das Yogazentrum der vh Ulm



An der Ulmer Volkshochschule gibt es etwas deutschlandweit Einzigartiges: eine eigene Fachabteilung für Aus- und Fortbildungen im Bereich Yoga. Das Yogazentrum Ulm (YZU) wurde bereits vor 25 Jahren gegründet, also zu einer Zeit, in der in Ulm noch kaum eine andere Yogaschule existierte. Seit dem Jahr 2000 vermittelt das YZU mithilfe von renommierten Expert\*innen aus ganz Deutschland tiefes Yogawissen in Theorie und Praxis. Das Herzstück bildet hierbei die knapp dreijährige Ausbildung Yogalehrer\*in, in der neben der Hatha-Yogapraxis Kenntnisse in Anatomie, Medizin, Philosophie, Psychologie, Sanskrit, Methodik und Didaktik des Unterrichtens u. v. m. vermittelt werden. Die fundierte Ausbildung erfüllt die Vorgaben des GKV Spitzenverbands und der Zentrale Prüfstelle Prävention, somit können die Absolvent\*innen ihre Yogakurse als Krankenkassen-geförderte Präventionskurse zertifizieren lassen. Mehr als 250 neue Yogalehrer\*innen wurden bisher am Yogazentrum Ulm ausgebildet. Auch im Bereich Meditation, Yoga Nidra, Yoga Psychologie/Coaching und Yogatherapie gibt es eigene Ausbildungen. Darüber hinaus werden zahlreiche vertiefende Seminare zu unterschiedlichen Themen angeboten. Das Spektrum reicht von indischer Göttermythologie bis hin zu Spiraldynamik und wird von Yogaübenden sowie von bereits ausgebildeten Yogalehrenden genutzt, um Wissen und Erfahrung zu vertiefen. Die Teilnehmer\*innen des Yogazentrums kommen größtenteils aus einem Einzugsgebiet von 100 km um Ulm herum, teilweise reisen sie auch aus der Schweiz und sogar aus Berlin an. Das Yogazentrum Ulm prägt somit maßgeblich die Yogalandschaft und Yogalehre der Region Süddeutschland und weit darüber hinaus.

Beratung:  
Claudia Stern  
Tel. 0731 1530-27 | E-Mail: stern@vh-ulm.de

Weitere Informationen unter:  
[www.vh-ulm.de/vh-programm/akademien/yogazentrum](http://www.vh-ulm.de/vh-programm/akademien/yogazentrum)

Jetzt schon an Weihnachten denken!

### Geschenkgutschein der vh Ulm



Verschenken Sie Zeit, Freude und Wissen – mit unserem vh-Gutschein. Sie können die Gutscheine bei uns im EinsteinHaus an der Anmeldung erwerben. Der Betrag ist frei wählbar. Die Gutscheine können für alle Kurse und Veranstaltungen angewendet werden.

**Viel Freude beim Schenken und eine entspannte Vorweihnachtszeit.**

### Besuchen Sie uns auf



[www.vh-ulm.de](http://www.vh-ulm.de)

### Abonnieren Sie unseren Newsletter unter



[www.vh-ulm.de/aktuelles/newsletter/newsletter-an-/abmelden](http://www.vh-ulm.de/aktuelles/newsletter/newsletter-an-/abmelden)

### Folgen Sie uns auf:



### Hinweis

Im Veranstaltungsbetrieb kann es immer wieder zu kurzfristigen Absagen und Verschiebungen kommen. Alle Programmänderungen finden Sie auf unserer Website [www.vh-ulm.de](http://www.vh-ulm.de).

Dort erhalten Sie auch detaillierte Informationen zum Kurs oder der Veranstaltung, in dem Sie die **Kursnummer** im Kurs-Finder eingeben.

