

Newsletter⁺ vhs Erlangen



Erlangen im April 2025

Liebe Freundinnen und Freunde der vhs Erlangen!

Die Natur steht in voller Blüte und es macht wieder richtig Freude, an unserer vhs Neues zu erleben und zu erlernen. Das Sommersemester steht bei uns im Zeichen von Nachhaltigkeit und Inklusion. So werden Sie „klimafit“, wenn Sie unseren vielseitigen Nachhaltigkeitskurs besuchen, in dem Sie Praktisches für den Alltag sowie Wissenschaftliches erfahren, aber auch Gelegenheit zum Netzwerken erhalten. Vom 14. bis 18. Juli finden in Erlangen die Special Olympics Landesspiele Bayern statt – das größte Sportevent in Bayern für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung. Rund 1500 Athlet*innen treten in bis zu zwanzig Sportarten an und setzen ein Zeichen für Inklusion. Hierzu bietet die vhs im Vorfeld zwei spannende Vorträge an. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Einen erlebnisreichen Sommer wünscht Ihnen
Ihr Markus Bassenhorst
Direktor der Volkshochschule Erlangen

klimafit-Workshop an der vhs



Foto: Dr. Claudia Schorcht

„klimafit: gemeinsam handeln. jetzt!“ lautet der Titel unseres neuen Kurses im Bereich Bildung für Nachhaltige Entwicklung (BNE) in Erlangen, der ab 15. Mai 2025 an der Volkshochschule Erlangen angeboten wird. Wie wirkt sich der Klimawandel vor Ort konkret aus? Wie kann ich mich für Klimaschutz in der Region stark machen? Was tut die Stadt Erlangen bereits für den Klimaschutz und die Klimaanpassung? Und wie kann ich anderen die Thematik näherbringen? Die vierteilige vhs-Reihe „klimafit:gemeinsam handeln. jetzt!“ unter Leitung von Diplom-Biologin Katharina Fittkau richtet sich an alle, die nachhaltig ins Handeln kommen, sich vernetzen und konkrete Schritte für mehr Klimaschutz in der Region umsetzen möchten.

„Angesichts des nicht mehr zu übersehenden Klimawandels wird es immer wichtiger, sich für lokalen Klimaschutz zu engagieren. Wir vermitteln das Wissen hierzu“, sagt Markus Bassenhorst, Leiter der vhs Erlangen. Im Kurs werden wissenschaftliche Erkenntnisse zum Klimawandel, Klimawandelfolgen und Klimaanpassungen thematisiert. Wir bestimmen unseren individuellen CO²-Fußabdruck und sprechen auch über unsere Gefühle und Ängste im Kontext der Klimaveränderungen. In den je zweistündigen Kurseinheiten erfahren die Teilnehmenden, wie sie lokale Projekte unterstützen, nachhaltige Initiativen starten oder klimafreundliche Entscheidungen in ihrem Alltag treffen können. Lokale Nachhaltigkeitsinitiativen stellen sich und ihre aktuellen Projekte vor. Die Reihe wird gefördert durch das Bayerische Staatsministerium für Umwelt und Verbraucherschutz. Hier geht es zur

[Anmeldung über die Homepage.](#)

Anmeldungen sind auch in unserem [Servicebüro](#) oder per [E-Mail](#) möglich. Anmeldeschluss: 6. Mai 2025

**„Die Waldwichtel sind mein Herzensprojekt“
Gespräch mit Diplom-Biologin und vhs-Dozentin Katja Ehmcke**



Katja Ehmcke

Mit den Kleinsten unterwegs in der Natur: Seit 15 Jahren bietet Diplombiologin Katja Ehmcke an der vhs für Kinder im Alter von 18 Monaten bis sechs Jahren Waldwichtelkurse im Walderlebniszentrum in Tennenlohe an. Wir sprachen mit der engagierten und beliebten Dozentin, deren Kurse stets rasch ausgebucht sind, über ihr selbst erarbeitetes Konzept und ihre Erfahrungen mit den Kindern und ihren Begleitpersonen.

vhs: Frau Ehmcke, was macht einen Waldwichtelkurs aus und wie läuft er ab?

Katja Ehmcke: Die Freude an der Natur, am Entdecken, an Bewegung und am Singen stehen im Mittelpunkt der Kurse und der Einzelveranstaltungen. Wir beginnen und schließen mit einem Lied, ich erzähle meistens eine Geschichte, mit den Kleinsten machen wir Bewegungs- und Fingerspiele. Beim Naturbingo suchen wir Dinge, die im Wald zu finden sind. Auch sind wir kreativ mit Buzeln, Fichtenzapfen, Ästen und Blättern – daraus lassen sich schöne Kränze und Figuren legen oder Mobiles basteln. Und natürlich gibt es eine kleine Brotzeit.

