

Sommersemester 2026

Selber denken



an der **vhulm**



Liebe FA-Frauen,

»Selber denken« – das Oberthema fanden wir so gut, dass wir es auch für das nächste Semester gewählt haben. Es kann ja auch nicht schaden weiterhin selber zu denken und unser Kursangebot darf euch genau dazu anregen.

Warum wir unser Hirn nutzen sollten, hat im übrigen auch ganz praktische Gründe: in der Süddeutschen Zeitung vom 29./30. November habe ich in der Kolumne »Deutscher Alltag« gelesen »Wenn man das Denkorgan nicht nutzt, verkümmert es«. Dass können wir unmöglich wollen!

Deshalb freue ich mich über unser vielfältiges und abwechslungsreiches Sommerprogramm. Dabei sind die Themen so aktuell und vielfältig wie eh und je: politisch geht es u.a. um die Konstruktion von Feindbildern, den Vergleich regel- und wertebasierter politischer Systeme mit autokratischen Systemen; es geht um digitalen Imperialismus und neue Formen des Bergbaus (Stichwort: Tiefseebergbau). Die Philosophie beschäftigt sich mit Kant und Platon, in der Literatur feiert Rainer Maria Rilke seinen 150. Geburtstag und Heinrich Heine schwärmt von Paris. In der Naturwissenschaft erfahrt ihr mit einem neuen Dozenten mehr über Astrophysik.

Neben den vielen Kursen für den Kopf, freue ich mich über einige Kreativ-Angebote für die Seele. So könnt ihr neben dem »selber denken« auch noch »selber machen«. Egal ob einmal in der Woche oder intensiv an einem Wochenende malen, zeichnen, töpfern, singen und sogar kochen haben wir im Angebot!

Psychologie und Theologie kommen auch nicht zu kurz. Ob weibliche Archetypen oder Wege zur Akzeptanz, feministische Bibelgespräche oder schlicht die Auseinandersetzung mit dem »Selber denken«. Das Thema »Wasser« wird – durch Zufall – in einigen Kursen von mehreren Seiten beleuchtet und durch eine Exkursion zum »stillen Bach« ergänzt.

Apropos Exkursionen: Dieses Semester könnt ihr zum Stadtspaziergang nach Stuttgart, zur Weinprobe ins Remstal, zum Meteoritenkrater nach Nördlingen, zum Schaetzlerpalais nach Augsburg, ins Humpisquartier nach Ravensburg oder doch zum »Stillen Bach« nach Weingarten.

Theater und Museumsführungen sowie ein Autorinnengespräch zum internationalen Frauentag und unsere Konzertlesung mit Weltmusik von Sirius runden das Programm ab.

Ich wünsche euch nun viel Freude beim Stöbern und bei der Auswahl eurer Kurse!

Kirsten Treiter

Politik

Thema: Die Mitleidsindustrie – ein Blick hinter die Kulissen internationaler Hilfsorganisationen

Kurs-Nr.: 26F 0401101
montags 09:00 bis 10:30 Uhr (13-mal)
Beginn: 02.03.2026
Gebühr: EUR 104,00

Dozent: Lothar Heusohn

»Fröhliches Kinderlachen. Mit einer Patenschaft nehmen Sie einem Kind schwere Lasten von seinen Schultern. Befreien Sie ein Kind von seinen Sorgen und schenken Sie ihm ein fröhliches Kinderlachen.« Unter dem Motto »Wir verändern Kinderleben« wirbt die Hilfsorganisation ora international mit diesen Worten für die Übernahme von Patenschaften. Und wer möchte nicht »mit nur 0,82 € pro Tag viel bewegen«? Wer möchte nicht mit dafür sorgen, dass ein Kind von »seinen Sorgen befreit« wird und die Möglichkeit erhält, »frohen Mutes vorauszuschauen«? ora international ist jedoch nur ein Beispiel von vielen. 381.000 Ergebnisse in 0,5 Sekunden zeigt allein die Google-Suche nach »Patenkindern«. Keine Frage: Die »Mitleidsindustrie« blüht.

Auch Bilder der Not sind ein Appell zu helfen. Wenn Katastrophen eintreten, stehen sofort unzählige von Hilfsorganisationen bereit, um die Betroffenen zu versorgen. Dabei werden oft vielfältige Interessen und Zwänge wirksam: Finanzielle, politische, wirtschaftliche und geostrategische.

Es ist also höchste Zeit, einen Blick hinter die Fassade der »humanitären Intervention« und der Mitleidsproduktion zu werfen.

Theologie

Thema: Feministische Bibelgespräche

Kurs-Nr.: 26F 0401102
montags 09:00 bis 10:30 Uhr (13-mal)
Beginn: 02.03.2026
Gebühr: EUR 104,00

Dozentin: Susanne Schöllkopf

Bibel und »selber denken« – passt das überhaupt zusammen? Bibel und Feminismus, ernsthaft? Auf jeden Fall!

Zwei renommierte Theologieprofessorinnen, Luzia Sutter Rehmann und Ulrike Metternich haben dazu einen Podcast entwickelt. Sie ordnen dort mit sozialgeschichtlich, historisch und feministisch geschultem Blick biblische Frauengestalten neu ein.

Sie hinterfragen tradierte Lesarten und interpretieren die biblischen Geschichten um diese Frauen ungewohnt und inspirierend. Sie öffnen den Blick auf selber denkende Frauen, z.B. mit den Podcast-Titeln:

- Pharisäer:innen
- Nächstenliebe auf dem Prüfstand
- Die Frau mit den Blutungen
- Maria Magdalena ohne Klischee
- Gemeindeleiterin Junia, Übersetzungsfehler: Frauen vernetzen sich
- Standhafte Rahel
- Frieden, um Himmels willen!
- Fromm und politisch: Maria

Der Kurs startet mit den neuesten Podcastfolgen. Sie werden ergänzt durch die spannendsten und aufschlussreichsten Folgen, die 2025 erschienen sind. Um die einzelnen Textstellen besser verstehen zu können, werden in jeder Einheit grundlegende Informationen zur Bibel allgemein auf wissenschaftlicher Basis gegeben. »Selber denken« (Semesterthema) bedarf auch im Umgang mit biblischen Texten und theologischen Topoi Faktenwissen. Jeder Doppelstunde liegt eine Podcastfolge zugrunde. Sie soll angehört und per Transkript nachgelesen werden. Im Gespräch miteinander können die neuen Perspektiven diskutiert und »selber denkend« angeeignet werden.

Neue Teilnehmerinnen sind herzlich willkommen.

Wirtschaft

Thema: Wirtschaft im Detail

Kurs-Nr.: 26F 0401103
montags 09:00 bis 10:30 Uhr (13-mal)
Beginn: 02.03.2026
Gebühr: EUR 104,00

Dozentin: Ulrike Donnert

Gut verständlich, mit praktischen Beispielen und anhand aktueller Diskussionen werden tiefere Einblicke in den folgenden Bereichen der Wirtschaft besprochen:

- Finanzwirtschaft
Aufgaben und Funktionen von Banken und Börsen
Wie funktionieren Wertpapiere, Aktien, ETFs und Kryptowährungen?
- Außenhandel
Was beinhalten internationale Handelsabkommen?
Warum gibt es Import- und Exportbeschränkungen wie Zölle?
- Umwelt/Energie
Ist alles »Grüne« teuer?
Preisfindung in der Energiebranche
Kosten des Klimawandels

Neben Fakten, Prognosen und Erklärungen bietet der Kurs Platz für Diskussionen.

Ulrike Donnert ist Diplom-Betriebswirtin (BA). Sie war von der Assistenz der Geschäftsleitung bis zur Betriebsleitung in verschiedenen Unternehmen tätig. Unter anderem bei Nanz KG, Sanacorp eG, Aareal Bank und beim Drogeriedienst. 2024 traf sie die Entscheidung, sich nur noch mit Schöнем zu umgeben und ist seitdem in der Kunsthalle Weishaupt tätig.

Literatur

Thema: Grundkurs Teil 2: Spaziergänge durch die Welt der Literatur

Kurs-Nr.: 26F 0401104
montags 09:00 bis 10:30 Uhr (13-mal)
Beginn: 02.03.2026
Gebühr: EUR 104,00

Dozent: Robert Ziller

Die Literatur ist ein buntes und faszinierendes Feld: von zeitlosen Klassikern bis hin zu modernen Werken, die uns den Puls der Gegenwart spüren lassen. Doch was verbirgt sich hinter den Texten? Sind es nicht oft mehr als nur schöne Geschichten?

In diesem Semester begeben wir uns weiter auf literarische Spaziergänge – mal in die Tiefen, mal in die Weiten unserer Literatur. Gemeinsam entdecken wir die Vielfalt literarischer Werke, lesen, besprechen und diskutieren kleinere und größere Texte.

Wir werfen einen Blick auf die Hintergründe, die Wirkung und die Bedeutung der Werke. Was macht einen Text besonders? Wie beeinflussen Sprache, Stil und Zeitgeist die Geschichten, die uns bewegen? Und was bedeuten sie für uns heute?

Dieser Kurs richtet sich an alle, die den Grundkurs Teil 1 besucht haben. Aber auch alle Frauen, die sich für Literatur begeistern und Freude daran haben, Texte gemeinsam zu entdecken, zu interpretieren und sich auszutauschen, sind eingeladen.

Naturwissenschaften

Thema: Physik ohne Formeln

Kurs-Nr.: 26F 0401105
montags 09:00 bis 10:30 Uhr (6-mal)
Termine: 02.03./09.03./16.03./23.03./13.04./20.04.
Gebühr: EUR 52,00

Dozent: Klaus Rohwer

Warum soll ich mich für Physik interessieren? Physik beeinflusst nahezu alles, was um uns herum geschieht.

Warum fallen Dinge auf der Erde nach unten, wo doch im Weltraum Schwerelosigkeit herrscht?

Glas ist doch durchsichtig, warum sieht man dann ein Trinkglas trotzdem?

Warum fällt ein*e Fahrradfahrer*in viel leichter um, wenn er/sie steht, als wenn er/sie fährt? Warum wird es warm, wenn die Sonne scheint und kalt, wenn sie es nicht tut?

Was ist der Unterschied zwischen »elektrisch« und »elektronisch«?

Was macht eigentlich ein Physiker den ganzen Tag, wenn er arbeitet?

Das sind alles Fragen, die man sich – oder besser: dem Dozenten – stellen kann.

In diesem Kurs möchte ich einen Überblick über physikalische Vorgänge und Gesetze geben, die unser Leben täglich beeinflussen. Auf Rechnungen und Formeln wollen wir weitestgehend verzichten.

Kunstgeschichte

Thema: »Kunst und Leben« – Engagierte Kunst von Künstlerinnen der Gegenwart

Kurs-Nr.: 26F 0401106
montags 11:00 bis 12:30 Uhr (13-mal)
Beginn: 02.03.2026
Gebühr: EUR 104,00

Dozentin: Solveig Senft

Konzept-Kunst und Performance, Fotografie, Installation, Environment, Videos, Flashmob:
Provokativ und direkt, verführerisch und abscheulich, schrill oder poetisch, sinnlich, kritisch,
schockierend, ergreifend ...



Angeschaut, untersucht und diskutiert werden u.a. Arbeiten von Cindy Sherman, Rineke Dijkstra, Valie Export, Louise Bourgeois, Marina Abramović, Yoko Ono, Pipilotti Rist, Annegret Soltau, Jenny Holzer und von den Guerrilla Girls.

Ihr erfahrt auch einiges über die kunstgeschichtlichen Hintergründe der Erweiterung des Kunstbegriffs seit dem letzten Jahrhundert und die Beweggründe der avantgardistischen Künstlerinnen. Und vielleicht inspirieren uns die Vorbilder zu eigenen kreativen Aktionen ...

»Performance becomes life – and life becomes art«
Marina Abramović

Philosophie

Thema: Platon: »Phaidon«

Kurs-Nr.: 26F 0401107
montags 11:00 bis 12:30 Uhr (13-mal)
Beginn: 02.03.2026
Gebühr: EUR 104,00

Dozentin: Dr. Helene Lorenz-Baier

Der Text ist über 2000 Jahre jung.

»Wiedererinnerung« ist darin eines der Argumente des Sokrates, zum Beweis der Unsterblichkeit der Seele. Das Drumherum ist sehr speziell, Sokrates muss an diesem Tag den Schierlingsbecher trinken. Xanthippe bricht zusammen.

Was der große Philosoph Sokrates dazu zu sagen weiß und wie er es sagt, das führt, so bemerkt Friedrich Nietzsche im 19. Jahrhundert bewundernd, zum Tod des mythischen Denkens.

Denn: Sokrates klares wissenschaftliches Argumentieren gegen die Todesangst weist auf die kommenden Jahrhunderte der Rationalität, Argumentation und wissenschaftlichen Wahrheitsfindung.

Nebenbei tröstet es auch noch.

Thema: **Sucht – ihre versteckten Trigger und das unmerkliche Abrutschen in die Abhängigkeit** – über die Neurobiologie der Sucht und ihrem Zusammenspiel mit dem Zwang zum Konsum als Befriedigungsersatz

Kurs-Nr.: 26F 0401108
montags 11:00 bis 12:30 Uhr (13-mal)
Beginn: 02.03.2026
Gebühr: EUR 104,00

Dozent: **Dr. Volker Herrlinger-Mebus**

Es fängt harmlos an: ein kleiner Genuss/ Kick, ein bisschen Spaß gegen die Alltagsanöde, Einsamkeit oder die Angst. Ein bisschen »Hightime«. Das tut gut! Man gönnt es sich wieder, ... und wieder ... Durch Mismatch zwischen einem evolutionär auf Überleben im Umfeld von Mangel/Instabilität ausgerichteten Belohnungssystem (kalorienreiche Nahrung, Reproduktion, soziale Kooperation, Lernen als Überlebenswissen) und einer Welt des Überflusses, die durch mühelose Verfügbarkeit (hyperkalorische Nahrung, Entertainment, Drogen, Sex) und massive Super-Stimuli (Black Friday) geprägt ist, erfährt das Belohnungssystem permanenten Overload.

Diese Überflutung favorisiert Ersatzbefriedigung als Befriedigungsersatz zu Lasten mühevollerer langfristigerer Ziele (soziale Beziehungen, Gesundheit, Lebensgestaltung), schwächt Impulskontrolle/ Entscheidungsfindung, überaktiviert das Belohnungssystem und erhöht exponential die Wahrscheinlichkeit von Suchtentwicklung. Das Seminar erklärt die Neurobiologie der Sucht als komplexes Zusammenwirken von Mesolimbischem System (Belohnungssystem), präfrontalem Kortex, Gedächtnis- und Stress-System und zeigt, wie Sucht eine Neuausrichtung generiert, die das Herbeiführen des Kicks, das Erlangen der Suchtsubstanz zur absoluten Priorität machen (Craving).

Durch die veränderte Gehirnbiochemie ist die verminderte Willenskraft kein hinreichender Gegenspieler (Sucht ist keine Willensschwäche). Aber Ausstieg und Regeneration sind möglich (Rückbildung der Neurotransmitterdysregulation wie funktioneller Beeinträchtigungen). Neben verhaltenstherapeutischen Maßnahmen wird die repetitive transkranielle Magnetstimulation erläutert und gezeigt, warum nur ca. 20 Prozent der Suchtsubstanzen-Konsumenten süchtig werden (biopsychosoziale Modellierung).

Um die Resilienz zu stärken, werden von Marketingstrategen im Alltag verminte Sucht-Trigger erörtert, angesichts derer sich staatliche Suchtprävention als Hypokrisie erweist (allein 2022 6,2 Mrd. € Einnahmen aus Glücksspiel bei 1,4 Mio Süchtigen und 3,5 Mio. Gefährdeten)!