**Gebührenermäßigung**  
Die vh gewährt Bestimmung Personen-Gruppen eine Ermäßigung.

**Sie erreichen uns persönlich vor Ort oder telefonisch zu nachstehenden Öffnungszeiten.**

**Öffnungszeiten der Geschäftsstelle Ulm:**  
Montag bis Mittwoch, Freitag: 9 - 13 Uhr  
Montag bis Donnerstag: 14 - 17 Uhr  
Donnerstagvormittag geschlossen





Herbst-/Winterzeit. Mit unserem Flyer »Veranstaltungen und Kurse« möchten wir Ihnen Lust machen auf unser abwechslungsreiches Programm im November und Dezember und Sie ganz herzlich zu uns einladen.

Wir haben Ihnen auch wieder eine kleine Auswahl an Kursen aus den verschiedenen Fachbereichen zusammengestellt. Haben Sie Ihren »Lieblings-Kurs« für die Herbst- und Wintermonate schon entdeckt? Viele weitere Kurse finden Sie auf unserer Website [www.vh-ulm.de](http://www.vh-ulm.de)

Bis bald in Ihrer vh Ulm.

# Ausgewählte Kursangebote aus den Fachbereichen

## Gesundheit

### Hatha-Yoga am Abend

Ivana Giusto  
6-mal, ab 6. November, 18:30 bis 19:45 Uhr  
Kontiki, **25H1065325** | Gebühr 62,00 €

### Yogaseminar: Yoga Flow & Yoga Dance

Beate Cuson  
1 Wochenende, ab 7. November 2025,  
15:30 bis 18:30 Uhr  
EinsteinHaus, **25H1028815** | Gebühr 300,00 €

### Yoga-Workshop: Yama und Nyama

Michael Prochno,  
Freitag, 14. November, 15 bis 19 Uhr  
EinsteinHaus, **25H1028819** | Gebühr 59,00 €

### Aufatmen – Entspannen – Kraft schöpfen

Helga Gutbrod  
8-mal, ab 19. November, 18:30 bis 20 Uhr  
Ulm, **25H0400071** | Gebühr 102,00 €

### Mantras singen

Katja Böhm,  
Freitag, 21. November, 20 bis 22 Uhr  
EinsteinHaus, **25H1020522** | Gebühr 15,00 €

### Einführung in Yoga Nidra – eine uralte Entspannungstechnik

Bettina Vogt  
Samstag, 22. November, 9:30 bis 13 Uhr  
EinsteinHaus, **25H1023454** | Gebühr 52,00 €

### Online-Workshop: Kleinunternehmer-Regelungen & Rentenversicherungspflicht

Evelyn Schneider,  
Samstag, 22. November, 14 bis 18 Uhr  
Online, **25H1015211** | Gebühr 59,00 €

### Online-Kurs: In Balance mit Hatha-Yoga

Magdalena Neuraüter  
8-mal, ab 3. Dezember, 16:30 bis 17:45 Uhr  
Online, **25H1065421** | Gebühr 83,00 €

### Autogenes Training – Vertiefende Entspannungsübungen

Eva Birkenberger  
8-mal, ab 3. Dezember, 19:30 bis 21 Uhr  
EinsteinHaus, **25H1055005** | Gebühr 100,00 €

### Entspannungsinsel im Alltag – Zeit für mich

Alexandra Trustaedt  
9-mal, ab 4. Dezember, 19:30 bis 21 Uhr  
EinsteinHaus, **25H1055016** | Gebühr 112,00 €

### Die Kraft und Magie der Stille

Bettina Vogt, Yogalehrerin  
Sonntag, 7. Dezember, 9:30 bis 13 Uhr  
EinsteinHaus, **25H1023456** | Gebühr 52,00 €



Wir aktualisieren laufend unsere Angebote. Diese finden Sie auf unserer Webseite unter: [www.vh-ulm.de/vh-programm/themen-bereiche/gesundheit](http://www.vh-ulm.de/vh-programm/themen-bereiche/gesundheit)

## Berufliche Bildung

### Künstliche Intelligenz: ChatGPT und andere Chatbots verstehen und nutzen

Dr. Ralf Hinz  
2-mal, ab 5. November, 18 bis 21 Uhr  
4-10 Teilnehmer/innen  
EinsteinHaus, **25H1327004** | Gebühr 65,00 €

