

Newsletter⁺ vhs Erlangen



Erlangen im Februar 2026

Liebe Freundinnen und Freunde der vhs Erlangen,

Bald ist es soweit: Unser Semester startet im März mit einem anspruchsvollen und bunten Programm, darunter vielen Neuheiten aber auch Altbewährtem, wie Sie dem Newsletter entnehmen können. Als Semesterthema haben wir diesmal „Handwerk“ ausgewählt, weil es so viele Facetten hat: vom kreativen Schaffen bis zum Spracherwerb als Handwerk der Kommunikation. Mehr als 1300 Angebote halten wir für Sie bereit – und brandneue Örtlichkeiten! Im frisch fertiggestellten kubic – Kultur- und Bildungscampus, dem früheren Frankenhof, stehen uns künftig moderne Räume und Werkstätten sowie eine Kochwerkstatt zur Verfügung. Wir freuen uns sehr, Sie bald in den Ihnen vertrauten Unterrichtsräumen sowie im kubic willkommen zu heißen. Einen guten Start in den Frühling wünscht Ihnen

Ihr Markus Bassenhorst
Direktor der Volkshochschule Erlangen

Neues Semester, neue Angebote!



Klingonisch sprechen, Fränkisch verstehen, mit Punktschrift wie blinde Menschen lesen und schreiben: Die Volkshochschule Erlangen startet mit allerlei neuen Angeboten rund um Schrift und Sprache ins Frühjahr-/ Sommersemester. Ein Teil der knapp 1300 Veranstaltungen widmet sich unserem aktuellen Semesterthema „Handwerk“. Wir werfen einen Blick auf die Vielfalt des Handwerks – von der Handwerkskunst der Hugenotten und der Geigenbauer über Fotografie und Kreativkurse aller Art bis hin zum Sprachenerwerb als Werkzeug der Verständigung. Ab März finden im neuen kubic – Kultur- und Bildungscampus dann auch erstmals Holzverarbeitungs-, Koch- und Bewegungskurse der vhs statt. Neben Goldschmiedekursen steht den Teilnehmenden eine offene Schmuckwerkstatt zur Verfügung, in der man selbst einen Ring mit Solitärstein herstellen kann.

Ebenfalls neu im Programm ist eine Vortragsreihe über die „Schönheit der Mathematik“. Das Studium generale, unsere etablierte Vortragsreihe, nimmt diesmal Aspekte der Wissenschaft unter die Lupe: Warum ist sie wichtig, welches sind die Fallstricke und wie gelangen Forschungsergebnisse an die Öffentlichkeit? Auch Kurse zur Künstlichen Intelligenz, etwa die Nutzung von ChatGPT im Alltag und Beruf, werden in unserem Bereich Beruf & Digitales angeboten. 32 Sprachen, von Arabisch bis Vietnamesisch, einschließlich Deutsch als Fremdsprache und die Deutsche Gebärdensprache können erlernt werden. Im vhs club INTERNATIONAL finden offene Begegnungen statt, wie erstmals ein Stricktreff auf Englisch oder Buchclubs und internationale Stammtische. Unser Bereich Gesundheit und Ernährung widmet sich spannenden Fragen rund um die Genetik, es gibt After Work Entspannung und einen Kochkurs für Eltern mit Kindern. Das Semester beginnt am 2. März. Wir freuen uns auf Sie!

Hier geht's zum gesamten Programm.

**Der Autor Philip Krömer lehrt an der vhs das Schreiben:
„Ich wünschte, meine Großeltern hätten ihre Autobiografie
verfasst“**



Foto: Philip Krömer

Philip Krömer, freier Schriftsteller, ist auch als Kurator und Moderator tätig. Er veröffentlicht Kurzgeschichten und Bücher, zuletzt den Roman „Kumari“, und erhielt 2020 den Nürnberger Kulturpreis. Als Buchwissenschaftler und Germanist wohnt er heute an seinem alten Studienort Erlangen mit seiner inzwischen fünfköpfigen Familie. Seine Kurse sind praktisch angelegt und machen Lust, mehr zu lesen und selbst zu schreiben. Im Interview spricht der Literaturlehrer über seine Leidenschaft, sein Wissen weiterzugeben.

vhs: Du bietest Schreibwerkstätten an der vhs an, unter anderem autobiografische: Mit welcher Motivation kommen die Menschen in deine Kurse?