Literatur

Thema: Vertiefung Teil 4: Spaziergänge durch die Welt der Literatur

Kurs-Nr.: 26F 0401109
montags 11:00 bis 12:30 Uhr (13-mal)
Beginn: 02.03.2026
Gebühr: EUR 104,00

Dozent: Robert Ziller

Die Literatur ist ein buntes und faszinierendes Feld: von zeitlosen Klassikern bis hin zu modernen Werken, die uns den Puls der Gegenwart spüren lassen. Doch was verbirgt sich hinter den Texten? Sind es nicht oft mehr als nur schöne Geschichten?

In diesem Semester begeben wir uns weiter auf literarische Spaziergänge – mal in die Tiefen, mal in die Weiten unserer Literatur. Gemeinsam entdecken wir die Vielfalt literarischer Werke, lesen, besprechen und diskutieren kleinere und größere Texte.

Auf der Basis von gemeinsam ausgewählten Werken der Literatur werden wir unsere Diskussionen vom letzten Semester fortsetzen.

Dieser Kurs ist offen für alle interessierten Frauen, aber vor allem möchte ich die Teilnehmerinnen aus den vorangegangenen Kursen ansprechen.

Englisch

Thema: English Literature Course Part 22: Anne Cassidy »Looking for JJ«

Kurs-Nr.: 26F 0401110
montags 11:00 bis 12:30 Uhr (13-mal)
Beginn: 02.03.2026
Gebühr: EUR 104,00

Dozentin: Cornelia Kellerer

Once more a hard topic for our English Course.

Murder – and what is worst – a child is killed by another child.

These catastrophies happen – and we shudder and turn away.

Not so Anne Cassidy, a British teacher . In her novel she tries to find out what in the life of a kid, a girl, could induce her to commit such a horrible crime.

She describes lively and in detail the child-murderer's life after prison (in Great Britain children go to prison when guilty). She describes hopes for a normal life, always shadowed by shame and regret. Does she have a right to feel happy? The press is after her – how can she remain in cover? – Of course there are social workers and therapists to give her assistance. But what these do not know (the girl doesn't tell them): She had been abandoned by her single mother (her Dad is simply non-existing) for hours and days. Also her mother, a former model, tried to sell her for pornographic photos.

So the reader begins to understand that relatives, teachers, authorities, neighbours simply had not wanted to see what the girl suffered , not even when she got aggressive.

A well-written and investigative story in good British English. You are invited to read with us and above all, to discuss. The edition (Diesterweg) has comfortable annotations on the pages.

Bitte besorgt euch das Buch vor Kursbeginn.

SOMMERSEMESTER 2026



Naturwissenschaften

Thema: Mehr zur Naturheilkunde – Fortsetzung und Ergänzung

Kurs-Nr.: 26F 0401111
montags 14:00 bis 15:30 Uhr (4-mal)
Termine: 13.04./20.04./27.04./04.05.
Gebühr: EUR 40,00

Dozentin: Dr. Gabriele Mecklenbrauck

In diesem Kurs erfahrt ihr – wenn ihr im Wintersemester schon dabei wart – mehr über die Naturheilkunde. Er eignet sich gut als Fortsetzung des vergangenen Kurses, aber auch alle, die nicht dabei waren, sind herzlich willkommen und werden viele interessante Informationen erhalten.

Ihr bekommt einen Einblick in weitere naturheilkundliche Heilverfahren, z.B. Pflanzenheilkunde, Dorn-Therapie, etc. mit Demonstrationen und praktischen Anwendungen. Auch eine kurze Einführung in die Homöopathie wird dabei sein.

Freut euch auf vier spannende, abwechslungsreiche und lehrreiche Montagnachmittage!

Thema: Zur Konstruktion von Feindbilder: Eine notwendige Auseinandersetzung in gegenwärtigen Zeiten

Kurs-Nr.: 26F 0401200
mittwochs 09:00 bis 10:30 Uhr (13-mal)
Beginn: 04.03.2026
Gebühr: EUR 104,00

Dozent: Lothar Heusohn

Der deutsche Historiker Gerhard Paul schreibt über die Konstruktion von Angst- und Feindbildern: »Feindbilder sind ein Gemisch von assoziativ miteinander verknüpften, affektiv hoch aufgeladenen Vorstellungen mit negativer Bedeutung, die sich gesellschaftliche Kollektive von Gruppen oder Nationen machen. Diesen Vorstellungen entsprechen klischeehafte, leicht erkennbare, oft mit einem impliziten Handlungsappell versehene Schlagbilder. Hierunter verstehe ich öffentliche Bilder, die in der Regel auf provozierende Polemik angelegt sind und Gefühle von Abwehr und Aggressionen auslösen können.« So zum Beispiel: »Sie sind überall, in Fabriken, Büros, Metzgereien, an den Straßenecken, in privaten Firmen. Und jeder trägt den Keim für den Untergang der Gesellschaft mit sich«. So der US-amerikanische Justizminister Tom Clark Ende der 1940er Jahre über sog. »kommunistischen Schläferzellen«.

Die Benennung von Feindbildern ist kein neues Phänomen. Feindbilder durchziehen die menschliche Geschichte in vielen Epochen und an vielen Orten. Sie konstruieren das »wir«, also die »Guten«, und das »ihr«, das heißt die »Bösen«. Aber: Sie sind kein bloß geschichtliches Phänomen vergangener, »dunkler« Zeiten, sondern begleiten auch gegenwärtige Entwicklungen par excellence. Die Objekte sind austauschbar, die Struktur ist immer gleich: Diffamierung, Ausgrenzung, Hass, Verachtung, Dämonisierung. Gerade jetzt, im Zeitalter der »gesellschaftlichen Kriegstüchtigmachung« und der »kognitiven Kriegsführung«, ist es höchste Zeit, sich damit auseinanderzusetzen und die Absichten dahinter zu erkennen.

Ü6 Philosophie

Thema: Immanuel Kant: »Kritik der reinen Vernunft«

Kurs-Nr.: 26F 0401201
mittwochs 09:00 bis 10:30 Uhr (13-mal)
Beginn: 04.03.2026
Gebühr: EUR 104,00

Dozentin: Dr. Helene Lorenz-Baier

Alle Wissenschaft fragt nach dem Allgemeinen. Die Frage nach der Wahrheit führt Kant zu der Frage nach den allen Menschen gemeinsamen Bedingungen der Möglichkeit von Erfahrung. Er setzt die These, dass alle Menschen in ihrem Bewusstsein dieselben idealen Strukturen besitzen, womit sie die Erscheinungswelt konstituieren. Das bedeutet, dass jedes Subjekt seine Welt hat, was aber wegen der vorausgesetzten Allgemeinheit der individuellen Bedingungen unsere gemeinsame Welt ausmacht – eine Art subjektiver allgemeiner Objektivismus.

Allgemeinheit ist nach Kant eine Vernunftform. Deshalb ist für Kant das Vernunftdenken der Schlüssel zur Bewältigung der Weltprobleme und die einzige Möglichkeit zum »Alle« zu kommen.

Thema: Trans- und Posthumanismus – von einer egalitären Technologievision zur Church of AI, Pronatalistischer Eugenik, White Supremacy und zum Digitalkonzernstaat

Kurs-Nr.: 26F 0401202
mittwochs 09:00 bis 10:30 Uhr (13-mal)
Beginn: 04.03.2026
Gebühr: EUR 104,00

Dozent: Dr. Volker Herrlinger-Mebus

Transhumanismus war anfangs eine egalitäre Bewegung für eine radikal-demokratische technologische Optimierung des Menschen, welche die ungleiche Verteilung des Zugangs dazu als klassenspezifisch problematisierte. Diese Fusion von Technologie und Demokratie ist gescheitert. Spätestens mit Nick Lands Akzelerationismus, der rücksichtslosen technologisch-kapitalistischen Beschleunigung in Richtung Singularität (den Menschen überwindende Fusion von Mensch und Maschine), traten White Supremacy, Rassismus und Eugenik auf den Plan. In Verbindung mit Curtis Yarvins neoreaktionärem Dark Enlighthment und Steve Bannons »Altright« avancierte Technologie vom Problemlösungsmittel zur Erlösung. In Silicon Valley hat sich eine Church of AI instituiert, zahlungskräftige Eltern bestellen sich als Vision »liberaler Eugenik« Eizellen für die beste Version ihres Kindes. Der künftige Mensch soll mittels Eugenik und körperinvasiver Technologie als nach BIG TECH-Gusto manipulierbarer Datensatz programmiert werden. Hinter dem MAGA-Prospekt ziehen Peter Thiel, sein Lobbyist J.D. Vance, E. Musk (Space X/Neuralink), David Sacks (Berater von Musk), alle PayPal, sowie im Risikokapitalbereich Marc Andreessen und Ben Horowitz die Strippen.

Thiel, Antidemokrat, Gründer von PayPal, Palantir kontrolliert mit dem Founders Fund die Finanzierung von Anduril, Space X, Rumble. Er ist zentraler Akteur eines Umbaus des Staates in Richtung privatisierter Souveränität, basierend auf technologischer Infrastruktur und koordinierten finanziellen Operationen. Während Palantir das Datenrückgrat des Autoritarismus bildet, stellt Anduril das autonome Command-System, das IT-Superiorität in automatisierte Militärmacht wandelt. Auch Europa betreibt Outsourcing von Souveränität an die US BIG TECH (Gesundheit, Sicherheit, Rüstung).

Letztlich hängt alles davon ab, ob wir als User-Majorität weiter bereit sind, als Datenquellen antidemokratisch gegen uns selbst zu agieren oder zu Co-Designern demokratischer Technologieentwicklung werden. Deshalb soll auch ein Resilienz-Vademecum gegenüber Programmierung und Manipulation von Wahrnehmung und Emotion erarbeitet werden.

Ü6 Wirtschaft

Thema: Wirtschaft im Überblick – Vom Wochenmarkt zur globalen Wirtschaft
(Wiederholung)

Kurs-Nr.: 26F 0401203
mittwochs 09:00 bis 10:30 Uhr (13-mal)
Beginn: 04.03.2026
Gebühr: EUR 104,00

Dozentin: Ulrike Donnert

Jeder Einzelne von uns ist Teil der Wirtschaft. Einerlei ob Erdbeeren für den privaten Verbrauch oder Rohstoffe für Großunternehmen eingekauft, Geld- oder Goldreserven angelegt, Arbeit gesucht oder Subventionen verteilt werden.

Die Begriffe aus den wirtschaftlichen Bereichen werden in diesem Kurs ausführlich geklärt, um die Zusammenhänge und Wechselwirkungen aufzuzeigen. Das daraus erreichte Grundwissen ist die Basis für das Verständnis des magischen Sechsecks. Seit 1994 dient dieses der Bundesrepublik Deutschland, um unseren Wohlstand, das Vertrauen und die Zufriedenheit zu garantieren.

Die Grundpfeiler sind:

- Preisniveaustabilität
- Vollbeschäftigung
- stetiges Wirtschaftswachstum
- außenwirtschaftliches Gleichgewicht
- Umweltschutz
- gerechte Vermögensverteilung

Die Magie des Sechsecks besteht in den Zielkonflikten zwischen den Komponenten. Die Verbindungen zwischen lokalen Märkten und der globalen Wirtschaft sind auch politisches Thema dieses Kurses, um die Einflussmöglichkeiten des Staates aufzuzeigen.

Ulrike Donnert ist Diplom-Betriebswirtin (BA). Sie war von der Assistenz der Geschäftsleitung bis zur Betriebsleitung in verschiedenen Unternehmen tätig. Unter anderem bei Nanz KG, Sanacorp eG, Aareal Bank und beim Drogeriedienst. 2024 traf sie die Entscheidung, sich nur noch mit Schöнем zu umgeben und ist seitdem in der Kunsthalle Weishaupt tätig.

Ü6 Naturwissenschaften

Thema: Wasserwelten – Flüsse und Seen in Süddeutschland

Kurs-Nr.: 26F 0401204
mittwochs 09:00 bis 10:30 Uhr (6-mal)
Termine: 04.03./11.03./18.03./25.03./15.04./22.04.
Gebühr: EUR 52,00

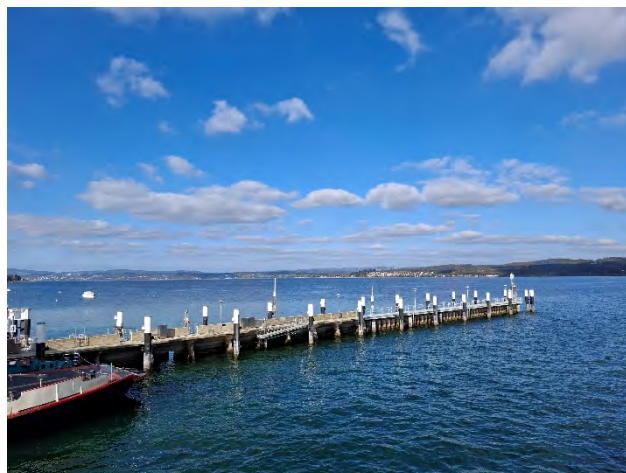
Dozentin: Dr. Beatrix Wandelt

Wir werden in diesem Kurs im wahrsten Sinne des Wortes in verschiedene Oberflächengewässer – Bäche, Flüsse, große und kleine Seen – in Süddeutschland eintauchen.

Dazu erkunden wir den Lauf unserer Fließgewässer, ihre Entwicklung und ihre Besonderheiten. Wir hören Geschichten über Menschen in den umliegenden Orten und wir lernen die kulturellen Schätze und die einzigartigen Landschaften an den Ufern kennen. Aach, Blau, Brenz, Donau, Iller, Inn, Kocher, Main, Naab, Rhein, Wutach sind nur einige Beispiele.

Anschließend begeben wir uns auf Streifzüge durch die Landschafts- und Entstehungsgeschichte des Bodensees, der durch Feuer, Eis und Wasser sein heutiges Aussehen bekommen hat.

Auch die bayerischen Voralpenseen sowie verschiedene kleinere Seen im Schwarzwald und Bayerischen Wald werden wir genauer kennenlernen.



Ü6 Gesellschaft

Thema: New Mining – neue Formen des Bergbaus

Kurs-Nr.: 26F 0401205
mittwochs 09:00 bis 10:30 Uhr (6-mal)
Termine: 06.05./13.05./20.05./10.06./24.06./01.07.
Gebühr: EUR 52,00

Dozentin: Dr. Nicole Rettig

Die Menschen sind hungrig, sehr hungrig. Sie verlangen nach immer mehr Ressourcen. Der konventionelle Bergbau genügt scheinbar nicht mehr, um all ihre Bedürfnisse zu stillen und so streben sie in die Tiefsee und sogar ins Weltall. Dort wollen sie in naher und ferner Zukunft Rohstoffe gewinnen.

Im vergangenen Frühjahr berichtete die Tagesschau, dass der US-Präsident Donald Trump ein Dekret unterzeichnet hätte, welches den kommerziellen Abbau von Metallen in nationalen und internationalen Gewässern ermöglichen soll. Ein Unternehmen, das dieses aberwitzige Projekt umsetzen könnte, ist »The Metals Company«. Wir schauen uns an, wie dieses Startup den Tiefseebergbau vermarktet und beleuchten zeitgenössische Werke aus Kunst und Literatur, die diese neue Spielart des Bergbaus thematisieren.

Im Anschluss reisen wir ins Weltall. Zunächst widmen wir uns dem Space Age der 1950er und 1960er Jahre. Damals lieferten sich die USA und die Sowjetunion ein Wettrennen ins All. Nachdem 1972 die letzten beiden Astronauten den Mond verließen, wurde es ziemlich still um den Mond und den Kosmos. Nun aber ist die himmlische Ruhe vorbei. Das New Space Age ist angebrochen und mit ihm ein neuer Wettlauf ins Weltall. Nun treten allerdings nicht nur zwei politische Großmächte gegeneinander an, sondern eine Vielzahl staatlicher und privater Akteure.

Vor diesem Hintergrund befassen wir uns mit dem Weltraumbergbau. Was wie Science-Fiction klingt, kann man seit dem vergangenen Wintersemester an der TU Bergakademie Freiberg in Sachsen studieren.