### Finanzbuchführung Grundlagen (1)

Cornelia Weibert  
10-mal, ab 7. November, 17:30 bis 21 Uhr  
EinsteinHaus, **25H1401101** | Gebühr 390,00 €

### Grundlagenseminar Börse: Investition in Aktien und Unternehmensanleihen

Stefan Raab  
5-mal, ab 11. November, 18 bis 20 Uhr  
EinsteinHaus, **25H0805009** | Gebühr 115,00 €

### AutoCAD 2023 – Grundkurs

Georg Ostermann  
5-mal, ab 11. November, 18:30 bis 21:30 Uhr  
EinsteinHaus, **25H1316301** | Gebühr 195,00 €

### MS-Office im Büro – Kompakt in drei Tagen

Hubert Rommel  
3-mal, ab 14. November, 9 bis 16 Uhr  
EinsteinHaus, **25H1309103** | Gebühr 195,00 €

### Fit fürs Büro mit Word, Excel und PowerPoint – Starke Partner am Arbeitsplatz (Office 2021)

Boris Mergenthaler  
10-mal, ab 19. November, 8:45 bis 11:45 Uhr  
EinsteinHaus, **25H1309202** | Gebühr 299,00 €

### Ausbildung zum »Zertifizierten Agilen Veränderungscoach« – Das Miteinander aktiv gestalten

Karin Probst, Alexander König  
5 Wochenenden, ab Freitag, 21. November, 17 bis 20 Uhr  
Dreigiebelhaus, **25H1421001** | Gebühr 1950,00 €

### Souverän am Telefon: Schwierige Gespräche empathisch und professionell meistern

Ulrike Sigel  
1 Tagesseminar, ab 28. November, 9 bis 16 Uhr  
EinsteinHaus, **25H1404001** | Gebühr 65,00 €

### Online-Kurs: SAP®S4/HANA – Grundlagen Navigation

1 Wochenende, ab 5. Dezember, 13 bis 18 Uhr  
Online, **25H1403202** | Gebühr 315,00 €

### KI zur Programmierung nutzen

Robert Meggle  
1 Tagesseminar, ab 6. Dezember, 9 bis 16 Uhr  
EinsteinHaus, **25H1325005** | Gebühr 69,00 €



Wir aktualisieren laufend unsere Angebote. Diese finden Sie auf unserer Webseite unter: [www.vh-ulm.de/beruf-karriere](http://www.vh-ulm.de/beruf-karriere)

## Kultur & Gestalten

### Gelli Print – Pflanzendruck im Herbst

Nhu Alexandra Dinh  
Freitag, 7. November, 16 bis 19 Uhr  
Ulm, **25H0612709** | Gebühr 34,00 €

### Nachtfotografie – Malen mit Licht

Erich Püschel  
4-mal, ab 11. November, 20 bis 21:30 Uhr  
EinsteinHaus, **25H0903040** | Gebühr 85,00 €

### Afrikanische Völkertänze

Leo Kouemou  
Paul Ganzentmiller,  
15. November, 14 bis 17 Uhr  
vh Tanzstudio, **25H0930219** | Gebühr 28,00 €

### Anatolische & orientalische Rhythmen auf allen Percussion-Instrumenten

Onur Kirmaz  
Samstag, 15. November, 14 bis 19 Uhr  
EinsteinHaus, **25H0940402** | Gebühr 43,00 €

### Schreib-Hafen – Entdeck das Glück des kreativen Schreibens

Claudia Schoepl  
Samstag, 15. November, 14 bis 17 Uhr  
Kreativhafen, **25H0910049** | Gebühr 23,00 €

### Kreativwerkstatt: zum Magazin »Familie=?«

Florian L. Arnold  
5-mal, ab 17. November, 19:30 bis 21:30 Uhr  
Kreativhafen, **25H0950317** | Gebühr 119,00 €