Mit einem Lupenglas schauen wir mal einen Regenwurm an und passen auf, keine kriechenden Insekten zu zertreten. Es gilt, den Wald als Ganzes zu achten – und ihn als großen Spiel- und Lernort zu begreifen, den man mit allen Sinnen erkunden kann. Auch sammeln wir mitunter achtlos weggeworfenen Müll auf und lernen, den Wald sauber zu halten.

vhs: Wie erleben die erwachsenen Begleitpersonen diese Kurse?

Ehmcke: Meist sind es ja die Eltern oder Großeltern – pro Kind eine erwachsene Person – die ihr Kind begleiten. Ich halte für die Erwachsenen Informationsblätter bereit und möchte sie ermächtigen, die Fragen ihrer Kinder zu beantworten. Das einzelne Kind steht ja im Fokus und es ist für die Begleitperson und das Kind schön, einmal Zeit zu zweit miteinander und dennoch in der Gruppe zu verbringen, unbeschwert – und ohne, dass die Erwachsenen das Programm planen müssen.

vhs: Was bedeuten Ihnen diese Kurse?

Ehmcke: Die Arbeit mit den Kindern ist mein Herzensprojekt. Schon als meine eigenen Kinder, die inzwischen erwachsen sind, klein waren, habe ich Eltern-Kind-Kurse geleitet. Das hat mir immer Spaß gemacht; hinzu kommt mein Fachwissen als Biologin und meine Liebe zur Natur. Da bot es sich einfach an, die Waldwichtelkurse zu entwickeln. Ich texte beispielsweise bekannte Kinderlieder themengerecht um und liebe es, für die Mädchen und Jungen Fruchtee oder einen Kräuteraufstrich aus meinem eigenen Garten zuzubereiten. Viele der Waldwichtel-Kinder sind inzwischen groß und ich freue mich stets, wenn

Kindern vermitteln?

Warum nicht einmal etwas Neues ausprobieren? Sich mit einem neuen Thema befassen, eine neue Bewegungsform für sich entdecken oder eine Herausforderung annehmen. Die hoch buchbaren Angebote der vhs bieten Ihnen viele Möglichkeiten. Hier eine kleine Auswahl daraus. Viel Spaß beim Stöbern und die **Anmeldung** bitte nicht vergessen! Pflanzen aus.



Stimmtraining

Unsere Stimme ist einer der wichtigsten Alltagsbegleiter. Daher ist es gerade für Menschen mit Berufen, in denen sie viel und laut sprechen, wichtig, die eigene Stimme zu trainieren, zu pflegen und auch zu schonen. Logopädin Laura Grampp gibt hierzu praktische Tipps. Auch werden aus allen Bereichen, die zur Stimmfunktion gehören, Übungen erarbeitet. So bleibt Ihre Stimme langfristig tragfähig, wohlklingend und gesund! Hier geht's zur **Anmeldung**.

Traditioneller Flamenco: Alegrías (Workshop)

Der Flamenco wurde von der Unesco im Jahr 2010 zum Weltkulturerbe erklärt – auch wegen seines breiten Spektrums an unterschiedlichen Stilrichtungen und Rhythmen (Palos). In diesem Schnupperworkshop mit Tanzlehrerin und Choreografin Alba Denkes lernen Sie die Alegrías kennen, einen bekannten Flamenco-Tanzstil aus Cádiz. Alegría bedeutet auf Spanisch Freude und diese wird im Workshop ganz groß geschrieben. Hier geht's zur **Anmeldung**.

Beruflich durchstarten - der Kompaktkurs für Frauen

Überlegen Sie, beruflich wieder einzusteigen, die Stundenzahl zu erhöhen oder sich neu zu orientieren? Dann sind Sie hier genau richtig. Coachin Christine Kiunke findet mit Ihnen heraus, was sinnvoll und machbar ist. Sie erarbeiten, wie Sie bei Ihrer Entscheidung mit Zweifeln, Widerstand und Stolpersteinen umgehen und wie die ersten Schritte konkret aussehen können. Zudem trainieren Sie ruhiges und bestimmtes Auftreten. Hier geht's zum **Kurs**.