Wir werfen einen Blick auf diesen Studiengang, sehen uns in der Startup-Szene um, nehmen das vom Tech-Milliardär gegründete Unternehmen SpaceX unter die Lupe und besprechen künstlerische Positionen.

Randnotiz: Zum New Mining zählen auch das Kryptomining sowie das Urban Mining. Ob wir über diese beiden Varianten des Bergbaus sprechen, bleibt abzuwarten.

Thema: Digitaler Imperialismus und das Metaverse als ultimativer megakapitalistischer Herrschaftstraum aus dem Baumaterial unserer Psychen

Kurs-Nr.: 26F 0401206
mittwochs 11:00 bis 12:30 Uhr (13-mal)
Beginn: 04.03.2026
Gebühr: EUR 104,00

Dozent: Dr. Volker Herrlinger-Mebus

Goldgräberstimmung! Die Big Five (Alphabet, Amazon, Apple, Microsoft, Meta) setzen auf ein neues gewaltiges Geschäftsfeld: Verschmelzung von On- und Offline zum digitalen Universum als Internet-Ersatz. Mit Virtual Reality (VR) Brille, Sensoren/Peripherals ausgestattet sollen wir nicht mehr Infos austauschen, sondern über Avatare (digitale Zwillinge) real dort zusammenkommen, synchron agieren, uns amüsieren (Hollywoods Entertainment Fabrik), Geld ausgeben (Blockchain) und vor allem: Geld erwirtschaften! Das Metaverse als Schlüsselkomponente aller physischen Erfahrungen, Echtzeit-Treffpunkt, Superarbeitsplattform soll im Silicon Valley bis 2030 5 Bio. \$ Umsatz generieren.

Architekten begehen mit Kunden das Haus vor Baubeginn, Ärzte üben risikofrei Eingriffe, Unternehmen bestimmen künftige Betriebsabläufe, Künstler erforschen Räume jenseits physikalischer Gesetze, Therapeuten behandeln risikofrei Social Anxiety, PTBS, Arachno- und Akrophobie, da virtuelle Konfrontationstherapie wirkt wie analoge. VR-Erfahrungen werden als real erlebte Teil des autobiographischen Gedächtnisses (das Bewusstsein steckt im Avatar), inklusive Erfahrungen wie sexuelle Belästigung, weshalb jetzt der Abstand bei Avataren einstellbar ist. Alles gut? Mitnichten.

Auch ohne implantierten Tesla-Chip sehen die Algorithmen über den Go Through-Blick nicht nur ins Wohnzimmer, sondern über sensorielle Erfassung von Mimik (indiziert Stimmung, Erkrankung) Augenbewegungen, Stimme (psychische Erkrankungen), Gehirnströme (Anomalien), Bewegungsabläufe (potentielle Psychopathen) auch in den Kopf, ein Einfallstor für Kontrolle und Manipulation. Trotz Gesamtkörpertracking entzieht sich Big Tech privacy preserving. Deren Cloud Computing Plattformen verabschieden sich gerade von öffentlicher Aufsicht und binden Regierung(en) in ihre privatwirtschaftliche Infrastrukturen ein.

Metaverse ist bei weitem nicht so inklusiv. Alles wird kosten in diesem katastrophal energiesüchtigen Meta-Uber-Amazon-Zauberland, dessen Zuarbeit in den Sweat Shops des Globalen Südens passiert und das als Geschäft des Jahrhunderts von der Extraktion unserer Daten lebt.

Ü6 Geschichte

Thema: Die Bundesrepublik Deutschland und die Deutsche Demokratische Republik in den fünfziger und sechziger Jahren

Kurs-Nr.: 26F 0401207
mittwochs 11:00 bis 12:30 Uhr (13-mal)
Beginn: 04.03.2026
Gebühr: EUR 104,00

Dozentin: Brigitte Thumerer-Ring

1949 wurden zwei deutsche Staaten gegründet: zuerst die BRD, dann die DDR. Damit war die Teilung Deutschlands vollzogen. Zwei völlig andere Systeme bestimmten das Leben der Menschen im jeweiligen Deutschland.

Adenauer schließt die BRD eng an den Westen an und zehn Jahre nach Kriegsende kommt es zur Wiederbewaffnung. Die Verbrechen der Nazi-Diktatur werden kaum aufgearbeitet (z.B. Einsatzgruppenprozess 1958 in Ulm).

Ende der sechziger Jahre ändert sich vieles:

- Wirtschaftskrise
- Studentenproteste
- Öffnung nach Osten

In der DDR verläuft das Leben anders:

- Einbindung in den Warschauer Pakt
- 1953 Aufstand gegen die Normerhöhungen, viele Menschen fliehen in den Westen
- 1956 Nationale Volksarmee
- 1961 Mauerbau

Das sind nur einige der Themen, die wir in diesem Kurs bearbeiten werden.

SOMMERSEMESTER 2026



Ü6 Politik/Gesellschaft/Psychologie

Thema: Über Krieg und Frieden – im Inneren wie im Äußeren (Fortsetzung)

Kurs-Nr.: 26F 0401208
mittwochs 11:00 bis 12:30 Uhr (13-mal)
Beginn: 04.03.2026
Gebühr: EUR 104,00

Dozent*innen: Jutta Müller-Fahrenkamp, Lothar Heusohn

Ein ganzes Semester ist scheinbar lang, ein Thema kann aber noch länger und größer sein. Und das Thema »Krieg und Frieden« ist nicht nur lang und groß, sondern epochal. Wir wollen es daher in diesem Semester fortsetzen und um neue Akzente bereichern – wieder politisch, gesellschaftlich, psychologisch. Und wieder ganz im Sinne von Albert Einstein: »Das Denken der Zukunft muss Kriege unmöglich machen.«

Musik

Thema: Singen für die Seele

Kurs-Nr.: 26F 0401209
mittwochs 11:00 bis 12:30 Uhr (13-mal)
Beginn: 04.03.2026
Gebühr: EUR 104,00

Dozentin: Andrea Denoix

Singen ist so gesund wie das Lachen!

Wir erleben die befreiende und positive Wirkung des Singens. Singen verbindet, stärkt das Selbstvertrauen und macht glücklich! Wer singt, vergisst Zeit und Raum, entspannt und fühlt sich wohl. Dadurch werden auch heilsame Prozesse in Gang gesetzt.

Mein Stimmtraining bietet ein ganzheitliches Konzept, das Körper, Geist und Seele verbindet. Atemübungen, Körperhaltung und Stimmbildung werden in diesem Kurs trainiert.

Repertoire: Volkslieder aus aller Welt, Gospelgesänge sowie international bekannte Musikstücke. Gedacht ist der Kurs für alle, die Freude am gemeinsamen Singen haben und dabei ihre Stimme verbessern wollen. Auch Anfängerinnen sind willkommen.

Ü6 Naturwissenschaften

Thema: Einblicke in die Astrophysik

Kurs-Nr.: 26F 0401210
mittwochs 11:00 bis 12:30 Uhr (6-mal)
Termine: 04.03./11.03./18.03./25.03./15.04./22.04.
Gebühr: EUR 52,00

Dozent: Reinhold Glasl

Wir leben in einem faszinierenden Universum, das die Menschheit nun endlich in zunehmendem Maße erforschen und sogar bereisen kann. Über Generationen hinweg haben Astronomen ihr Wissen über den Aufbau des Kosmos zusammengetragen, und seit mehr als sechs Jahrzehnten sind wir in der Lage, technische Geräte ins All zu schicken, um das Weltall noch genauer zu beobachten.

An sechs Terminen werden wir nicht nur den Aufbau unseres Kosmos mit seinen Sternen und Galaxien kennenlernen, sondern auch die Methoden sehen, mit denen wir diese Erkenntnisse gewinnen. Seit fast 500 Jahren nutzen wir dazu Teleskope, und seit der Mitte des letzten Jahrhunderts kommen auch technische Geräte zum Einsatz, die bis an die Grenzen des Weltraums oder sogar darüber hinaus gebracht werden.

Ein besonderer Fokus liegt auf unserem Sonnensystem, dem wir mindestens eine Doppelstunde widmen werden. Dabei geht es nicht nur um die faszinierenden Himmelskörper, die es umfasst, sondern auch darum, wie Wissenschaftler die Informationen darüber erhalten haben und weiterhin sammeln. Als Wahlthemen bieten sich ein kleiner Exkurs in die Raumfahrt oder ein Blick auf die Exobiologie an, die sich mit der Möglichkeit von Leben auf Planeten ferner Sonnen beschäftigt.

Nicht zuletzt werden wir uns eingehend mit unserer Erde und ihrer besonderen Stellung im Sonnensystem beschäftigen. Unser »blauer Planet« ist einzigartig und unsere Heimat – ein Thema, das uns alle angeht. Abschließend werden wir auch auf die verschiedenen Theorien zur Entstehung unseres Universums eingehen.

Besondere Vorkenntnisse in Physik sind keine Voraussetzung. Eine kleine Reise durch die Welt des Lichts wird das nötige Verständnis schaffen und tiefere Einblicke in die verwendeten Methoden ermöglichen.

Reinhold Glasl ist Diplomphysiker und schrieb seine Diplomarbeit am Max-Planck-Institut für Physik, Abteilung extraterrestrische Physik in Garching bei München. Bis 2017 war er Mitglied in der Raumfahrtsparte von Airbus in München. Dort war er zuständig für die Qualitätssicherung von Software und zuletzt für Erdbeobachtungssatelliten.

Seit seinem Umzug ins Donautal widmet er sich – neben seinen Enkeln – der Aufgabe, Menschen für das Thema Raumfahrt zu begeistern.

Ü6 Literatur

Thema: Rainer Maria Rilke – »Influencer« bis heute?

Kurs-Nr.: 26F 0401211
mittwochs 11:00 bis 12:30 Uhr (6-mal)
Termine: 06.05./13.05./20.05./10.06./24.06./01.07.
Gebühr: EUR 52,00

Dozentin: Eveline Jourdan

Passend zum 150. Geburtstag 2025 (und 100. Todestag 2026), ein Kurs über Rilke, einen der bedeutendsten Dichter der Moderne.

Natürlich werden einige der berühmtesten und »unter die Haut gehenden« (Lady Gaga hat ein Zitat von Rilke auf ihrem linken Arm tätowiert) Gedichte gemeinsam gelesen und interpretiert, aber auch Auszüge aus Aufsätzen zu Kunst und Kultur von Rilke, Auszüge aus Briefen und seinem einzigen Roman »Die Aufzeichnungen des Malte Laurids Brigge«. Gelesen werden soll auch die Erzählung »Cornet«, die damals Kultstatus erlangte und Lektüre deutscher Soldaten im Ersten und Zweiten Weltkrieg war. »Die Weise von Liebe und Tod des Cornet Christoph Rilke« war der erste herausgegebene Band der 1912 neueröffneten und mittlerweile berühmten »Insel-Bücherei«.

Rilkes Werke werden entlang seiner Biografie vorgestellt. Die biografische Erzählung wird z.T. verknüpft mit exemplarischen Interpretationen einzelner Gedichte, Prosastücke und Briefen (hierbei wird auch auf das schwierige und ambivalente Verhältnis Rilkes zu seiner Mutter eingegangen) – ohne Anspruch auf »Vollständigkeit« (ein Rilke'sches Lieblingswort), die auch nicht möglich wäre bei der Vielzahl von Interpretationen, Projekten, »geflügelter Worten« von Rilke und Zuschreibungen:

»Frauenflüsterer«, »Sinnstifter in der Düsternis der entgötterten Moderne«, »Dichter der Angst«, »der geheime König der deutschen Seele«, »ein literarischer Leuchtstern«, »perhaps the greatest lyric poet of the twentieth century«, »ein Mann, der wie kein zweiter zu schnorren versteht, Frauen und Mäzene in seinen Bann zieht und bis an den Rand des Erträglichen maniert ist, der aber zugleich all dies wie sein eigenes Leben rigoros zur bloßen Folie macht für das, worauf es ihm ankommt: Dichtung für die Ewigkeit zu schaffen und aus Leben wahre Kunst werden zu lassen« ...

Ihr müsst Rilke nicht kennen, um diesen Kurs zu besuchen – die Lektüre wird gestellt. Ihr müsst euch nur einlassen auf einen Dichter »mit einer weiblichen Seele« (wie er sich selbst genannt hat).

IT/neue Medien

Thema: Mein iPhone – Grundlagen

Kurs-Nr.: 26F 0401220
mittwochs 13:30 bis 16:30 Uhr (4-mal)
Termine: 04.03./11.03./25.03./15.04.
Gebühr: EUR 104,00

5 - 8 Teilnehmerinnen

Dozentin: Isolde Sander

Wenn Ihr bisher noch keine oder wenig Erfahrung mit Eurem iPhone habt und wissen wollt, welche Möglichkeiten es bietet, seid Ihr in diesem Kurs richtig.

Ihr werdet euch wundern was es außer telefonieren, SMS oder WhatsApp schreiben noch alles kann. Es ist zugleich Terminkalender, Notizzettel, Fotokamera, Bibliothek, Radio, Sprachen-Übersetzer, Navigationsgerät und noch vieles mehr, was uns den Alltag sehr erleichtern kann.

Nach einer Einführung in die Bedienung des iPhones machen wir uns daran, wichtige Grundeinstellungen vorzunehmen, um uns danach mit den Funktionen und Möglichkeiten der vorinstallierten Apps zu beschäftigen.

Ziel ist es, dass Ihr nach Ende dieses Kurses Euer iPhone ganz nach Euren Wünschen und Vorstellungen einrichten und bedienen könnt.

Voraussetzung für die Teilnahme ist, dass Ihr ein eigenes iPhone mit Betriebssystem ab iOS 18 und eine eigene Apple ID, bestehend aus E-Mail-Adresse und Passwort, sowie eine funktionierende E-Mailadresse habt.

Außerdem ist es wichtig, dass Ihr den Zugangscode zum Öffnen des iPhones, sowie die SIM-Karten-PIN parat habt.

IT/neue Medien

Thema: Mein iPhone/iPad – Vertiefung

Kurs-Nr.: 26F 0401221
mittwochs 13:30 bis 16:30 Uhr (4-mal)
Termine: 22.04./29.04./06.05./13.05.
Gebühr: EUR 104,00

5 - 8 Teilnehmerinnen

Dozentin: Isolde Sander

Ihr habt bereits einen iPhone/iPad-Grundlagenkurs besucht und wollt nun noch mehr wissen.

In diesem Kurs steigen wir tiefer in die Einstellungen und Funktionen Eurer Apple-Geräte ein und erkunden weitere interessante Möglichkeiten.

Neben weiterführenden Tipps und Tricks zur Bedienung geht es vor allem um hilfreiche Anwendungen, um Zubehör und um die Synchronisierung mit anderen Apple-Geräten.

Themen Angebot:

- Versenden von Text und Sprachnachrichten
- Videotelefonie
- Datenschutz / Ortungsdienste
- Internet und Sicherheit
- Podcast
- Kamera, Fotos und Alben
- Apps aus dem App Store laden und nutzen
- Nützliche Funktionen von Cloud und Siri
- Vernetzen von iPhone und iPad

Voraussetzung für die Teilnahme sind gute iPhone/iPad-Grundkenntnisse, ein eigenes iPhone mit Betriebssystem ab IOS 18 und/oder ein iPad ab iPadOS 18, sowie eine funktionierende Mailadresse (auch davon bitte das Passwort mitbringen).

Wichtig ist, dass auf allen Geräten die eigene Apple ID mit bekanntem Passwort installiert ist und Ihr den Zugangscode zum Öffnen des iPhones, sowie die SIM-Karten-PIN parat habt.

IT/neue Medien

Thema: Smartphones mit Android – Grundlagenkurs

Kurs-Nr.: 26F 0401230 5 - 8 Teilnehmerinnen
mittwochs 13:30 bis 16:30 Uhr (2-mal)
Termine: 18.03./25.03.
Gebühr: EUR 59,00

Dozent: Siegfried Ungewitter

Ihr lernt praxisorientiert die Grundfunktionen Eures Android-Smartphones, wie Einstellungen, Telefonie, SMS, Internet und Kamera kennen.