Philip Krömer: In meine autobiografische Schreibwerkstatt kommen hauptsächlich ältere Herrschaften, vor allem Frauen, die ihre Erinnerungen für ihre Familie oder Freunde aufschreiben wollen. Das ist ein schöner Gedanke, dass die Erinnerungen als Texte im Bücherregal stehen und man jederzeit drin blättern kann. Wie ein Fotoalbum, nur mit Geschichten statt Bildern. Ich wünschte, meine Großeltern hätten

vhs: Auch besprichst du in einem vhs-Lesekreis aktuelle Bücher der Saison. Warum sollten wir uns mit zeitgenössischer Literatur befassen und uns darüber austauschen?

Krömer: Was und wie geschrieben wird, spiegelt ja unsere Gesellschaft wider. Man lernt also nicht nur gute Bücher kennen, sondern erfährt auch, wie die Mitmenschen so ticken. Wenn es nicht wichtig wäre, dass die Literatur sich weiterentwickelt und immer neue Stilmittel und Erzählungen findet, hätten die Leute schon vor Hunderten von Jahren aufhören können zu schreiben. Dann würden wir bis heute nur antike Klassiker lesen.

vhs: Was bedeutet es für dich als etablierter Autor, dein Wissen zu teilen?

Krömer: Wenn ich mit dem, was ich mir über die Jahre angeeignet habe, anderen Schreibenden eine Abkürzung zeigen kann oder einen Fehler, den man besser vermeidet, bin ich happy. Dann weiß ich, dass ich mit überschaubarem Aufwand jemand anderem viel Arbeit erspart habe. Das ist wie beim Sporttrainer, der aus eigener Erfahrung am besten weiß, wie man sich am effektivsten verbessert.

vhs: Kannst du uns schildern, was dir am meisten Freude an deinen Kursen bereitet?

Krömer: Wenn die notierten Erinnerungsschnipsel im Kurs von den anderen Teilnehmer*innen aufgegriffen und mit eigenen Erfahrungen weitererzählt werden, ist das irgendwie magisch. Dann entsteht eine große gemeinsame Geschichte. Besonders war natürlich auch, als

wünschte, meine Großeltern hätten das auch gemacht.

Unsere Programmtipps

vhs: Wie lernt man, gut zu

Schreiben?

Schreiben sich mit neuen Themen und Ideen befassen? Dann finden Sie hier Anregungen für Ihre persönlichen Projekte im Frühjahr 2026!

Krömer: Indem man viel liest. Ich nenne das immer die sprachliche Batterie, die wie ein Akku regelmäßig mit neuen Inhalten und schöner Sprache aufgeladen werden muss. Mit der Inspiration muss man dann viel schreiben und viel ausprobieren. Einen eigenen Stil entwickelt man nur durch Gebrauch. So wie eine eigene Handschrift, die niemand exakt nachahmen kann. Meine Übungen helfen dabei, dass man da leichter reinkommt und sich zurechtfindet.

unser Lesekreis letztens zum ersten Mal in der Literarischen Buchhandlung von Ulrike Epple stattfinden konnte, gleich ums Eck von der vhs. Das waren wir jetzt Öster machen. Sie hier umgeben von tausenden Buchrücken, das ist genau meine Welt. Da fühle ich mich wohl. Und ich glaube, das ging meinen Mitleser*innen genauso.

Interview: Susanne Stemmler



Einführung in das Buchbinden: Praxisnah und fachkundig

Erlernen Sie mit Frank-Daniel Beilker die grundlegenden, handwerklichen Techniken des Buchbindens und setzen Sie diese am eigenen Buchprojekt um. Sie erhalten eine anschauliche Demonstration der Arbeitsschritte – vom exakten Zuschneiden und Falzen der Seiten über das Heften und Leimen des Buchrückens bis hin zum fachgerechten Erstellen und Fertigen des Bucheinbands. Der Kurs richtet sich an alle, die handwerkliches Geschick entwickeln wollen und Wert auf eine praxisnahe, professionelle Fachanleitung legen. Hier geht's zum [Kurs](#).