### Tee-Zeremonie (Sado)

Seikei Sachiko Oishi-Hess  
3-mal, ab 18. November, 18:30 bis 21:30 Uhr  
Neu-Ulm, **25H0825184** | Gebühr 70,00 €

### Meditatives Zeichnen »Die Zentangle®-Methode«

Andel Konrad  
Samstag, 22. November, 13 bis 18 Uhr  
Dreigiebelhaus, **25H0950311** | Gebühr 42,00 €

### Aquarellmalen – ganz grafisch, Farbe und Tusche

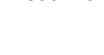
Anna Eschenko  
7-mal, ab 1. Dezember, 19 bis 21 Uhr  
Dreigiebelhaus, **25H0950611** | Gebühr 109,00 €

### Schmuckherstellung mit Polymer Clay (FIMO®)

Nhu Alexandra Dinh  
Freitag, 5. Dezember, 17 bis 20:45 Uhr  
Ulm, **25H0960718** | Gebühr 34,00 €

### Specksteinwerkstatt im Advent

Gül Uysal  
Samstag, 6. Dezember, 10 bis 14 Uhr  
Kreativhafen, **25H0960336** | Gebühr 44,00 €



Wir aktualisieren laufend unsere Angebote. Diese finden Sie auf unserer Webseite unter: [www.vh-ulm.de/kultur-gestalten](http://www.vh-ulm.de/kultur-gestalten)

## vh im Alb-Donau-Kreis

### Alb-Donau-Kreis Nord

#### Aromatherapie

Vortrag von Angelika Miller  
Donnerstag, 6. November, 19 bis 20:30 Uhr  
Beimerstetten, **25H1502010** | Gebühr 15,00 €

#### Energie tanken im Alltag – mit Ayurveda klarer, fitter und gelassener durch den Tag

Susanne Patzt  
Freitag, 7. November, 19 bis 20:30 Uhr  
Langenau, **25H1508306** | Gebühr 15,00 €

#### »Bewegte Landschaft« – Acrylmalkurs

Paul Ganzentmiller  
1 Wochenende, ab 8. November, 14 bis 18 Uhr  
Langenau, **25H1508110** | Gebühr 59,00 €

#### Klatschen, stampfen, schnipsen – Workshop Bodypercussion

Gerda Rieder  
Sonntag, 9. November, 15 bis 16:45 Uhr  
Langenau, **25H1508230** | Gebühr 25,00 €

#### Die Kunst des Schminkens

Karin Kammerer  
Donnerstag, 13. November, 9 bis 12 Uhr  
Langenau, **25H1508343** | Gebühr 32,00 €

#### Lach dich glücklich: Workshop für mehr Lebensfreude

Laura Hornung  
Samstag, 15. November, 14 bis 15:30 Uhr  
Langenau, **25H1508505** | Gebühr 15,00 €

#### Yoga-Workshop: Kandala – Hormon-Yoga

Alena Pala  
Sonntag, 23. November, 17 bis 20 Uhr  
Langenau, **25H1508507** | Gebühr 30,00 €

#### Käsespezialitäten aus Savoyen – warme und kalte Käsespezialitäten

Susanne Backes  
Freitag, 28. November, 18 bis 20:30 Uhr  
Langenau, **25H1508366** | Gebühr 20,00 €

#### »Wassertropfen« – Acrylmalkurs

Paul Ganzentmiller  
1 Wochenende, ab 29. November, 14 bis 18 Uhr  
Langenau, **25H1508112** | Gebühr 59,00 €

#### Den Jahreswechsel bewusst erleben – Die Rauhnachtszeit

Tine Mehls  
Dienstag, 2. Dezember, 19 bis 20:30 Uhr  
Langenau, **25H1508305** | Gebühr 15,00 €

#### Thema Patchwork – Utensilo, Schlüsselband und Kosmetiktäschchen

Petra Engel  
Freitag, 12. Dezember, 18 bis 22 Uhr  
Langenau, **25H1508142** | Gebühr 32,00 €