Inhalt:

Android-Versionen, UpDate – Tastenbelegung – Struktur des Gerätes (Startschirm, Sperrschirm, Menü) – Apps/Widgets (Download, löschen, verschieben, deinstallieren) – WLAN, Bluetooth, NFC, Mobile Daten (Tarife) – Speicherplätze – Sicherheit (was darf ich mit meinem Gerät?) – Energiesparfunktionen, Akku – Einstellungen (Timeout, Klingeltöne, Lautstärke) – Benachrichtigungsfeld, Symbole

Bitte bringt zum Kurs ein Android-Smartphone (Samsung, Huawei, LG oder HTC) mit.

Thema: Smartphones mit Android – Vertiefung

Kurs-Nr.: 26F 0401231 5 - 8 Teilnehmerinnen
mittwochs 13:30 bis 16:30 Uhr (2-mal)
Termine: 15.04./22.04.
Gebühr: EUR 59,00

Dozent: Siegfried Ungewitter

Dieses Seminar widmet sich sehr praxisorientiert der Vertiefung des Grundkurses und der Arbeit mit verschiedenen Apps.

Inhalt:

Apps installieren und deinstallieren – Google Maps – Navigation – Radio – QR-Droid – YouTube – Taschenlampe – Übersetzer – Bücher lesen – WhatsApp – Notizen – Kalender – Kontakte – Wetter – Uhr

Voraussetzung: Grundkurs Android oder vergleichbare Kenntnisse

IT/neue Medien

Thema: Smartphones mit Android – Spezial

Kurs-Nr.: 26F 0401232
mittwochs 13:30 bis 16:30 Uhr (2-mal)
Termine: 29.04./06.05.
Gebühr: EUR 59,00

5 - 8 Teilnehmerinnen

Dozent: Siegfried Ungewitter

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmerinnen, die bereits einen Aufbaukurs Smartphone mit Android besucht haben.

Inhalt:

im internen Speicher Daten speichern, löschen, verschieben – Ordner anlegen –
Verknüpfungen auf den Startschirm – Shortcut – Cloud-Technik – Datensicherung –
App-Zugriffe ändern – Benachrichtigungs-Symbole – Bluetooth anwenden – Smartphone
als Hotspot – Google-Navigation – QR-Code – Übersetzer – Internet-Verknüpfungen

Voraussetzung:

Smartphone mit Android – Vertiefung

SOMMERSEMESTER 2026



Kunst/Kreativ

Thema: Kunstwerkstatt: Figurative Gefäße aus Ton

Kurs-Nr.: 26F 0401300
dienstags 09:00 bis 12:30 Uhr (5-mal)
Termine: 03.03./10.03./17.03./24.03./14.04.
Gebühr: EUR 82,00

Dozentin: Solveig Senft

Wir beschäftigen uns mit der Gestaltung von großen Hohlformen, Töpfen, Vasen, Krügen, mit schamottiertem Ton in Aufbautechnik, die figurativ weiterentwickelt oder dekoriert werden. Die figurativen Gefäße werden anschließend mit Engoben farbig gefasst, poliert oder glasiert und gebrannt.



Persönlichkeitsorientiertes Angebot

Thema: Heilerin, Kriegerin, Königin, Künstlerin, Priesterin – welche der weiblichen Archetypen leben in mir?

Kurs-Nr.: 26F 0401301
dienstags 09:00 bis 12:30 Uhr (3-mal)
Termine: 10.03./17.03./24.03.
Gebühr: EUR 54,00

Dozentin: Dagmar Wirtz

Als Frau hast Du jeden Tag verschiedene Rollen auszufüllen: Mutter, Ehefrau, Mitarbeiterin, Freundin. In allen Rollen sind unterschiedliche Stärken und Fähigkeiten gefragt. Und manchmal fragen wir uns: Ist das alles? War da nicht noch etwas? Manchmal schlummern im Alltag untergegangene Sehnsüchte in uns.

Archetypen sind grundlegende Aspekte des Frau-Seins. Sich mit ihnen auseinanderzusetzen ist eine Möglichkeit, aus gewohnten Mustern herauszutreten und neue Ideen und bodenständige Kräfte in uns wahrzunehmen.

Welche Facetten meines Frau-Seins lebe ich? Welche Facetten würde ich gerne stärken? Welche Facetten habe ich vielleicht unterdrückt?

In diesem Seminar werden wir uns mit weiblichen Archetypen beschäftigen und in uns nachspüren, welche Grundmuster uns ansprechen, welche wir stärken und welchen wir mehr Raum geben wollen. Es gibt unterschiedliche Einteilungen, von Frauenrollen im Märchen über C.G. Jung und biografische Stufen des Frau-Seins von der Tochter bis zur Alten Weisen. Wir werden unterschiedliche Varianten kennenlernen und uns ganz frei die herauspicken, die uns am meisten ansprechen.

Mit Übungen und Reflexionen werden wir uns selbst besser kennenlernen und neue Facetten an uns entdecken.

Die 8 weiblichen Archetypen



Persönlichkeitsorientiertes Angebot

Thema: **Vielfalt, Unterschiedlichkeit, Vorurteile und Diskriminierung, Demokratie als Haltung – und was hat das mit mir zu tun?** (Wiederholung)

Kurs-Nr.: 26F 0401302
dienstags 09:00 Uhr bis 12:30 Uhr (4-mal)
Termine: 14.04./21.04./28.04./05.05.
Gebühr: EUR 71,00

Dozent: **Horst Knöpfel**

Was beeinflusst unsere Haltungen und wie fließt das alles in unser persönliches und gesellschaftliches Handeln ein?

Und welche Erkenntnisse und Schlussfolgerungen ziehen wir daraus für uns?

Wir wollen erste Einblicke in die Themenfülle vorurteilsbewussten Handelns anhand der Anti-Bias Arbeit nehmen und uns intensiver mit dem auf Haltung abzielenden Betzavta-Konzept auseinandersetzen (aus dem Hebräischen übersetzt: »Miteinander«).

Auf diesem Weg erlebt ihr ganz praktisch erste Reflexionsschritte auf dem Weg zu einer diskriminierungskritischen und demokratischen Haltung.

Alle Formate zeichnet eine am eigenen Erleben ausgerichtete Durchführung aus. In methodisch vielfältigen und abwechslungsreichen Übungen werden wir die Themen gemeinsam erleben, bearbeiten und reflektieren.

Freut euch auf eine behutsame und zugleich energisch energiereiche Tour d'Horizon durch die Themen Vielfalt, Vorurteilsbildung, Diskriminierung und »Demokratie als Haltung«.

Wirtschaft/Gesellschaft

Thema: **Werbung ist Manipulation** (Wiederholung)

Kurs-Nr.: 26F 0401303
dienstags 09:00 bis 12:30 Uhr (2-mal)
Termine: 05.05./12.05.
Gebühr: EUR 40,00

Dozentin: **Ulrike Donnert**

Unser Leben ist von Werbung durchdrungen. Kein Radio, Fernsehen, Internet, Kino ohne Werbung.

Viele Unternehmen sind erfolgreich gerade wegen der prägnanten und speziell zugeschnittenen Werbung. Meist reicht ein Zeichen oder eine spezielle Farbe, um in uns den Wiedererkennungseffekt auszulösen.

Welche Strategien werden in den Marketingabteilungen der Unternehmen entwickelt?

Welche Werbemaßnahmen sind wie und wo erfolgreich?

Entscheiden wir bei unseren Einkäufen wirklich rational?

Spannend, unterhaltsam, erschreckend und ein klein wenig psychologisch werden wir die geläufigen Praktiken der Werbebranche kennenlernen und diskutieren.

Ulrike Donnert ist Diplom-Betriebswirtin (BA). Sie war von der Assistenz der Geschäftsleitung bis zur Betriebsleitung in verschiedenen Unternehmen tätig. Unter anderem bei Nanz KG, Sanacorp eG, Aareal Bank und beim Drogeriedienst.

2024 traf sie die Entscheidung, sich nur noch mit Schönem zu umgeben und ist seitdem in der Kunsthalle Weishaupt tätig.

Methodisch-orientiertes Angebot

Thema: Kurzweilige Reden halten

Kurs-Nr.: 26F 0401304
dienstags 14:00 bis 16:35 Uhr (3-mal)
Termine: 10.03./17.03./24.03.
Gebühr: EUR 45,00

Dozentin: Dagmar Wirtz

Vor Publikum kurzweilig und souverän sprechen – egal ob im Ehrenamt bei einer Veranstaltung eine Gruppe zu begrüßen ist oder an der Frauenakademie ein überzeugender Wortbeitrag in einer Diskussion geliefert werden soll – ist für manche eine kleine Überwindung. Mit ein paar »Gewusst Wie's« lässt sich eine Rede interessant, überzeugend und kurzweilig gestalten.

In diesem Seminar erarbeiten wir uns Tipps für das Schreiben und Halten einer Rede und für den Umgang mit Lampenfieber. Wir lernen überzeugende sowie unterhaltsame Gliederungsmöglichkeiten kennen und üben ein sicheres Auftreten mit Haltung und Stimme. So sind wir gut vorbereitet, unsere Themen und Anliegen vor Publikum wirkungsvoll zu präsentieren.

Mit vielen Übungen vertiefen wir die theoretischen und praktischen Tipps zum Aufbau einer Rede, Stimmführung und Gestik, Wirksamkeit von Argumenten und Zuhörer-orientierung.



IT/Neue Medien

Thema: Künstliche Intelligenz – was ist das und was kann sie?

Kurs-Nr.: 26F 0401305

max. 15 TN

dienstags 14:00 bis 16:35 Uhr (3-mal)

Termine: 10.03./17.03./24.03.

Gebühr: EUR 45,00

Dozent: Dr. Ralf Hinz

Überall lesen wir heute von der Künstlichen Intelligenz (KI). Aber was bedeutet das in der Praxis? Was ist überhaupt eine »Künstliche Intelligenz«? Es gibt heute eine fast unüberschaubar große Anzahl von Programmen, Werkzeugen und (Haushalts-)Geräten, die als »intelligent« bezeichnet werden.

Dieser Kurs will einen Einblick vermitteln und zeigen, wie viele KI-Werkzeuge in der Praxis ausprobiert werden können.

Nach einer Übersicht über die Bausteine einer KI werden wir einige Anwendungen ausprobieren. Wir starten mit ChatGPT, das viel mehr kann als nur Texte erstellen. Außerdem werden wir künstliche Bilder mit verschiedenen KI-Programmen erstellen. Darüber hinaus werden wir noch verschiedene Bereiche streifen, in denen die KI eine immer größer werdende Rolle spielt. Wir beenden den Kurs mit einem Ausblick und einem »Blick in die Glaskugel«.

Ihr braucht keine Vorbereitung und kein Vorwissen, nur Neugierde auf das Thema. Bringt, wenn möglich, einen eigenen Laptop, ein Tablet und / oder ein Smartphone mit.

Dr. Ralf Hinz studierte Informatik und promovierte im Bereich der Verkehrstelematik. Als Informatiker, Ingenieur und Fotograf begegnet ihm die KI täglich. An der Ulmer Volkshochschule hält er seit vielen Jahren Kurse zu Themen wie KI in der Praxis, digitalem Nachlass und Datensicherung. Darüber hinaus teilt er dort seine Freude und sein Wissen über die Fotografie.

Geschichte

Thema: **Bürgerkirche Ulmer Münster** (Wiederholung)

Kurs-Nr.: 26F 0401306
dienstags 14:00 bis 15:30 Uhr (5-mal)
Termine: 14.04./21.04./28.04./05.05./12.05.
Gebühr: EUR 46,00

Dozentin: **Jutta Georgine Wittmann**

An fünf Nachmittagen möchte ich mit euch in die Geschichte des Ulmer Münsters eintauchen. Dabei werden wir folgende Bereiche anschauen:

Zeitgeschichte

Der Grundstein der Ulmer Münsters wurde 1377 gelegt. Wie sah Ulm, das 1184 Freie Reichsstadt wurde, im 14. Jahrhundert aus? Warum wurde die Kirche von »Ennets Fields« in die Stadt verlegt. Und wie gelang es den Ulmern, ihre Kirche aus eigenen Mitteln, als Bürgerkirche, die weder einem Bischof noch einem Abt untergeordnet ist, zu errichten?

Bau- und Geistesgeschichte

Das Ulmer Münster ist ein Bau der Spätgotik. Der Geist der Gotik, zuerst umgesetzt in Saint Denis bei Paris, prägt auch das Ulmer Münster, dessen Grundstein 32 Jahre nach Vollendung von Notre Dame de Paris, gelegt wurde. Die lange Baugeschichte mit den zwei Baupochen, die großen Veränderungen der Planung von der Hallenkirche zur Basilika, die Weiterführung des Baus im 19. Jahrhundert, der höchste Kirchturm der Welt, die ständige Unterstützung durch die Ulmer Bürger sind Marksteine Ulms und seines Münsters.

Kunstgeschichte

»Erbaut aus Stein und Licht« bezaubert uns das Münster auch durch hohe künstlerische Qualität. Maßwerk und Fenster, Taufstein, Kanzel, das Chorgestühl, Almosenbilder, Altäre, Seitenkapellen und die Werke der Ulmer Schule werden wir, wenn möglich, auch bei Führungen durch das Münster, studieren. Ebenso die Orgeln und das Geläut mit der Geschichte der Münsterglocken.

SOMMERSEMESTER 2026



Kulturwissenschaften

Thema: Hinter den Schatten: China – Gesellschaft und Kultur Teil 2

Kurs-Nr.: 26F 0401400
donnerstags 09:00 bis 12:30 Uhr (4-mal)
Termine: 05.03./12.03./19.03./26.03.
Gebühr: EUR 71,00

Dozentin: Judith Happ

Aufbauend auf dem ersten Teil »China – zwischen Mao und Marktwirtschaft« setzt sich dieser Kurs mit folgenden Schwerpunkten auseinander:

- Internet(-Zensur) und Social Media in China
- Frauen in China
- Chinesische Kunst – früher und heute
- Chinesisches Schattenspiel

China als Bedrohung oder als Herausforderung? Aufbauend auf den Grundlagen des ersten Teils steigen wir in die vier obengenannten Themen tiefer ein.

Bei den ersten beiden Punkten blicken wir auf die aktuelle Situation in China. Bei Kunst und Schattenspiel blicken wir auch weit in die Vergangenheit zurück.

Dieser Kurs ist auch offen für interessierte Frauen, die nicht an Teil 1 teilgenommen haben.

Naturwissenschaften

Thema: Das Wunder Mensch! Den Körper besser verstehen lernen – Teil 2

Kurs-Nr.: 26F 0401401
donnerstags 09:00 bis 12:30 Uhr (4-mal)
Termine: 05.03./12.03./19.03./26.03.
Gebühr: EUR 71,00

Dozentin: Dr. Gabriele Mecklenbrauck

Im Sommersemester wollen wir uns an vier Vormittagen weiter mit unserem Körper beschäftigen und dabei staunen, wie er funktioniert!

Im ersten Teil hattet Ihr das Herz, den Blutkreislauf, das Blut und das Immunsystem näher kennengelernt.

Im zweiten Teil werden wir uns mit der Haut, den Verdauungsorganen, dem Atemsystem und dem Bewegungsapparat beschäftigen.

1. **Die Haut** – Hülle und Schutz unseres Körpers
2. **Verdauungsorgane:** Magen, Darm, Leber, Bauchspeicheldrüse ... Wie wird aus der Nahrung Energie?
3. **Das Atemsystem** – die Luft zum Leben
4. **Knochen und Muskel** – Stütze und Bewegung

Folgende Fragen wollen wir während des Kurses auch besprechen:

- Diverse Hautprobleme: welche Hilfen gibt es? Ist es wirklich nur ein Hautproblem?
- Nahrungsmittelallergien? Was sind Gluten-, Lactose- und Histaminunverträglichkeiten? Was ist die »Darmflora«?
- Vegetarische, vegane, paleo-Ernährung oder ganz gemischte Nahrung: was ist das Richtige für mich?
- Wann und was davon ist sinnvoll: Nahrungsergänzungsmittel, Vitamine und Mineralstoffe, pflanzliche Präparate und mehr?
- Arthrose, Arthritis, Rheuma, was passiert mit den Gelenken?