Capoeira Angola (Workshop)

Capoeira Angola wurde von versklavten Afrikaner*innen nach Brasilien gebracht und ist heute Teil des brasilianischen Kulturerbes. Capoeira ist eine Mischung aus Tänzen, Kampf und Philosophie. Beim Training mit Tainá Roma, einer ausgebildeten brasilianischen Schauspielerin und Theaterpädagogin, widmen wir uns der Bewegung, der Musik und dem Gesang und kommen über die Kultur ins Gespräch. Hier geht's zum [Workshop](#).



Mit Spanisch im Koffer ab in den Süden

Dieses Kurzseminar mit Spanisch-Dozentin Arantza Estefania Aguirre ist für echte Anfänger*innen gedacht, die wichtige Redewendungen und Wörter für den touristischen Alltag kennenlernen und einüben möchten. Darüber hinaus werden Sie an diesem Vormittag viel über Kultur, Land und Leute in Spanien erfahren. Hier geht's zum [Seminar](#).



Entspannung im Alltag: Balance finden (Workshop)

Im hektischen Alltag vergessen wir oft, dass wir selbst die Gestaltung unseres Tages in der Hand haben. Kleine Pausen können helfen, zur Ruhe zu kommen und entspannter zu leben. In diesem Workshop mit der Sportwissenschaftlerin Petra Haferkamp lernen Sie, Spannungszustände in Ihrem Körper wahrzunehmen und aktiv damit umzugehen. Sie erproben einfache Routinen, die Sie leicht in Ihren Alltag integrieren können. Hier geht's zum [Workshop](#).



Kirchenbau zwischen den Kriegen: St. Bonifaz in Erlangen, 1927/28 (Vortrag)

Kaum eine Zeit hat so viele stilistische Umbrüche und neue Formensprachen gesehen, wie die 1920er Jahre. Mit der Kirche St. Bonifaz entstand auch in Erlangen ein beeindruckender Sakralbau. Aufgrund seiner Stilistik und materiellen Beschaffenheit zählt St. Bonifaz zu den Musterbeispielen für den Wandel in der Architektur der Zwischenkriegszeit, wie Kunsthistoriker Dr. Peter Stuckenberger erklären wird. Hier geht's zum [Vortrag](#).



Sakralbau aus den 1920er Jahren: Besichtigung von St. Bonifaz in Erlangen

An der Erlanger Kirche St. Bonifaz lässt sich der Aufbruch in die moderne Architektur exemplarisch nachvollziehen, wie Kunsthistoriker Dr. Peter Stuckenberger bei einer Begehung erklären wird. St. Bonifaz ist ein Musterbeispiel für den architektonischen Wandel in Zeiten der Bauhausgründung und ein Hauptwerk des Reformarchitekten Fritz Fuchsberger. Hier geht's zur [Anmeldung](#). Beachten Sie bitte den dazugehörigen [Vortrag](#) am 8. Mai.



Sicher Fahrradfahren im Alter

Theorie und Praxis im Fahrradtraining: Dieses Training mit Anja Miksch unterstützt ältere Menschen dabei, sicher und selbstbewusst Fahrrad zu fahren, ihre Fähigkeiten aufzufrischen und Freude am Radfahren zu fördern. Wir üben in einer kleinen Gruppe das koordinierte Auf- und Absteigen, das kontrollierte Bremsen und sicheres Kurvenfahren, lernen Verkehrs- und Verhaltensregeln und machen Balanceübungen. Hier geht's zum [Kurs](#).



Finanzprodukte - einfach erklärt (Vortrag)

Um Geld möglichst sicher anlegen zu können braucht es ein grundsätzliches Verständnis, wie gängige Finanzprodukte funktionieren. Was verbirgt sich also hinter Begriffen wie „ETF“ oder „Aktioptionen“? Wie funktionieren Aktien überhaupt? Was hat es mit festverzinslichen Wertpapieren auf sich? Was sind Bitcoins? Diese und viele andere Begriffe aus der Welt der Finanzbranche werden von Frank Hofmann anschaulich und praxisnah erläutert. Hier geht's zum [Vortrag](#).



Nachhaltiger Weinbau (Vortrag und Kostproben)

Nachhaltiger Weinbau zeichnet sich aus durch Energieeinsparung, Reduktion von CO₂-Emissionen, weniger Pflanzenschutzmittel und den Anbau von pilzwiderstandsfähigen (PiWi) Rebsorten. Pioniere der PiWi-Weine bauen diese inzwischen auf 60% der Rebflächen an. PiWi-Reben wie Johanniter, Cabernet Blanc, Muscaris und Sauvignac werden von Dr. Martin Hoheisel vorgestellt und können verkostet werden. Hier geht's zur [Anmeldung](#).