### Alb-Donau-Kreis Süd

#### Zeit für Dich: Mit Pferden Wohlbefinden und Entspannung stärken

Elisa Schreiber  
Montag, 3. November, 17 bis 19:30 Uhr  
Untermarchtal, **25H1505306** | Gebühr 60,00 €

#### Qi Gong – Energie in Bewegung bringen

Iris Marx  
6-mal, ab 6. November, 18:30 bis 19:30 Uhr  
Hüttisheim, **25H1506340** | Gebühr 48,00 €

#### DIY Geschenke

Tanja Graf  
Dienstag, 18. November, 18:30 bis 21 Uhr  
Erbach, **25H1505148** | Gebühr 20,00 €

#### Konflikte erkennen und lösen

Siegfried Ungewitter  
Mittwoch, 19. November, 18 bis 20 Uhr  
Unterkirchberg, **25H1507138** | Gebühr 15,00 €

#### Räuchern mit heimischen Kräutern

Tanja Graf  
Donnerstag, 20. November, 18:30 bis 21 Uhr  
Oberkirchberg, **25H1507153** | Gebühr 20,00 €

#### Kochkurs: Workshop Fermentation Part II

Nelli Befus-Volkenstern  
Dienstag, 25. November, 16 bis 19 Uhr  
Blaustein, **25H1504540** | Gebühr 38,00 €

#### Einführung in die bewusste Autosuggestion nach Emile Coué (1857-1926)

Siegfried Ungewitter  
Mittwoch, 26. November, 18 bis 20 Uhr  
Hüttisheim, **25H1506135** | Gebühr 17,00 €

#### Online-Kurs: Aquarell – Kreative Techniken

Paul Ganzentmiller  
3-mal, ab 26. November, 18:30 bis 20 Uhr  
Online, **25H1511226** | Gebühr 36,00 €

#### Geschichten zu den Rauhnächten im Schloss

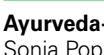
Tine Mehls,  
Donnerstag, 27. November, 18:30 bis 20 Uhr  
Blaustein, **25H1504026** | Gebühr 20,00 €

#### Kochkurs: Asiatische Küche mit Pekingsuppe, Frühlingsrollen, knusprige Ente

Pakwipa Strahl  
Freitag, 28. November, 17:45 bis 21:45 Uhr  
(einschl. Lebensmittellkosten 20,00 €  
6-12 Teilnehmer/innen  
Erbach, **25H1505551** | Gebühr 57,00 €

#### Ayurveda-Kochkurs – Fit in den Winter

Sonja Popp  
Samstag, 6. Dezember, 10 bis 14 Uhr  
Erbach, **25H1505522** | Gebühr 60,00 €



Wir aktualisieren laufend unsere Angebote. Diese finden Sie auf unserer Webseite unter: [www.vh-ulm.de/albdonaukreis](http://www.vh-ulm.de/albdonaukreis)

## Gesellschaft und Umwelt

### Grundbildung Eselsberg – Besser Lesen und Schreiben

Susanne Schöllkopf  
3. November, 14 bis 15:30 Uhr  
Ulm, **25HGB40007** | gebührenfrei

### Grundbildung – Besser Lesen und Schreiben

Hilde Lengdobler  
4. November, 9 bis 10:30 Uhr  
EinsteinHaus, **25HGB00007** | gebührenfrei

### Grundbildung Böfingen – Besser Lesen und Schreiben

Eva Bülow  
6. November, 17:30 bis 19 Uhr  
Ulm, **25HGB10007** | gebührenfrei

### Meine Bestattung im Schuhkarton

Lea Scheurer  
5-mal, ab 6. November, 18:30 bis 20:30 Uhr  
Dreigiebelhaus, **25H0810009** | Gebühr 125,00 €

### vh inklusiv: Englisch – Lets have fun and learn English together

Barbara Sautter  
4-mal, ab 7. November, 18 bis 20 Uhr  
EinsteinHaus, **25H0704048** | Gebühr 45,00 €