Es folgen weitere Kurse mit den Themen: Nervensystem und Gehirn, Hormonsystem, Harnsystem und Sinnesorgane.

Dieser Kurs ist auch offen für interessierte Frauen, die nicht an Teil 1 teilgenommen haben.



Persönlichkeitsorientiertes Angebot

Thema: Emotionales Essen – Essen aus Kummer und nicht aus Hunger
(Wiederholung)

Kurs-Nr.: 26F 0401402
donnerstags 09:00 bis 12:30 Uhr (5-mal)
Termine: 05.03./12.03./19.03./16.04./23.04.
Gebühr: EUR 82,00

Dozentin: Claudia Rebstock

Wenn Essen nicht der Sättigung dient, sondern zum Umgang mit negativen Emotionen, wie z.B. Stress, Angst oder Sorgen eingesetzt wird, spricht man von emotionalem Essen. Bei emotionalem Essen geht es nicht um Willensschwäche, sondern um einen unbewussten Schmerz, der oft emotionale und seelische Ursachen hat. Häufig werden dabei eher »ungesunde« Lebensmittel gegessen, die meist zu Gewichtszunahme führen, dies wiederum ist ein weiterer Auslöser für emotionales Essen – ein ewiger Kreislauf. Entschließt man sich zu einer Diät, wirkt man äußerlich schlank, aber wenn innerlich nicht die Verbindung zwischen Essen und Emotionen geheilt wird, kann eine neue Stresssituation wieder zu emotionalem Essen führen.

Ein erfolgreicher Weg aus dem Dilemma ist, sich mit seinen Emotionen und Gefühlen auseinanderzusetzen. Der erste Schritt ist das Erkennen von Essen aus Hunger oder aus Kummer. Bei diesem Workshop geht es um konstruktiven Umgang mit den eigenen Gefühlen und Gedanken.

- Finde heraus, warum du isst, wenn du traurig, besorgt oder gestresst bist
- Entdecke, welche Bedürfnisse hinter deinem emotionalen Essen stecken
- Erkenne deine Auslöser/Trigger für emotionales Essen
- Finde deine inneren Überzeugungen und Glaubenssätze
- Finde heraus, mit welchen Tricks und Hilfsmitteln du deinen Körper unterstützen, deinen Appetit mildern und deinen Hunger stillen kannst
- Erlebe positive Veränderung

Claudia Rebstock ist ganzheitlicher Ernährungs-und Gesundheitscoach.

Die meisten ihrer Klient*innen wissen, wie Ernährung funktioniert. Doch was die meisten unterschätzt haben, ist der Herzschmerz, der immer am Ende der Beratung hochkam.

Literatur

Thema: Bücher, die Horizonte erweitern

Kurs-Nr.: 26F 0401403
donnerstags **11:00 bis 12:30 Uhr** (4-mal)
Termine: 19.03./23.04./21.05./25.06.
Gebühr: EUR 40,00

Dozentin: Mirjam Mahler

»Wenn es ein Buch gibt, das du lesen möchtest, es aber noch nicht geschrieben wurde, dann musst du es schreiben.«

Toni Morrison
Nobelpreisträgerin 1993

Wir lesen in diesem Semester vier verschiedene Bücher, die uns neue Welten zeigen, Bücher, die uns die Welt aus einer neuen Perspektive sehen lassen, Bücher von Autorinnen und Autoren, die uns mit auf die Reise nehmen.

Wir lesen das Buch vor dem Termin und treffen uns, um über unsere Eindrücke zu diskutieren. Was hat das Buch in uns ausgelöst? Was hat sich für uns verändert?

Semesterschwerpunkt: Bücher aus Europa

Das erste Buch ist:

»Gesichter« von Tove Ditlevsen (Dänemark)

Die weiteren Buchtitel wählen die Teilnehmerinnen gemeinsam aus.

Ein ähnlicher Kurs wird in englischer Sprache als **»Book Club Online«** Kurs-Nr. 26F 0401566 angeboten.

Naturwissenschaften

Thema: Feuer, Erde, Wasser, Luft – Teil 2: Wasser und Luft

Kurs-Nr.: 26F 0401404
donnerstags 09:00 bis 12:30 Uhr (6-mal)
Termine: 16.04./23.04./30.04./07.05./21.05./11.06.
Gebühr: EUR 96,00

Dozentin: Dr. Beatrix Wandelt

Wasser ist die Lebensgrundlage auf unserem »blauen Planeten Erde«, der Stoff, der Leben überhaupt erst ermöglicht.

Wie kam das Wasser auf die Erde? Wo überall ist es zu finden? Wir werden dazu das Süßwasser von der Quelle bis zur Mündung in die Weltmeere, das Salzwasser der Küsten und die Tiefsee sowie Grundwasser, welches den größten Anteil der Trinkwasserversorgung bildet, genauer kennen lernen.

Historische und moderne Wasserversorgung ist ein weiteres Thema.

Und wir werden uns der modernen »Wasserkrise« zuwenden: Weltweit haben mehr als 2 Milliarden der 8 Milliarden Menschen auf der Erde keinen Zugang zu sauberem Wasser. Dem gegenüber steht der immense Wasserbedarf für die Produktion von Gütern und Lebensmitteln.

Die Erdatmosphäre ist wahrscheinlich einzigartig in unserem Sonnensystem. In ihr tut sich einiges, Stürme, Dürren, Überflutungen auf der Erde nehmen ihren Anfang dort. Klimakapriolen erleben wir in den letzten Jahren immer häufiger. Um die heutige Erderwärmung zu verstehen und Blicke in die Zukunft zu wagen, müssen wir uns auch mit der Vergangenheit beschäftigen – in geologischen wie in historischen Zeiträumen. Wir müssen Zusammenhänge und Folgen unseres Handelns hinterfragen und unsere Rolle als »Klimamacher« kennenlernen.

Dieser Kurs ist auch offen für interessierte Frauen, die nicht an Teil 1 teilgenommen haben.

SOMMERSEMESTER 2026



Kunst/Kreativ

Thema: Frühlingsschön – Zeichnen und Malen

Kurs-Nr.: 26F 0401405
donnerstags 09:00 bis 12:30 Uhr (5-mal)
Termine: 16.04./23.04./30.04./07.05./21.05.
Gebühr: EUR 82,00 (zuzügl. Materialkosten)

Dozentin: Tanja Hanser



Den Frühling in all seiner Schönheit in Form und Farbe bannen. Farbstudien, von der Idee zum Bild, Achtsamkeitsübungen, Kraftsprüche bebildern, Farben mischen, Maikränze gestalten ...

Tanja Hanser ist Kunsttherapeutin und Ulmer Illustratorin und führt durch das Zeichnen. Sie bringt alle benötigten Materialien mit. Diese können von euch direkt im Kurs erworben werden – rechnet mit ca. 15 € zuzüglichen Kosten.



Kunst/Kreativ

Thema: Frauenbildnisse – Porträtzeichnung in Theorie und Praxis

Kurs-Nr.: 26F 0401406
donnerstags 09:00 bis 12:30 Uhr (6-mal)
Termine: 30.04./07.05./21.05./11.06./18.06./25.06.
Gebühr: EUR 96,00

Dozentin: Solveig Senft



- Wie ist ein Gesicht »aufgebaut«?
- Wie stehen die einzelnen »Elemente« zueinander?
- Wie ragt die Nase aus dem Gesichtsfeld und wie kann ich das zeichnerisch darstellen?
- Wo sitzt der »Ausdruck«, die Mimik?
- Wie spiegeln sich Gefühle, Gedanken, Befindlichkeiten ...?
- Wie erfasse ich die typischen Merkmale einer bestimmten Person?

Wir erkunden in diesem Kurs, welche Grundformen ein Porträt prägen, die Anatomie des Gesichts, in Ruhe, in Bewegung, charakteristische Merkmale und Mimik. Es wird mit Spiegeln und fotografischen Vorlagen gearbeitet und aus der Fundgrube dieser Erfahrungen und Fantasie geschöpft. Ihr erhaltet Anregungen von Künstlerinnen-Bildnissen aus verschiedenen Epochen und Tipps, wie ihr ein Gesicht erfassen und zeichnerisch – mit unterschiedlichen Materialien und Techniken – umsetzen könnt.

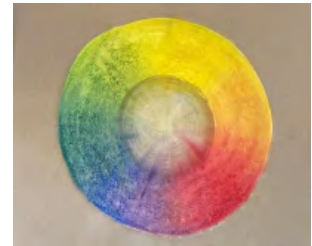
Als finales Produkt gestaltet ihr als ausgeführte Kohlezeichnung ein Porträt einer interessanten Frau – einer historisch bedeutenden Person, einer Pionierin, einem Vorbild – oder auch ein Selbstporträt.

Kunst/Kreativ

Thema: Frau sein mit Genuss und Farbe – Zeichnen, Malen, Plastizieren

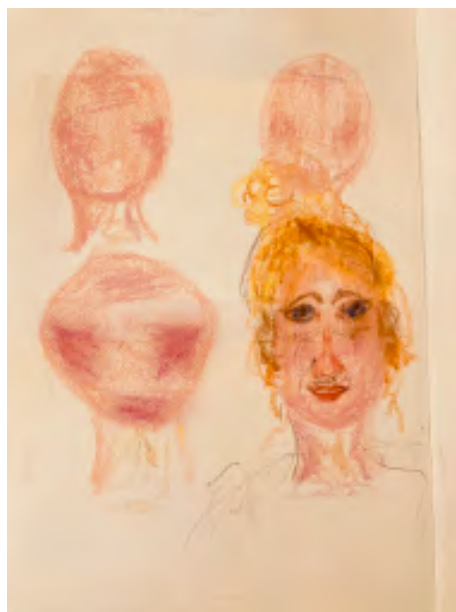
Kurs-Nr.: 26F 0401407
donnerstags 09:00 bis 12:30 Uhr (6-mal)
Termine: 11.06./18.06./25.06./02.07./09.07./16.07.
Gebühr: EUR 96,00 (zuzügl. Materialkosten)

Dozentin: Tanja Hanser



Wir lernen Studien zur Gestalt, zum Porträt, zur Farbe und zur Form kennen. Mit Selbstfürsorge und Wahrnehmungsschulung in Bezug auf Farben und ihre Wirkung finden wir heraus: Was steht mir? Was tut mir gut? Dabei zeichnen und malen wir – und wer mag, kann auch kleine Tonskulpturen modellieren.

Tanja Hanser ist Kunsttherapeutin und Ulmer Illustratorin und führt durch das Zeichnen. Sie bringt alle benötigten Materialien mit. Diese können von euch direkt im Kurs erworben werden – rechnet mit ca. 15 € zuzüglichen Kosten.



Methodisch-orientiertes Angebot

Thema: Sprache und Sein – Sprache formt Persönlichkeit

Kurs-Nr.: 26F 0401408
donnerstags 09:00 bis 12:30 Uhr (4-mal)
Termine: 18.06./25.06./02.07./09.07.
Gebühr: EUR 71,00

Dozentin: Traute Surborg-Kunstleben

»Was wir tun können, ist, unsere Denkmuster zu verändern – Wort für Wort«, sagt Tsitsi Dangarembga.

Worte formen nicht nur Gedanken, sie prägen Wahrnehmung und Handeln.

Sprache ist Spiegel und Werkzeug zugleich; sie ordnet unser Denken und öffnet Räume für neue Einsichten.

Wer die Worte verändert, verändert das Denken – und damit das eigene Sein.

Schon in Mythos und Philosophie spiegelt sich die Kraft der Sprache:

- Apollo, Gott des Lichts und der Klarheit, zeigt, wie Worte Struktur und Orientierung geben.
- Askulap, Gott der Heilkunst, erinnert daran, dass Worte heilsam wirken, Verständnis schenken und Verbindung stiften.
- Aristoteles schließlich nennt den Menschen »zoon logon echon« – ein Wesen des Wortes und der Vernunft.

Die Poesie macht spürbar, wie Sprache im Zwischenraum zwischen Menschen entsteht.

- Hilde Domin schreibt: »Worte, die mir fehlen, finde ich in deinen Augen.«

Beziehungen formen Ausdruck, und Ausdruck formt unser Sein.

Im Seminar

- sprechen und diskutieren wir über die Macht der Sprache und die heilende Kraft der Sprache
- erkennen die Zusammenhänge zwischen Denken, Fühlen und Handeln. Auch Erinnerungen und Gefühle beeinflussen unsere Sprache und haben Auswirkung auf unser Leben
- Üben mit Ton, Stimme, Modulation unsere Gedanken mitzuteilen, zu kommunizieren

Eine veränderte Wortwahl ermöglicht neues Denken und Handeln und Vertrauen in sich selbst.

Französisch

Thema: **Französisch – auffrischen und erweitern** (Fortsetzung)

Kurs-Nr.: 26F 0401410 max. 12 TN
donnerstags 13:00 bis 14:30 Uhr (12-mal)
Beginn: 05.02.2026
Gebühr: EUR 104,00

Dozentin: **Sophie Bischofberger**

Unser Schwerpunkt ist Sprechen über Alltags Themen, Erlebnisse sowie Reiseberichte. Wortschatz und grundlegende Grammatikstrukturen werden aufgefrischt und geübt. Das Ziel ist es, eine dynamische Lernumgebung zu schaffen, in der jede und jeder in seinem eigenen Tempo Fortschritte machen kann und gleichzeitig das Vertrauen in das mündliche Ausdrucksvermögen stärkt.

Niveau: A2/3, Lektüre und Grammatik

Zu einer Schnupperstunde seid Ihr herzlich willkommen.

Achtung: Der Kurs beginnt schon am 05.02. und endet am 21.05.2026. Die Termine sind 05.02./12.02./26.02./05.03./12.03./19.03./26.03./16.04./23.04./30.04./07.05. und 21.05.

Thema: **Französisch – auffrischen und erweitern** (Sommerkurs)

Kurs-Nr.: 26F 0401411 max. 12 TN
donnerstags 13:00 bis 14:30 Uhr (5-mal)
Termine: 02.07./09.07./16.07./23.07./30.07.
Gebühr: EUR 54,00

Dozentin: **Sophie Bischofberger**

Kunst/Kreativ

Thema: Vier Elemente: Wasser, Erde, Feuer, Luft

Kurs-Nr.: 26F 0401412 max. 6 TN
donnerstags 14:00 bis 16:35 Uhr (4-mal)
Termine: 16.04./23.04./30.04./07.05.
Ort: Atelier io sono, Pfarrer-Weiß-Weg 16, Ulm - Söflingen (Untergeschoss)
Gebühr: EUR 85,00 (Kleingruppe, zuzügl. ca. 25 € Materialkosten)

Dozentin: Dr. Petra Buchwald

In diesem Semester widmen wir uns den Elementen Wasser, Erde, Feuer, Luft, die vier elementaren Bestandteile für unser Leben. Jedes Element wird in einem kleinformatigen Bild mit den Maßen 30 x 30 cm gestaltet.

Hierbei kannst du gerne Dinge deines Alltags oder Lebens mit in die Bilder einarbeiten, z.B. beim Thema Erde: bring gerne deine Heimaterde mit, die Erde aus deinem Garten, den du liebst, den Sand von einem wunderschönen Urlaub am Meer etc.

Oder bei Wasser: das Regenwasser, das du aufgefangen hast, das Wasser aus dem Bach hinter deinem Haus, der so schön plätschert ... Bringe Dinge mit, die dir etwas bedeuten, die für dich von Wert sind, die wir im Alltag häufig übersehen, die du aber in deinem Bild festhalten oder erinnern möchtest.