Die Geburtsstunde des Grundgesetzes: Sternstunde ihres Lebens (Film und Gespräch)

Bonn in den Jahren 1948/49: Die Juristin Dr. Elisabeth Selbert sitzt als Abgeordnete im „Parlamentarischen Rat“, der zuständig ist für die Verabschiedung des Grundgesetzes der entstehenden Bundesrepublik. Hier kämpft sie für die Aufnahme des Satzes: „Männer und Frauen sind gleichberechtigt.“ Die Sternstunde ihres Lebens kommt, als ihre Formulierung wörtlich in den Artikel 3 des neuen Grundgesetzes aufgenommen wird. Nach dem Film diskutieren Sie mit Felizitas Traub-Eichhorn. Hier geht's zur [Anmeldung](#).



Sprache, die verbindet – Gewaltfreie Kommunikation für Lehrende und Moderierende

Sie sind in der Erwachsenenbildung tätig und fragen sich in manchen Situationen: Wie kann ich wertschätzend und souverän auf Teilnehmende reagieren und gleichzeitig meine gewünschten Ziele erreichen? Wie gehe ich zum Beispiel mit Kritik im Kurs um, wie mit redefreudigen Teilnehmenden oder wie gehe ich mit Konflikten um? Erfahren Sie von Vera Mickenbecker, wie die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg hilft und üben Sie an Ihren eigenen Beispielen. Hier geht's zur [Anmeldung](#).



Feierabend auch im Kopf - Wie können wir im Homeoffice wirklich abschalten? (Online-Vortrag)

Der Laptop ist zugeklappt, aber die Arbeit rattert im Kopf trotzdem weiter? Die Grenze zwischen Schreibtisch und Sofa verschwimmt und die Erholung bleibt auf der Strecke? In diesem Workshop mit Eva Brucksch gibt es fundierten Input, alltagstaugliche Methoden zu direkter Umsetzung und offenem Austausch - für alle, die sich im Feierabend wieder Raum für Abschalten und Erholung wünschen.

Hier geht's zum [Vortrag](#).



Probiotische Getränke mit wilden Mikroben: Ginger Bug, Kwass & Co.

Spritzige, natürliche Limonaden ohne künstliche Zusätze ganz einfach selbst machen: Mit wenigen Zutaten zaubern wir ein lebendiges Ferment, mit dem sprudelnde Limonaden wie der Ginger Bug hergestellt werden. Lebensmittel- und Biotechnologin Heike Dörnenburg erklärt Ihnen die Grundlagen der Fermentation und die Rolle von Mikroorganismen im Getränk. Und die Getränke werden am Ende auch verkostet.

Hier geht's zur [Anmeldung](#).



Besser schlafen - Schlafhygiene für erholsame Nächte (Workshop)

Ein gesunder Schlaf lässt sich trainieren. Gute Schlafhygiene bedeutet, durch passende Gewohnheiten und Umgebung die natürliche Schlafqualität zu fördern. In diesem Workshop mit Laura Grampp erfahren Sie, wie gesunder Schlaf funktioniert, welche Faktoren ihn stören können und wie Sie durch einfache Veränderungen Ihren Schlaf nachhaltig verbessern. Sie gehen mit konkreten Ideen für erholsame Nächte nach Hause.

Hier geht's zum [Workshop](#).



Bezahlbarer Wohnraum in Bayern (Vernissage)

In vielen Städten Deutschlands ist bezahlbarer Wohnraum Mangelware. Selbst „Normalverdiener*innen“ müssen oft mehr als ein Drittel ihres Einkommens für Mietkosten aufwenden. In der Ausstellung wird die aktuelle Wohnungsmarktentwicklung beschrieben. Sie thematisiert die Herausforderungen und stellt Wohnbau-Projekte vor, die auf kommunaler Ebene bereits verwirklicht wurden. OB Dr. Florian Janik wird die Ausstellung eröffnen. Hier geht's zur [Anmeldung](#).



Fasten nach Ayurveda

Ayurvedisches Fasten ist mehr als Verzicht – es ist Genuss für Körper und Geist. Im Gegensatz zu radikalen Fastenkuren setzt Ayurveda auf sanftes Teilfasten, stärkt das Verdauungsfeuer „Agni“, entgiftet und schenkt neue Energie. Sie lernen mit Anja Barocha die Grundlagen der Ayurveda-Kur kennen, kochen gemeinsam wohltuende Gerichte und probieren unterstützende Getränke. Ein Ablaufplan und Rezepte begleiten Sie beim Fasten zu Hause. Hier geht's zur [Anmeldung](#).