Trau, schau, wem - FakeNews erkennen (Vortrag mit Fallbeispielen)

Fake News nennt man gezielte Desinformationen, die über das Internet und in den sozialen Netzwerken verbreitet werden, um die öffentliche Meinungsbildung zu beeinflussen. Lernen Sie mit Thomas Czok die Hintergründe und Zielrichtungen solcher Meldungen kennen, ihre Gefahren, die damit verbunden sind und letztendlich, wie Sie Falschmeldungen im Internet erkennen können. Hier geht's zur [Anmeldung](#).



Special Olympics Landesspiele Bayern 2025 (SOBY): Inklusion im und durch Sport

Wie gelingt Menschen mit Beeinträchtigung der Zugang zu den Angeboten des (Regel-)Sports? Der Vortrag von Carsten Schenk und Peter Landisch skizziert Herausforderungen aus Sicht der Anbieter*innen und Teilnehmer*innen. Im Anschluss bietet sich die Gelegenheit, Fragen zu stellen und sich über die Special Olympics Bayern auszutauschen. Hier geht's zum [Vortrag](#).



Special Olympics Landesspiele Bayern 2025 (SOBY): Inklusion im Sport und Sportunterricht

Im Rahmen des Projektseminars im Sportstudium, das im Kontext der Special Olympics Landesspiele Bayern in Erlangen stattfindet, sprechen Prof. Dr. Anne Kerstin Reimers und Selina Seemüller über Inklusion im Sport und Sportunterricht. Erfahren Sie mehr über Chancen und Herausforderungen der Zusammenarbeit mit Schulen und Sportvereinen. Auch sprechen wir darüber, wie wir Sport für alle zugänglicher machen können. Hier geht's zur [Anmeldung](#).



Instagram-Reels - Tipps zum Dreh, Schnitt und Sprechen vor der Kamera

Videos sind in den Sozialen Medien nicht mehr wegzudenken. Aber um Reichweite zu erzielen, sollte man die verschiedenen Arten der Reel-Gestaltung, den Umgang mit dem Schnittprogramm sowie Musik- und Bildgestaltung beherrschen. Luisa Filip gibt Tipps, wie Sie vor der Smartphone-Kamera auftreten und gibt Input zum Thema Reichweite und Algorithmus. Hier geht's zur [Anmeldung](#).

Übrigens...

...hat unser vhs Café Hardtherzlich im Rückerthof neue Öffnungszeiten: Nach den Osterferien sind Anna-Luisa Hardt und ihr Team montags bis freitags von 9:30 bis 16:00 Uhr für Sie da. Weitere Infos finden Sie auf der [Webseite des Cafés](#).



*Bildnachweise: Altstadtmarkt-Passage mit vhs Lesecafé©Dr. Claudia Schorcht; Porträtfoto Katja Ehmcke©Susanne Stemmler; Singende Frauen©iStock-959526956; Flamencotänzer*in©iStock-118321359; Porträtfoto Christine Kiunke©privat; Capoeira Angola-Tänzer*innen©iStock-1502979322; Koffer©iStock-1135057704; Person auf der Matte liegend©iStock-2030734100; Bronzeskulptur Der gute Hirt auf dem Kirchenvorplatz von St. Bonifaz©Wikipedia; St. Bonifaz©Wikipedia; Personen mit Fahrrädern©iStock-518185782; Kryptowährung Bitcoin©Pixabay-2007769; Weinberg©iStock-1459022467; Person mit Tablet©iStock-171350056; Menschen mit Behinderung©iStock-1487284224; Kinder mit Basketball©iStock-514734540; Person vor Handykamera©iStock-1214055672; Anna-Luisa Hardt©privat*

Redaktion: Dr. Susanne Stemmler

Layout: Peggy Helbig

[Zur Webseite der vhs Erlangen](#)

Wird diese Nachricht nicht richtig dargestellt, klicken Sie bitte [hier](#).

Folge uns auf Social Media



Volkshochschule Stadt Erlangen
Markus Bassenhorst
Friedrichstr. 19-21
91054 Erlangen
Deutschland

www.vhs-erlangen.de
Telefon: 09131 86-2668
E-Mail: vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de

Wenn Sie diese E-Mail (an: {EMAIL}) nicht mehr empfangen möchten, können Sie diese [hier](#) kostenlos abbestellen.