Wir finden ganz individuelle Wege, wie du deine Gegenstände in dein Bild integrieren kannst.

Wir starten mit dem Thema Wasser. Materialkosten in Höhe von 25 € werden im Kurs abgerechnet.

Bitte Kittel, Schürze oder Kleidung, die noch Farbe vertragen kann, mitbringen.

Dr. Petra Buchwald ist freie Künstlerin, Kunsttherapeutin, Ärztin und ganzheitlicher Coach. Sie hat ein eigenes Atelier in Söflingen, Pfarrer-Weiß-Weg 16 (www.atelier-iosono.de)

Kulturwissenschaften

Thema: Selber denken – Teil 2

Kurs-Nr.: 26F 0401500
freitags 09:30 bis 12:30 Uhr (3-mal)
Termine: 06.03./13.03./20.03.
Gebühr: EUR 46,00

max. 12 TN

Dozentin: Angela Barczyk

Wie haben Frauen in unterschiedlichen Phasen der Kulturgeschichte gedacht? Was ging dem Scheiterhaufen voraus?

Welche Geschichten hängen mit den denkenden Frauen zusammen, ihrer Perspektive, ihren Lösungsvorschlägen, ihrem Verweigern?

Welche Kontexte verhinderten, dass diese hätten Gegengewicht sein können in den männlich dominierten Feldern von Philosophie, Literatur und bildender Kunst?

Denken und Handeln von Maria und Lysistrata, Artemisia Gentileschi und Hannah Arendt zum Beispiel, aus anderer Zeit als unserer anzuschauen und nachzuvollziehen, können für uns heute Zugehörigkeit und Trost bedeuten – Trost im ursprünglichen Sinne von Ermutigung, Stärkung und seelischem Halt.

Eine Vielfalt tradierter Texte und Darstellungen stehen zur Verfügung. Wir wissen von ihnen, und werden keine Deutung mehr von außen übernehmen.

Stattdessen werden wir die Geschichten und Werke dieser Frauen genau betrachten, durchdenken und uns dazu austauschen.

Dieser Kurs richtet sich hauptsächlich an die, die nach »Selber denken« noch mehr Einblick bekommen möchten – wer darüber hinaus neugierig ist und sich angesprochen fühlt, ist willkommen.

Kulturwissenschaften

Thema: Zwischen Samowar und Seidenstraße: Frauenporträts, Kulturen und ein Fest der Genüsse

Kurs-Nr.: 26F 0401501

freitags 09:30 bis 12:30 Uhr (3-mal)

Termine: 06.03./13.03. vormittags und 20.03. von 18:00 bis 22:00 Uhr Kochen in der Küche der Ulrich-von-Ensingen-Gemeinschaftsschule

Gebühr: EUR 98,00 (einschließlich der Lebensmittel für Kochevent)

Dozentin: Elsa Schröttle

Dieser Kurs lädt zu einer außergewöhnlichen kulturellen und kulinarischen Reise ein – einer Reise, die Frauenwelten verbindet, Geschichten lebendig macht und am Ende sogar im wahrsten Sinne des Wortes »auf der Zunge zergeht«. Gemeinsam erkunden wir drei faszinierende Perspektiven: historische Entwicklungen, kulturelle Identitäten und die verbindende Kraft gemeinsamer Erfahrungen.

Teil 1 führt uns nach Zentralasien – in eine vielfältige Region entlang der Seidenstraße, in der Frauen seit Generationen Traditionen bewahren, Familien prägen und dennoch selbstbewusst ihren Platz in einer sich wandelnden Gesellschaft behaupten. Wir blicken hinter Klischees, sprechen über Rollenbilder und betrachten bewegende Biografien aus dem usbekisch-zentralasiatischen Raum.

Teil 2 richtet den Fokus auf die russische Frau – ein kulturelles Phänomen zwischen Stärke und Feinfühligkeit, Humor und Alltagspoetik. Was macht »die russische Frau« aus? Welche historischen, sozialen und kulturellen Einflüsse haben dieses Bild geformt? Und was davon ist Mythos, was gelebte Realität? Wir gehen gemeinsam der Essenz dieser Identität auf den Grund.

Teil 3 bringt schließlich alles zusammen: Bei einem gemeinsamen Kochabend mit Gerichten aus Zentralasien und Russland feiern wir das Verbindende. Hier dürft Ihr nicht nur kochen, sondern schmecken, ausprobieren, zuhören, erzählen und lachen. Ein Abend, der Kultur erfahrbar macht – mit Gewürzen, Aromen und Geschichten, die Menschen miteinander verbinden.

Der Kurs ist ideal für Frauen, die neugierig sind, über den Tellerrand hinauszublicken – und dabei auch sehr gerne in den Teller hineinschauen. Eine Mischung aus Wissen, Humor, Austausch und einem Fest für die Sinne.

Elsa Schröttle ist interkulturelle Kommunikationstrainerin, Sprachdozentin und Kulturvermittlerin mit koreanischen Wurzeln in Zentralasien. Sie verbindet historische Perspektiven, gesellschaftliche Entwicklungen und persönliche Lebensgeschichten zu lebendigen, gut verständlichen Einblicken in verschiedene Frauenwelten.

Politik

Thema: Regel- und wertebasierte politische Systeme versus autokratische Systeme: droht ein Verlust demokratischer Ordnungen?

Kurs-Nr.: 26F 0401502
freitags 09:00 bis 12:30 Uhr (3-mal)
Termine: 24.04./08.05./22.05.
Gebühr: EUR 54,00

Dozentin: Ina Plogmann

Wir leben in einer Zeit tiefgreifenden Wandels: das Machtgefüge in der Welt verschiebt sich fortlaufend; wirtschaftliche Krisen, Klimawandel und Veränderungen in der politischen Landschaft bestimmen die Nachrichten. In nicht wenigen Staaten der Welt erleben wir Angriffe auf die demokratische Ordnung. Ein autokratisches System wie in China, autokratische Tendenzen in der Türkei, Angriffe auf die Gewaltenteilung in Israel geben Anlass zur Sorge, um nur ein paar Beispiele zu nennen.

Und auch in den USA, dem Land mit einer langen demokratischen Tradition, in der Freiheit stets ein zentraler Wert war, vollzieht sich ein grundlegender Wandel.

Seit Beginn der zweiten Amtszeit von Donald Trump erlebt die Welt, wie der neue amerikanische Präsident mit seiner Politik nicht nur die Weltpolitik grundlegend negativ beeinflusst, indem er amerikanische Interessen in den Vordergrund stellt und sich selbst als Deal Maker und nicht als Staatsmann im positiven Sinne sieht. Auch im Inneren formt er seit dem ersten Tag seiner Präsidentschaft das politische System um, getreu dem Motto: »Wer die Macht hat, hat das Recht«; Richter*innen werden entlassen, Gerichte beeinflusst, Medien mundtot gemacht oder auf »Linie gebracht«, die Besetzung politischer Ämter wird abhängig gemacht von der Loyalität gegenüber Trump und nicht von der Qualifikation. Damit bedroht Trump die grundlegenden Werte einer Demokratie wie Menschenrechte, Meinungsvielfalt, Pressefreiheit, Gewaltenteilung, Kontrolle und Opposition.

In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit den Grundlagen demokratischer Systeme, um im nächsten Schritt anhand der konkreten Entwicklungen deutlich zu machen, welche Veränderungen in den USA bereits erfolgt sind, welche Auswirkungen diese haben und welche Möglichkeiten der Opposition es gibt, um das demokratische System zu bewahren. Falls die Zeit es erlaubt, werden auch andere politische Systeme beleuchtet, bei denen Angriffe auf demokratische Grundwerte erfolgen.

Gesellschaft

Thema: Letzte Reise – Über den Tod spricht man nicht ... oder doch?
(Wiederholung)

Kurs-Nr.: 26F 0401503 max. 10 TN
freitags 09:00 bis 12:30 Uhr (3-mal)
Termine: 22.05./12.06./19.06.
Gebühr: EUR 75,00 (Kleingruppe)

Dozentin: Lea Scheurer

In entspannter Atmosphäre reden wir über alles Wichtige rund um das Thema Bestattung und halten unsere Wünsche und Vorstellungen fest. Ziel des Kurses ist es, genügend Wissen zu vermitteln, so dass die Teilnehmerinnen in Zukunft jederzeit selbst Änderungen an ihrer Bestattungsvorsorge vornehmen können.

Folgende Themen werden wir behandeln:

- Bürokratie, Abmeldungen, Personalien
- Aufklärung zu möglichen Bestattungsarten
- Inhalt und Ablauf der Trauerfeier
- Aufbahrung, Trauerpsychologie
- Bestattungskosten, sonstige Fragen

Am Ende des Kurses werden wir unsere Bestattungsvorsorge mit nach Hause nehmen und dann können wir uns künftig beruhigt anderen Dingen widmen.

Lea Scheurer ist Bestatterin aus Leidenschaft. Sie hat während ihrer zehnjährigen Berufstätigkeit erkannt, dass ihre Arbeit weit über den Verkauf von Särgen und Urnen hinausgeht. Vielmehr möchte sie Menschen in der Zeit des Abschieds unterstützen und helfen, einen gesunden Weg durch die Trauer zu finden. Deshalb hat sie sich im Bereich Trauerpsychologie spezialisiert und die Weiterbildung zur Sterbe- und Trauerbegleiterin absolviert. Eine transparente, unabhängige und einfühlsame Beratung ist ihr dabei besonders wichtig – immer mit dem Blick auf das, was der/die Betroffene braucht.

Psychologie

Thema: Du bist ok. und ich auch – der Weg zur Akzeptanz – wie halte ich andere Meinungen aus?

Kurs-Nr.: 26F 0401504
freitags 09:30 bis 12:00 Uhr (3-mal)
Termine: 12.06./19.06./26.06.
Gebühr: EUR 45,00

Dozentin: Verena Lehmann

In diesem Kurs geht es darum, mit der Methode der Achtsamkeit annehmen zu lernen. Andere Werthaltungen zu akzeptieren erweist sich gelegentlich als mühsam, gerade dann, wenn Menschen über sich denken, sie seien großzügig und tolerant.

Wenn die eigenen Werthaltungen infrage gestellt werden, dann gerät etwas ins Ungleichgewicht: ich gebe meine Werte auf, um mit dir eine Harmonie zu haben oder ich stelle meine Werte zur Diskussion und lasse eine Betrachtung der Bedürfnisse zu.

Angenommen zwei Nachbarn haben einen Streit um einen Baum, welcher in einem der beiden Grundstücke steht. Nachbar A hat die Position: der Baum muss weg. Nachbar B möchte seinen Baum erhalten und weist auf sein Recht hin.

Welche Interessen stehen hinter den Positionen: Nachbar A sagt: die Blätter wehen zu mir: ich will nicht fegen, ich brauche Zeit.

Nachbar B sagt: ich will den Baum mit seinen Bewohnern genießen und den Schatten auf die Hauswand brauche ich auch, dann ist es kühler im Raum.

Wahrgenommen werden die körperlichen Signale und die Gefühle sowie Gedanken. Alle Quellen haben ihre eigene Informationsqualität.

Im Fokus liegt alles, was unerwünscht ist, Leiden entstehen lässt und Leichtigkeit verhindert.

Und dann entsteht die Frage: welches Bedürfnis ist unerfüllt. Nachbar A sagt: mein ... ist pflegebedürftig: ich brauche Zeit für die Zuwendung und das Zusammensein und die Erledigungen. Ich möchte frei sein in meiner Zeiteinteilung. Nachbar B sagt: ich brauche die Kühle im Raum und die schöne Aussicht für meine Lebensqualität.

Was kann nun passieren: Die Voraussetzung ist Offenheit und Geduld und Akzeptanz der polarisierten Haltung. Und vielleicht entsteht durch das Hinhören eine Brücke und Nachbar B bietet das Fegen des Gehwegs an.

Mitzubringen ist ein großes Ausmaß an Geduld und Gelassenheit, das Bemühen sich und andere immer wieder so anzunehmen, um den Prozess des Kennenlernens aufrechterhalten zu können.

Geschichte

Thema: Ulm ab 1800

Kurs-Nr.: 26F 0401505
09:00 bis 12:30 Uhr (5-mal)
Termine: Montag, 23.02. bis Freitag, 27.02.
Gebühr: EUR 82,00

Dozentin: Dr. Marianne Erath



Ab 1800 tut sich in Ulm ungeheuer viel. Nachdem die Reichstadt bis 1802 immer dem König unterstand und sich überwiegend selbst verwaltete, wird sie nun zum Spielball der Mächte: 1802 wird Ulm im Zuge der Napoleonischen Kriege Bayern zugeschlagen. 1810 einigt sich das Königreich Württemberg mit Bayern und Ulm wird Württembergisch; Neu-Ulm entsteht. Die Bundesfestung wird gebaut.

Schon 1794 erhält die Stadt ein modernes Postsystem. Das Gebiet wird in die Viertel A-D eingeteilt und jedes Haus darin von 1 an durchnummeriert. Die Stadt wird zu groß für die Stadtmauer – die Stadttore werden nutzlos und verschwinden und die Neustadt entsteht. 1864 werden dann für Straßen in der Neustadt eigene Namen vergeben: Karlstraße, Olgastr., Syrlinstr. und Keplerstraße.

Ab 1830 entsteht eine moderne Kanalisation. Eine zentrale Wasserversorgung liefert Wasser in jedes Haus. Ab 1857 versorgt das Gaswerk am Neutor die Straßenbeleuchtung mit Gas und ab 1895 wird man sogar mit elektrischem Strom versorgt.

Die Verfügbarkeit von Elektrizität lässt den Beruf des Ingenieurs entstehen. Die Eisenbahn sorgt für neuen Aufschwung und befeuert die Industrialisierung und die Menschen ergehen sich in ihrer Freizeit in der Friedrichsau.

Die Industrialisierung schreitet voran (Hutfabrik Mayser, Metallgießerei Wieland, Magirus).

Wie immer wird durch Filme und evtl. eine Exkursion zum Alten Friedhof das Thema abwechslungsreich gestaltet. Wie weit wir mit den Inhalten kommen, hängt auch von den entstehenden Diskussionen ab.

Kultur

Thema: »Theater hintergründig« Vom Stück zur Aufführung – über die künstlerische Arbeit am Theater anhand unterschiedlicher Inszenierungen in Kooperation mit dem Theater Ulm (gemeinsam mit der Männerakademie)

Kurs-Nr.: 26F 0401591
dienstags 24.02./03.03./10.03./17.03. (4-mal)
(Vorstellungen: Freitag, 27.03./Freitag, 17.04.)
Ort: Theater Ulm (Treffpunkt Theaterkasse)
Gebühr: EUR 40,00 (ohne Eintritt)

Dozent: Dr. Christian Katzschmann (Chefdramaturg am Theater Ulm)

Das Theater Ulm bietet einen vierteiligen Kurs über die Entstehung von Bühnenproduktionen an. Ausgehend von der Vorstellung der Stücke und der jeweiligen Inszenierungsidee über Gespräche mit Produktionsbeteiligten sowie Probenbesuche wird der künstlerische Arbeitsprozess vorgestellt. Einblicke hinter die Kulissen des Theaters vermitteln einen Eindruck von den unterschiedlichen Aufgaben und Herausforderungen, die für das Gelingen der Inszenierungen zu meistern sind. Zum Abschluss ist der Besuch der jeweiligen Aufführungen geplant.

Der Kurs richtet sich an alle, die an Bühnenkunst in ihren unterschiedlichen Formen interessiert sind und sich genauer über das künstlerische Arbeiten am Theater informieren wollen.

Schauspiel »Mephisto«, Großes Haus

Eine Bühnenadaption nach dem berühmten Roman von Klaus Mann, Regie führt Malte Kreuzfeldt, der in Ulm zuletzt eine spannende Deutung von Kafkas »Prozess« auf die Bühne brachte.