Schluss mit dem Bilder-Chaos auf dem iPhone oder iPad

Fotos und Videos auf dem iPhone aufzunehmen, ist kinderleicht. Allerdings sammeln sich rasch tausende Bilder und oft gleich in mehrfacher Ausführung an, so dass man kaum noch etwas findet. Lutz Grote zeigt Ihnen, wie Sie Fotos und Videos schnell und einfach bewerten und aussortieren, Bilder in Ordern und Alben ablegen, Fotos teilen und Unterstützung durch die Apple KI erhalten. Hier geht's zur [Anmeldung](#).



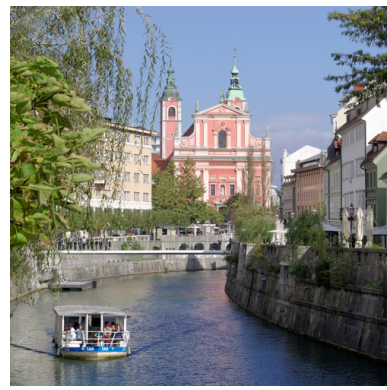
„Die Scham muss die Seite wechseln.“ Was der „Fall Pelicot“ verändert hat (Vortrag und Gespräch)

Die Entschlossenheit von Gisèle Pelicot, sexuellen Missbrauch im Rahmen des Prozesses gegen ihre Vergewaltiger ohne Scham vor die Öffentlichkeit zu bringen, bewegte die Welt. Es war die Haltung dieser als „moderne Ikone des Feminismus“ gefeierten Rentnerin, die eine weitreichende gesellschaftliche Diskussion auslöste. Susanne Greilich beleuchtet die Debatte zum Fall Pelicot und lädt dazu ein, über die Folgen ins Gespräch zu kommen. Hier geht's zum [Vortrag](#).



Englisch A2/B1 Tune into English - Sprache erleben mit Songs

Lernen Sie Englisch mit Willetta Carson-Hohenstein auf inspirierende Weise: mit Musik und bekannten Songs! Durch das gemeinsame Hören, Verstehen und Singen von Liedern wie „Amazing Grace“, „Let It Be“ oder „Happy“ erweitern Sie spielerisch Ihren Wortschatz, trainieren Ihr Hörverständnis und verbessern Ihre Aussprache. Lassen Sie sich von Musik und Sprache gleichermaßen begeistern und spüren Sie, wie beides wunderbar zusammenklingt! Hier geht's zum [Kurs](#).



Slowenien entdecken - Kultur, Tradition und Sprache

Tauchen Sie mit Damjana Kapetanovic ein in die Vielfalt Sloweniens! Gemeinsam erkunden wir die Faszination und lebendige Traditionen des Landes. Außerdem erhalten Sie einen ersten Einblick in die slowenische Sprache und lernen einfache Begrüßungen und Redewendungen für den Alltag. Ein unterhaltsamer und lehrreicher Abend für alle, die Slowenien kennenlernen und sich inspirieren lassen möchten. Hier geht's zur [Anmeldung](#).

Übrigens...



... stammt das Titelbild unseres Programmheftes für das kommende Semester von der Berliner Illustratorin und Bildenden Künstlerin **Büke Schwarz**, die unser Semesterthema „Handwerk“ farbenfroh und pointiert umgesetzt hat. Ob stricken, töpfern, pflanzen, schreiben oder reparieren: Durchstöbern Sie unser Programmheft oder unsere **Webseite** nach spannenden Angeboten!

Bildnachweise: Goldschmiedewerkstatt©iStock-1282456745; Porträtfoto Philip Krömer©Janine Scheuerer; Buchbindearbeiten©istockphoto-9499497461; Grundgesetz©iStock; Kurssituation©iStock-1166978137; Frau mit Kind im HomeOffice©AdobeStock_400223222; Limonade0©pixabay-1914113; Mensch im Bett©freepik; Mehrfamilienhaus im Bau©AdobeStock_696240926; Teetassen©iStock-955162416; Fotos©pixabay-simon-pictures-382005; Justitia©freepik; Porträtfoto Willetta Carson-Hohenstein©Willetta Carson_DSCF0055ab; Ljubljana Franziskanerkirche©wikimedia-Ljubljana_BW_2014-10-09_11-06-24

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



[Impressum](#) | [Datenschutz](#)

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.