### Workshop: Mit meinen Stärken souverän auftreten und überzeugen

Kerstin Kuner  
Samstag, 15. November, 10 bis 17 Uhr  
EinsteinHaus, **25H0701017** | Gebühr 15,00 €

### »Konstruktiv statt konfrontativ«

Anna Baumeister  
Freitag, 21. November, 9 bis 16 Uhr  
EinsteinHaus, **25H1422315** | Gebühr 90,00 €

### Gute Entscheidungen treffen: Systemisches Konsensieren

Adelheid Schmidt  
Samstag, 22. November, 9 bis 16:30 Uhr  
EinsteinHaus, **25H0718030** | Gebühr 99,00 €

### Coaching für einen überzeugenden Auftritt

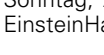
Traute Surborg-Kunstleben  
1 Wochenende, ab 28. November, 18 bis 21 Uhr  
EinsteinHaus, **25H0718022** | Gebühr 144,00 €

### Mein Smartphone und die Apps

Siegfried Ungewitter  
Samstag, 29. November, 14 bis 16 Uhr  
EinsteinHaus, **25H0704175** | Gebühr 15,00 €

### Die Kraft der Stimme

Traute Surborg-Kunstleben,  
Sonntag, 7. Dezember, 9:30 bis 16 Uhr  
EinsteinHaus, **25H0718024** | Gebühr 108,00 €



Wir aktualisieren laufend unsere Angebote. Diese finden Sie auf unserer Webseite unter: [www.vh-ulm.de/gesellschaft-umwelt](http://www.vh-ulm.de/gesellschaft-umwelt)

## Sprachen

### Online-Kurs: Georgisch A1

Für Teilnehmer\*innen ohne Vorkenntnisse  
Pikria Tchanturia  
10-mal, ab 3. November, 19 bis 20:30 Uhr  
Online, **25H1153001** | Gebühr 149,00 €

### Italienisch A1

Für Teilnehmer\*innen ohne Vorkenntnisse  
Diletta Del Prete  
12-mal, ab 4. November, 10:15 bis 11:45 Uhr  
Dreigiebelhaus, **25H1154005** | Gebühr 17700 €

### Online-Kurs: Hindi A1

Für Teilnehmer\*innen ohne Vorkenntnisse  
Sneha Lata Singh  
10-mal, ab 5. November, 18:30 bis 20 Uhr  
Online, **25H1152000** | Gebühr 149,00 €

### Online-Kurs: Französisch B1 – Parlons culture!

Marion Seizer  
3-mal, ab 6. November, 18 bis 19 Uhr  
Online, **25H1150360** | Gebühr 45,00 €

### Koreanisch A1 für Jugendliche ab 13 Jahren

Min Ha Schmid  
13-mal, ab 7. November, 14:10 bis 15:10 Uhr  
EinsteinHaus, **25H1158003** | Gebühr 128,00 €

### Online-Kurs: Kroatisch für die Reise A1 – Einstieg in Sprache und Kultur

Marina Mirkovic  
6-mal, ab 8. November, 10 bis 12 Uhr  
Online, **25H1184011** | Gebühr 121,00 €

### Englisch A2/B1

Survival English for Travel  
Elsa Schröttle  
2 Wochenenden, ab 14. November, 14 bis 18 Uhr  
Dreigiebelhaus, **25H1148227** | Gebühr 191,00 €

### Online-Themenabend: Italienisch B2-C1

Sicilia tra la cultura greca, araba e normanna  
Marica Ottavia Rizzo Polster  
Freitag, 14. November, 17 bis 18 Uhr  
Online, **25H1154513** | Gebühr 15,00 €

### Englisch A1

Für Teilnehmer\*innen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen  
Yulia Filalo  
10-mal, ab 19. November, 18:30 bis 20 Uhr  
Dreigiebelhaus, **25H1148090** | Gebühr 149,00 €

### Online-Kurs: Ungarisch zum Kennenlernen A1

Edina Szentmihályi  
4-mal, ab 8. Dezember, 19:30 bis 21 Uhr  
Online, **25H1196071** | Gebühr 65,00 €