Dienstag, 24. Februar 2026, 16:00 Uhr bis 17:30 Uhr – Einführung

Dienstag, 3. März 2026, 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr – Probenbesuch

Freitag, 27. März 2026, 20:00 Uhr – Vorstellungsbesuch

Schauspiel »Fräulein Julie«, Podium

August Strindbergs berühmtestes Theaterstück, im Podium in Szene gesetzt von Schauspieldirektorin Marlene Schäfer.

Dienstag, 10. März 2026, 16:00 Uhr bis 17:30 Uhr – Einführung

Dienstag, 17. März 2026, 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr – Probenbesuch

Freitag, 17. April 2026, 19:30 Uhr – Vorstellungsbesuch

Die Eintrittskarte für die Vorstellungsbesuche zum ermäßigten Preis ist nicht Teil der Kursgebühr und wird separat bezahlt. Eine Abfrage erfolgt beim ersten Termin.

Architektur

Thema: Architekten-Porträts Teil 5: Tadao Ando und Zaha Hadid

Kurs-Nr.: 26F 0401506
Dienstag 03.03., 09:00 bis 12:30 Uhr (1-mal)
Gebühr: EUR 20,00

Dozentin: Karin Garbas

Antoni Gaudi, Charles Mackintosh, Le Corbusier, Frank Lloyd Wright, Frank Gehry, Richard Meier, Mario Botta, Peter Zumthor, David Chipperfield, Kazuyo Sejima ... – zu allen Zeiten gab es in der Architektur herausragende Persönlichkeiten, die entscheidend die Baukunst prägten. Ich möchte Euch dazu einladen, mehr über diese außergewöhnlichen Persönlichkeiten und deren Projekte zu erfahren.

Was inspirierte diese Baukünstler*innen? Welche Visionen verfolgten sie? Wie sehen ihre wichtigsten Werke aus? Konnte ihre Architektur die Welt verändern?

Diesmal geht es um völlig verschiedene Architekturstile: auf der einen Seite eine strenge Geometrie und Klarheit, auf der anderen Seite die völlige Neudefinition von Räumlichkeit.

Tadao Ando ist ein Meister des Minimalismus, der Harmonie – und der Spannung: Seine Architektur betont die strenge Geometrie des Gebauten gegenüber dem Organischen der Natur. Er erhielt für sein Werk zahlreiche internationale Auszeichnungen, unter anderem 1995 den Pritzker-Preis, die wichtigste Auszeichnung für Architekten. Seine Architektur wurde einmal mit der japanischen Tee-Zeremonie verglichen: »Beide sind abgeschlossen und konzentriert... Beide sind ruhig, still und rein. Beide sind sanft, nüchtern und klar gestimmt ... Sie sind weder gewöhnlich noch monumental.« Diese Beschreibung trifft wunderbar auf seine Bauten zu.

Zaha Hadid zählt zu den talentiertesten und innovativsten Architektinnen der Gegenwart. Radikal brach sie mit konventionellen Vorstellungen und Bauformen. Als erste Frau erhielt sie 2004 den Pritzker-Preis. Lange Zeit waren Hadids Ideen potenziellen Bauherren zu gewagt. 1993 gelang ihr endlich, mit der Feuerwache für das Vitra-Werk in Weil am Rhein, der Durchbruch. Für eines ihrer letzten Werke, Reinhold Messners spektakuläres Museum auf dem Kronplatz in Südtirol, hat Zaha Hadid den Fels aushöhlen lassen. Ein Balkon und zwei gewaltige Fenster stellen die Verbindung zur Landschaft draußen über den Wolken her, Museum und Erhabenheit der Umgebung werden eins.

Die Teilnahme an den vorigen Folgen dieser Reihe wird nicht vorausgesetzt.

Literatur/Kultur/Frau und Gesellschaft

Thema: Autorinnengespräch »Starke Frauen an der Donau« zum Internationalen Frauentag mit Maria Lehner

Kurs-Nr.: 26F 0401595

Dienstag 05.03., 19:00 bis 21:00 Uhr (1-mal)

Ort: Haus der Donau (Donaubüro), Kronengasse 4/3, Ulm
Eintritt frei

Autorin: Maria Lehner

Wenn von starken Frauen gesprochen wird, werden vor allem jene Vertreterinnen genannt, die durch herausragende Leistungen in ihrem Fach oder ihre besonderen Biografien einen Platz in der Geschichte gefunden haben. Ihr Kampf gegen große Widerstände, ihr Mut, ihre Entschlossenheit und ihre besonderen Leistungen sind vorbildhafte Zeugnisse für den Kampf gegen Ungerechtigkeit und Vorurteile.

Die Veranstaltung »Starke Frauen an der Donau« möchte aber vor allem jenen Frauen eine Stimme geben, die nicht unbedingt im who's who erscheinen, sondern deren Lebenswege beispielhaft für viele vergleichbare Biografien in der Gegenwart stehen.

Eingeladen haben wir dazu die Autorin Maria Lehner. In ihrem Buch »... und dann ins Schwarze Meer« beschreibt sie zehn Frauengeschichten und verbindet diese mit geschichtlichen und politischen Ereignissen im Donaauraum. Sie wird an diesem Abend über die Frauen in ihrem Buch erzählen und auch ein paar Textpassagen lesen. Dazu wird es eine musikalische Begleitung geben.

Veranstalter*innen:

Donaubüro Ulm/Neu-Ulm gGmbH

Frauenakademie an der vh Ulm

Kulturreferentin für den Donaauraum am Donauschwäbischen Zentralmuseum Ulm

Kunst/Kultur

Thema: Führung durch die Ausstellung »Winzige Giganten«
Museum Brot und Kunst – Forum Welternährung

Kurs-Nr.: 26F 0401507
Freitag 06.03., 10:00 bis 11:00 Uhr (1-mal)
Gebühr: EUR 20,00

Dozentin: Dr. Nicole Rettig

Thema: Zusatz-Führung durch die Ausstellung »Winzige Giganten«

Kurs-Nr.: 26F 0401508
Freitag 27.03., 10:00 bis 11:00 Uhr (1-mal)
Gebühr: EUR 20,00

Als im 17. Jahrhundert die ersten leistungsfähigen Mikroskope erfunden wurden, eröffnete sich eine ganz neue Welt: die Welt des unendlich Kleinen. Aber erst seit dem 19. Jahrhundert beginnen wir zu verstehen, wie überaus wichtig diese Welt für das Leben auf unserem Planeten ist.

Mikroorganismen haben das komplexe Ökosystem auf der Erde hervorgebracht und bilden auch heute noch das Rückgrat für den Kreislauf der Natur. Wir Menschen sind mit ihnen allen verwandt. Wenn wir Nahrung anbauen, arbeiten wir mit dem Boden. Dort findet sich eine fast unendliche Vielfalt an Mikroorganismen.

Seit langem schon kooperieren wir mit bestimmten Bakterien und Pilzen, um zum Beispiel Brot und Bier, Joghurt oder Schokolade herzustellen. Diese Lebensmittel erhalten ihren charakteristischen Geschmack erst durch deren Stoffwechselprozesse. Bakterien, Pilze und Algen weisen zum Teil erstaunliche Fähigkeiten auf. Können sie uns helfen, unseren Müll zu reduzieren und den Klimawandel aufzuhalten? Viele Wissenschaftler*innen arbeiten mit Mikroorganismen, um Lösungen für aktuelle und zukünftige Probleme zu finden.

Die Ausstellung gibt Einblicke in das Wirken der Mikroorganismen im Boden, in Lebensmitteln und im Körper, und stellt aktuelle Forschungen vor. Anhand von Fotos, Objekten und Installationen wird das sonst Unsichtbare sichtbar. Vor allem aber machen zahlreiche Kunstwerke die Welt des unendlich Kleinen und unseren Umgang damit anschaulich.

Die Ausstellung ist eine Kooperation mit dem Museum Mühlerama, Zürich.
(Text: www.museumbrotundkunst.de/ausstellung/winzige-giganten)

Kunst/Kreativ

Thema: Kurskurs: Was bedeutet Farbe für mich?

Kurs-Nr.: 26F 0401509

Termine: Freitag, 13.03., 14 bis 18 Uhr und
 Samstag, 14.03., 11 bis 16 Uhr (2-mal)

Ort: Atelier Marianne Hollenstein, Gartenstr. 14, Ulm

Gebühr: EUR 85,00

Dozentin: Marianne Hollenstein

Es geht bei meinem Kurs um freies Malen auf Leinwand, Holz oder Pappe. Im Speziellen untersuchen wir die Bedeutung von Farbe, was persönlich und philosophisch sein kann. Farben können mit Erlebnissen verknüpft sein. Menschen drücken sich über Farben aus. Farben können zeigen, wer wir sind oder sein wollen.

Im Atelier in der Gartenstrasse wird ein Raum angeboten, der zur Kreativität anspornt. Das Material, wie Farben und Pinsel sind vorhanden. Jede Kursteilnehmerin soll eine eigene Malunterlage wie Leinwand oder auch Pappe usw. mitbringen.

Das Atelier liegt in der Gartenstraße 14 im Dichterviertel, direkt beim Bahnhofsteg, gegenüber des Cafés Blau.

Geschichte

**Thema: Exkursion nach Augsburg ins Schaezlerpalais:
Der Reichtum der Kunst – Jakob Fugger und sein Erbe**

Kurs-Nr.: 26F 0401510
Freitag 20.03., 09:00 bis 12:30 Uhr in der vh
Samstag 28.03., 08:00 bis 18:00 Uhr (Exkursion)
Gebühr: EUR 70,00 (einschl. Eintritt und Führung, zuzügl. Fahrtkosten)

Dozentin: Dr. Marianne Erath

»Anlässlich des 500. Todestages von Jakob Fugger dem Reichen zeigen die Kunstsammlungen und Museen Augsburg in Kooperation mit den Fürstlich und Gräfllich Fuggerschen Stiftungen eine Sonderausstellung zu den reichen Kunstschatzen aus der Zeit der Fugger. Die kunsthistorische Ausstellung beschäftigt sich vornehmlich mit der Bedeutung der Fugger als wichtige Akteure und Förderer der zeitgenössischen Kunstproduktion.

Die Schau umfasst drei Themenblöcke, die in den repräsentativen Räumen im zweiten Stock des Schaezlerpalais zu sehen sind: Venezianische Meister wie Canaletto, Veronese und Tiepolo betonen beispielsweise die weitreichenden Verbindungen der einflussreichen Handelsfamilie über Augsburg hinaus. Präsentiert werden länger nicht gezeigte Gemälde von Hans Maler und Albrecht Dürer. Zu sehen ist aber auch neu erworbener Schmuck, Kunsthandwerk und Grafik aus dem Besitz und Umfeld der Fugger, das Mäzenatentum verdeutlichend. Die eigenen Bestände der Kunstsammlungen & Museen Augsburg werden hier durch Leihgaben ergänzt.«

Am Freitag behandeln wir in der vh die Geschichte von Augsburg und das Leben von Jakob Fugger.

Am Samstag ist folgendes geplant:

- Besuch der Sonderausstellung »Reichtum der Kunst – Jakob Fugger und sein Erbe« im Schaezlerpalais mit Führung durch eine Fachkraft
- Zeit, das Palais mit seinen zahlreichen Abteilungen auf eigene Faust zu erkunden
- nach dem Mittagessen kleine Stadtführung durch mich
- Gelegenheit zum Bummeln
um 18 Uhr sind wir wieder in Ulm

Naturwissenschaften

Thema: Exkursion: Wein und Wanderung im Remstal

Kurs-Nr.: 26F 0401511

Freitag 17.04., 09:00 bis 10:00 Uhr in der vh,

Freitag 24.04., 10:00 bis 17:00 Uhr Exkursion (zuzügl. Fahrzeit)

Gebühr: EUR 95,00 (zuzügl. Fahrtkosten, einschl. Planwagentour und Weinverkostung)

Dozentin: Dr. Beatrix Wandelt

Der erste Abschnitt unseres Ausflugstages in die Kulturlandschaft des süddeutschen Albstufenlandes bietet uns eine abwechslungsreiche Wanderung, die Weinberge, Streuobstwiesen, Bäche, eine Skulpturenallee, den einmaligen Blick über die Waiblinger Keuperbucht und den Schurwald. Wir starten in dem Fachwerkdorf Weinstadt-Strümpfelbach und wandern einen 8,2 Kilometer langen Rundweg mit 180 Metern Höhendifferenz und einer Mittagspause im Naturfreundehaus Strümpfelbach.

Am Nachmittag erleben wir eine zweistündige Planwagentour durch die Weinberge entlang des Skulpturenpfades mit Erklärungen des Winzers, Weinverkostung und ein paar Häppchen.

Die Anfahrt erfolgt in **Fahrgemeinschaften**, daher teilt bitte bei der Anmeldung mit, ob Ihr ein Auto stellen könnt.

- Freitag, 17. April, 09:00 bis 10:00 Uhr: Termin Vorbesprechung mit fachlicher Einführung und Organisation (die Teilnahme ist verpflichtend für die Teilnahme an der Exkursion)
- Exkursion: Freitag, 24. April, 10:00 bis 17:00 Uhr (plus Fahrtzeiten)
- Die Kosten für die Planwagentour durch die Weinberge und die Weinprobe sind in der Kursgebühr enthalten



Naturwissenschaften

Thema: Exkursion nach Weingarten »Der stille Bach«

Kurs-Nr.: 26F 0401512

Freitag 17.04., 10:00 bis 11:00 Uhr in der vh,

Freitag 08.05., 11:00 bis 16:00 Uhr Exkursion (zuzügl. Fahrzeit)

Gebühr: EUR 40,00 (zuzügl. Fahrtkosten)

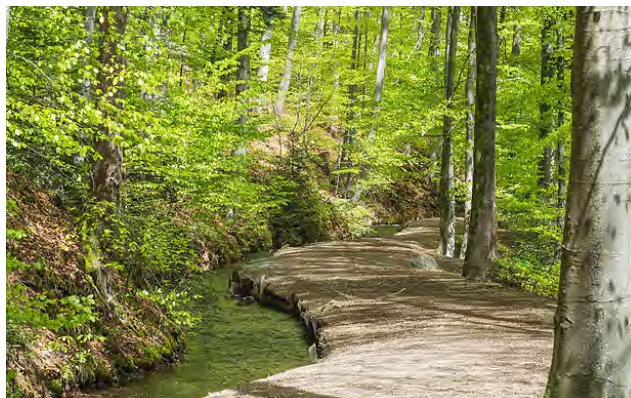
Dozentin: Dr. Beatrix Wandelt

Die Benediktiner von Weingarten im Landkreis Ravensburg hinterließen mit dem jahrhundertealten Kanalsystem des Stillen Baches eine wasserwirtschaftliche Meisterleistung. Das Wasser natürlicher Quellen und Bäche wurde künstlich angelegten Bachbetten zugeleitet, wodurch verschiedene Wasserscheiden überwunden wurden. Stauseen und diese Wasserwege ermöglichten so, Fischerei zu betreiben, Energie zu gewinnen und Mühlen anzutreiben. Der Stille Bach ist seit 2014 ein Kulturdenkmal.

Am Vormittag werden wir eine Führung durch die größte Barockkirche nördlich der Alpen, der Basilika St. Martin in Weingarten bekommen. Nach einer Mittagspause machen wir uns auf zu unserer romantischen und ungewöhnlichen Wanderung entlang des Stillen Baches (ab dem Weingartener Waldfreibad, ca. 5,5 Kilometer, keine nennenswerten Steigungen).

Die Anfahrt erfolgt in **Fahrgemeinschaften**, daher teilt bitte bei der Anmeldung mit, ob Ihr ein Auto stellen könnt.

- Freitag, 17. April, 10:00 bis 11:00 Uhr: Termin Vorbesprechung mit fachlicher Einführung und Organisation (die Teilnahme ist verpflichtend für die Teilnahme an der Exkursion)
- Exkursion: Freitag, 08. Mai, 11:00 bis 16:00 Uhr (plus Fahrtzeiten)
- Die Kosten für die Führung in der Basilika sind im Kurspreis enthalten



Naturwissenschaften

Thema: Exkursion zur Meteoritenkrater-Stadt Nördlingen

Kurs-Nr.: 26F 0401513

Freitag 17.04., 11:00 bis 12:00 Uhr in der vh,

Freitag 22.05., 10:00 bis 16:00 Uhr Exkursion (zuzügl. Fahrzeit)

Gebühr: EUR 40,00 (zuzügl. Fahrtkosten)

Dozentin: Dr. Beatrix Wandelt

Vor etwa 15 Millionen Jahren kollidierte ein im Durchmesser ca. 1 Kilometer messender Meteorit mit der Erde. Das Resultat dieser kosmischen Begegnung ist das Nördlinger Ries, eingesenkt als markante Geländeform in der Schwäbisch-Fränkischen Alb. Der etwa 25 km große, nahezu kreisrunde Einschlagskrater gehört zu den weltweit besterhaltenen Kratern dieser Größenordnung.

Am Vormittag machen wir eine Runde durch die historische Stadt Nördlingen, die noch über eine komplette Stadtmauer, ein Gerberviertel, den Kirchturm Daniel und ein Salzviertel verfügt. Nördlingen war 1634 Schauplatz einer denkwürdigen Schlacht im 30-jährigen Krieg. Hier fanden in der letzten Hälfte des 16. Jahrhundert besonders grausame Hexenprozesse statt. Nach einer Mittagspause führe ich euch durch das eindrucksvolle Rieskrater-Museum, das 1990 in der Altstadt in einer mittelalterlichen Zehntscheuer eingerichtet worden ist. Den Abschluss bildet ein Blick vom Rand in den Meteoritenkrater auf der Rückfahrt.

Die Anfahrt erfolgt in **Fahrgemeinschaften**, daher teilt bitte bei der Anmeldung mit, ob Ihr ein Auto stellen könnt.

- Freitag, 17. April 2026, 11:00 bis 12:00 Uhr: Termin Vorbesprechung mit fachlicher Einführung und Organisation (die Teilnahme ist verpflichtend für die Teilnahme an der Exkursion)
- Exkursion: Freitag, 22. Mai 2026, 10:00 bis 16:00 Uhr (plus Fahrtzeiten)



Literatur/Geschichte

**Thema: Heinrich Heine: Paris, die schöne Zauberstadt
Au Coeur de Paris**

Kurs-Nr.: 26F 0401514
Dienstag 21.04., 09:00 bis 12:30 Uhr (1-mal)
Gebühr: EUR 20,00

Dozent: Thomas Mahr

Wie keine andere Großstadt in Europa hat Paris eine unbeschreibliche Anziehungskraft. Gleichmaßen ist es der Charme und der Geist einer umtriebigen Metropole, die es aber nach wie vor nicht vergisst, das Leben zu genießen.

Hier herrschten absolute Könige in Saus und Braus, aber auch der Ruf nach Freiheit und Gleichheit nahm von hier seinen Ausgangspunkt. In Kunst und Literatur war es das 19. Jahrhundert, in dem Frankreich die Maßstäbe setzte und kein Weg an Paris vorbei ging. Deshalb wurde die Stadt über Jahrhunderte für viele ein Ort der Inspiration, aber auch zum Fluchtpunkt für uns Deutsche.

Ich will nicht so vermessen sein, an einem Vormittag diese Weltstadt komplett ergründen zu wollen. Vielmehr gilt es, mit einem Spaziergang durch die Literatur und die Geschichte von Paris Appetit zu machen, Frankreichs Metropole wieder einmal oder gar zum ersten Mal einen Besuch abzustatten.

Nochmals ganz im Sinne von Heinrich Heine: »Wenn der liebe Gott sich im Himmel langweilt, dann öffnet er das Fenster und betrachtet die Boulevards von Paris.« Es lässt sich wunderbar flanieren in den Gassen und den Prachtstraßen von Paris, wo Kunst und Literatur uns auf Schritt und Tritt begegnen. Man muss nur in den Büchern blättern und anfangen Paris zu erlesen.

Kultur/Gesellschaft

Thema: **Konzertlesung: Frauen und Männer – oder: Mr. Right und Lady Perfect**
mit Weltmusik der Gruppe Sirius

Kurs-Nr.: 26F 0401590
Freitag 08.05., 19:00 bis 21:30 Uhr
Gebühr: EUR 15,00

Dozent*innen: **Kirsten Tretter, Lothar Heusohn**

Semesterzeit ist Konzertlesungszeit. Mit dieser Tradition wollen wir auch in diesem Frühjahr nicht brechen und haben uns deshalb an ein zeitloses Thema herangewagt: Frauen und Männer.

Ein wunderbares Thema, um sich anzunähern an Brautschauen, Flirten, Fensterln und Maibäume, Tanzsäle, Spinnstuben und Partys, Online- und Speeddatings, Bauern, die Frauen suchen, große Lieben und kleine Affären, alte Jungfern und neue Singles, kurz: an die Liebe und das Glück. Oder: an Mr. Right und Lady Perfect.

Mit Texten, gelesen von Kirsten Tretter und Lothar Heusohn und alles wieder unnachahmlich garniert mit Weltmusik von Sirius.



Persönlichkeitsorientiertes Angebot

Thema: »Das wird man ja wohl noch sagen dürfen ...« – Annäherung an (rechts-) populistische Erzählungen und menschenverachtende Sprache und unseren Umgang damit (Wiederholung)

Kurs-Nr.: 26F 0401515

max. 20 TN

Dienstag 19.05., 09:00 Uhr bis 12:30 Uhr (1-mal)

Gebühr: EUR 20,00

Dozent: Horst Knöpfel

Ein Vormittag und eine Tour d'Horizon zum Umgang mit rechtspopulistischen Weltbildern und daraus abgeleiteten Argumentationsmustern, die wir genauer ansehen werden.

Warum und wie wirken sie und was können wir dem entgegensetzen?

Was kann ich in der konkreten Situation am Arbeitsplatz tun? Wie im Bekanntenkreis reagieren?

Und was genau ist eigentlich rechtspopulistisch und was heißt konservativ?

Wir werden uns eingehender mit dem Hintergrund rechtspopulistischer und rechtsextremer Weltbilder auseinandersetzen und u.a. handelnde Akteurinnen im Umfeld des Rechts-extremismus vorstellen.

Theorie wird dabei mit praktischer Übung verknüpft sein, sodass sich Eure grundlegende Handlungskompetenz nach diesem Workshop erweitert haben wird.

Geschichte

Thema: Exkursion ins historische Ravensburg

Kurs-Nr.: 26F 0401516

Freitag 12.06., 09:00 bis 12:30 Uhr in der vh

Samstag 13.06., 08:00 bis 18:00 Uhr (Exkursion)

Gebühr: EUR 70,00 (einschl. Eintritt und Führung, zuzügl. Fahrtkosten)

Dozentin: Dr. Marianne Erath

Ravensburg hat viel zu bieten. Die Altstadt zeigt die ganze Vielfalt der mittelalterlichen Stadt: Humpis-Quartier, das Stadthaus der Ritter Schellenberg zu Kißlegg, das ehemalige Franziskanerinnenkloster St. Michael, den Mehlsack als Teil der Stadtbefestigung, das Obertor – ein Stadttor, das Romanische Haus, das Haus der Großen Ravensburger Handelsgesellschaft, Brotlaube, Waaghaus, Blaserturm und Rathaus.

Derzeit läuft im Humpisquartier eine Sonderausstellung, die den Markt in der Stadt als Thema hat, von den Anfängen bis heute: »Schon immer fresh! Der Ravensburger Wochenmarkt«.

»Der Ravensburger Markt ist so alt wie die Stadt selbst. Erste schriftliche Quellen zeugen von den Anfängen in der oberen Marktstraße und am Gänsbühl im 12. Jahrhundert. Die Ausstellung zeigt, wie sich der Markt im 14. Jahrhundert gemeinsam mit der Stadt ausweitete und sich in Richtung des heutigen Marienplatzes verschob.

Die Ausstellung bezieht aber auch die Gegenwart mit ein und zeigt die Arbeit der heutigen Marktbeschicker*innen vom Acker bis zum Marktstand. Was macht unseren Markt heute aus? Wie verändern sich Warenangebot und Einkaufsverhalten? Wie wird der Markt der Zukunft aussehen? Fotos und Filmdokumente aus der jüngsten Vergangenheit sowie eine eigens produzierte Fotoreportage und Videos aus der Gegenwart zeigen Kontinuitäten und Wandel auf dem Ravensburger Wochenmarkt.«

Am Freitag behandeln wir in der vh die Stadtgeschichte mit dem Schwerpunkt Markt.

Am Samstag ist folgendes geplant:

- Besuch des Marktes oder Kaffee trinken
- Führung durch die Sonderausstellung zum Ravensburger Markt durch eine Fachkraft
- nach dem Mittagessen (evtl. in der »Gaststätte Humpis« im Humpisquartier) kleine Stadtführung durch mich
- Gelegenheit zum Bummel

Um 17:19 Uhr treten wir die Rückfahrt an.

Persönlichkeitsorientiertes Angebot

**Thema: Die Psyche stärken mit Resilienz, der neuen Zauberkraft? Eher nicht!
Wir entdecken unser »mentales Immunsystem«**

Kurs-Nr.: 26F 0401517

max. 10 TN

Dienstag 30.06., 09:00 Uhr bis 12:30 Uhr (1-mal)

Gebühr: EUR 20,00

Dozent: Horst Knöpfel

Psychische Resilienz bedeutet Widerstandsfähigkeit der Psyche.

Sie macht es Menschen möglich, sich an herausfordernde Lebensbedingungen anzupassen und sich von krisenhaften Ereignissen zu erholen. Resilienz hilft uns, Belastungen auszuhalten, handlungsfähig zu bleiben und auch in schwierigen Situationen darauf zu vertrauen, dass sich alles zum Guten wenden kann.

Doch woher kommt diese innere Widerstandskraft? Ist sie angeboren oder können wir sie im Laufe unseres Lebens erlernen?

Welche Faktoren wirken sich positiv, welche negativ auf Resilienz aus?

Kann man Resilienz fördern? Und was kann ich selbst tun, um meine Psyche zu stärken und Resilienz aufzubauen?

Mit all diesen Fragen wollen wir uns an einem Vormittag intensiv und abwechslungsreich auseinandersetzen. Neben der Theorievermittlung werden wir auch dem praktischen und konkreten Üben im Seminar Zeit widmen.

Freut Euch über einen lebendigen und kurzweiligen Vormittag rund um's Thema Resilienz.

Architektur und Stadtplanung

Thema: Stadtpaziergang »Stuttgart und das Wasser«

Kurs-Nr.: 26F 0401518
Dienstag 30.06., 09:00 bis 17:00 Uhr (Exkursion)
Gebühr: EUR 35,00 (zuzügl. Fahrtkosten)

Dozentin: Karin Garbas

Thema: Zusatztermin: Stadtpaziergang »Stuttgart und das Wasser«

Kurs-Nr.: 26F 0401519
Dienstag 07.07., 09:00 bis 17:00 Uhr (Exkursion)
Gebühr: EUR 35,00 (zuzügl. Fahrtkosten)

Auf den ersten Blick ist das nicht so offensichtlich, denn Stuttgart verbindet man nicht unbedingt gleich mit diesem Thema. Die Stadt rühmt sich zwar ihrer Mineralquellen und der dazugehörigen Schwimmbäder – im öffentlichen Bild der Stadt ist das Wasser aber zunächst weit weniger präsent als man dies von anderen Städten kennt. Und dann ist Stuttgart ja bekanntlich nicht am Neckar, sondern am Nesenbach entstanden. Gibt es diesen Bachlauf noch und spielt der noch eine Rolle für diese Stadt? Und manchmal täuscht auch der erste Blick, denn Stuttgart verfügt z.B. über zahlreiche Brunnen und wir werden uns damit beschäftigen, was »diese Form von Wasser« für die Identität der Stadt ausmacht. Gerne würde ich mit euch auf Spurensuche gehen und erkunden wo Wasser in dieser Stadt überall präsent ist – und was es bewirkt, denn Wasser kann im öffentlichen Raum auch ein gesundheitsförderndes Stadtklima und ein Gefühl des seelischen Wohlbefindens fördern.

Pflanzen und Begrünung haben den gleichen Effekt, deshalb endet unser Stadtpaziergang bei der neu gestalteten Calwer Passage. Sie leistet mit ihrer besonderen Bauwerksbegrünung einen wichtigen Beitrag zur aktuellen Diskussionen über Möglichkeiten, wie man dem Klimawandel begegnen kann.

Hinweis zur Organisation:

Treffpunkt: 09:00 Uhr Hauptbahnhof Ulm, DB Info-Point

(Die Teilnehmerinnen kaufen entsprechend als Fünfergruppen das BW-Ticket, der Anteil wird durch alle Teilnehmerinnen geteilt, sodass jede denselben Betrag entrichtet.)

Abfahrt Hbf Ulm 09:15 Uhr, Ankunft in Stuttgart 10:20 Uhr

Treffpunkt mit der Dozentin am Kopf des Ankunftsgleises in Stuttgart.

Rückfahrt ab Stuttgart Hbf z. B. 15:37 Uhr (Ankunft in Ulm dann 16:42 Uhr)
(in Absprache mit der jeweiligen BW-Ticket-Gruppe)

Frauenakademie international

SOMMERSEMESTER 2026



Frauenakademie international

Thema: **Book Club Online** via Zoom (open to all)

Kurs-Nr.: 26F 0401566

donnerstags 19.03./23.04./21.05./25.06., 19:00 bis 20:30 Uhr (4-mal)

plus an in person meeting to chat about books in Ulm (free of charge)

Gebühr: EUR 40,00

Dozentin: **Mirjam Mahler**

»If you find a book you really want to read but it hasn't been written yet, then you must write it.«

Toni Morrison,
Nobel Prize Winner 1993

One of the most enjoyable things about reading is sharing our love of books with other people. And that's what Book Club is about! We focus on fiction originally written in English but also read non-fiction, memoirs etc.

In our Book Club we agree on a book to read from a list of suggestions. Then, after we've read it, we'll meet and discuss our experiences of reading and share what we have learned, how the books we read change our views.

If, like me, you enjoy reading and talking, please join us for Book Club!
Meet new people! Read new books!

We read books that give us a new perspective into the life of an artist, real or fictional.

Our first book is **»Frida« by Bárbara Mujica**. The next titles will be selected by the group.

You can join in at any time, we discuss a new book in each session.

Contact Mirjam Mahler hello@mirjamreads.com with any questions.

Frauenakademie international

Thema: Women's Club

Kurs-Nr.: 26F 0401570
donnerstags 12.03./16.04./07.05./11.06./09.07., 09:30 bis 11:30 Uhr (5-mal)
mittwochs 18.03./20.05., 19:00 bis 21:00 Uhr (2-mal)
gebührenfrei (Free Entrance)

Dozentinnen: Mirjam Mahler, Maria Thomas-Fasoulidis

The Women's Club invites all women for a meet up. This free get together allows everyone to engage, converse and exchange experiences and also to expand perspectives and networking.

We are of different ages and nationalities and have different interests and lifestyles. Some of us have been here in Ulm for years and others are just arriving. The Women's Club provides friendship and support amongst women and families, who are living in Ulm area, and facilitates their efforts to integrate into the local community. Also local German-speaking women are very welcome to participate in the Club, in order to get a glimpse of other cultures and make new contacts. The Women's Club is under the patronage of the Frauenakademie.

In the Women's Club you will meet people, learn new skills, discover talents, or simply have fun. In the Club you can broaden your network of friends, enjoy a cup of coffee over lively discussions, find new hobbies as well as activities and courses for yourself at the Frauenakademie – and a lot more!

an der **vh**ulm
Kornhausplatz 5
89073 Ulm
fon 0731 1530-40
treter@vh-ulm.de
www.vh-ulm.de