

## DAS AKTUELLE THEMA: GESUNDHEIT

**Dr. Dr. Michael Despegel**

### WIE ALT BIST DU WIRKLICH

Do, 05.03.20, 19.30-21.00 Uhr · Konstanz; Kulturzentrum  
Di, 13.10.20, 20.00-21.30 Uhr · Singen; Stadthalle

**Winfried Neun**

### SPAREN WIR UNS KRANK IM GESUNDHEITSWESEN? Mangelnde Qualität sorgt für immense Folgekosten!

Mo, 27.04.20, 19.30-21.00 Uhr · vhs Konstanz

**Peter Bergholz**

### BESSER SCHLAFEN!

Fr, 10.07.20, 19.30-21.00 Uhr · vhs Singen

**Brigitte Küster**

### VON EMPFINDSAM BIS HOCHSENSIBEL

Do, 28.05.20, 20.00-21.30 Uhr · vhs Konstanz

**Winfried Neun**

### MIT RESILIENZ UND GELASSENHEIT DURCH DEN ALLTAG

Mo, 23.03.20, 19.30-21.00 Uhr · Radolfzell; Stadtbibliothek

**Dr. Rolf Tränkle**

### PSYCHISCHER STRESS UND KÖRPERLICHE ERKRANKUNGEN

Mi, 17.06.20, 19.30-21.00 Uhr · vhs Singen

**Dr. Dana Mergner**

### WENN CHRONISCHER SCHMERZ ZUR KRANKHEIT WIRD

Mi, 29.04.20, 19.30-21.00 Uhr · vhs Konstanz

**Dr. med. Reiner Blessing**

### SCHWINDEL – WENN DIE WELT SICH DREHT

Mi, 13.05.20, 19.30-21.00 Uhr  
Tengen; Grund- und Hauptschule

**Uli Zeller**

### MENSCHEN MIT DEMENZ BEGLEITEN, OHNE SICH ZU ÜBERFORDERN

Mi, 01.04.20, 19.30-21.00 Uhr · Stockach; Stadtbücherei  
Di, 26.05.20, 19.30-21.00 Uhr · vhs Konstanz

**Thomas Macho**

### DAS LEBEN NEHMEN – SUIZID IN DER MODERNE

Do, 16.01.20, 19.30-21.00 Uhr · Konstanz, Kulturzentrum

**Ulrich Büttner**

### DAS UNFASSBARE – SUIZID IN DEN WELTRELIGIONEN UND GESELLSCHAFTEN

Mo, 27.01.20, 19.30-21.00 Uhr · Konstanz, vhs

**Stefanie Rösch**

### SUIZIDPRÄVENTION – ZURÜCK INS LEBEN LIEBEN

Di, 04.02.20, 19.30-21.00 Uhr · Konstanz, Kulturzentrum

**Prof. Klaus Schonauer**

### HINTERBLIEBENE NACH SUIZID

Di, 28.01.20, 19.30-21.00 Uhr · vhs Radolfzell  
Di, 04.02.20, 19.30-21.00 Uhr · vhs Stockach

Die vhs Vortragskarte berechtigt zum Preis von 25,00 € in diesem Semester zum Besuch von rund 100 Vorträgen. Sie können sich spontan entscheiden. Wenn Sie sich registrieren lassen, werden Sie bei Ausfall oder Terminverschiebung benachrichtigt.



### EINLADUNG ZUR SEMESTERAUFTAKT- VERANSTALTUNG

Freitag, 31.01.20, 19.30 Uhr  
Singen; GEMS Kulturzentrum e.V.;  
Mühlenstraße 13

Eintritt frei  
Anmeldung erbeten

**Dr. Jan-Uwe Rogge**

### PUBERTÄT – LOSLASSEN UND HALT GEBEN

Jan-Uwe Rogge gilt als Deutschlands erfolgreichster Erziehungs- und Pubertätsexperte. Seine Bücher sind unterhaltsam, aber Jan-Uwe Rogge live zu sehen, ist ein Erlebnis. Seit Jahrzehnten liefert er Antworten auf Fragen, die Eltern bewegen. Seine Bücher sind Klassiker der Elternliteratur und Bestseller. Die Pubertät ist manchmal schwierig und Türenknallen, hochdramatische Gefühlsausbrüche und erschreckende Phasen des totalen Rückzugs gehen Hand in Hand. Eltern und Erwachsene, die mit Pubertierenden zu tun haben, brauchen Ermutigung zu sich zu stehen, zu Erziehung und Beziehung. Jan-Uwe Rogge, hilft Eltern und Kindern durch die turbulente Phase.

Studierende, Schülerinnen und Schüler mit Ausweis haben freien Eintritt

### VHS LANDKREIS KONSTANZ E.V.

**vhs Direktion Singen**

Theodor-Hanloser-Straße 19, 78224 Singen

☎ 07731/9581-0

✉ singen@vhs-landkreis-konstanz.de

**Hauptstelle Konstanz**

Katzgasse 7, 78462 Konstanz

☎ 07531/5981-0

✉ konstanz@vhs-landkreis-konstanz.de

**Hauptstelle Radolfzell**

Schützenstraße 84, 78315 Radolfzell

☎ 07732/89348-60

✉ radolfzell@vhs-landkreis-konstanz.de

**Hauptstelle Stockach**

Hauptstraße 1, 78333 Stockach

☎ 07771/9381-0

✉ stockach@vhs-landkreis-konstanz.de

[www.vhs-landkreis-konstanz.de](http://www.vhs-landkreis-konstanz.de)

Stand: Januar 2020



Foto Vorderseite: @lightpoet/Shutterstock.com



[www.vhs-landkreis-konstanz.de](http://www.vhs-landkreis-konstanz.de)

## VORTRÄGE DER VHS LANDKREIS KONSTANZ E.V. IM ÜBERBLICK

Datum	Uhrzeit	Vortrag	Veranstaltungsort	Gebühr	Seite
31.01.20	19:30	Semesterauftakt mit Dr. Jan Uwe Rogge: Pubertät	Singen; GEMS	frei	14
04.02.20	19:30	Prof. Klaus Schonauer: Hinterbliebene nach Suizid	Stockach; vhs	7,00 €	30
04.02.20	19:30	Stefanie Rösch: Suizidprävention. Zurück ins Leben lieben	Konstanz; Kulturzentrum	frei	29
05.02.20	19:30	Thomas Warndorf: Die Nachkriegskarriere des Nationalsozialisten Willi Hermann in der Fasnacht	Konstanz; vhs	7,00 €	23
11.02.20	19:00	Thomas Warndorf: Fakten und Mythen der Stockacher Fasnacht.	Radolfzell; vhs	7,00 €	21
13.02.20	19:00	Annette Fahrner: Was essen wir da?	Aach; Rathaus;	7,00 €	27
17.02.20	19:30	Andrea Röpke: Völkische Landnahme - Alte Sippen, junge Siedler, rechte Ökos	Konstanz; Kulturzentrum	frei	15
18.02.20	19:30	Barbara Honigmann: Georg	Konstanz; Kulturzentrum	frei	22
03.03.20	20:00	Dr. Reginald Muchsel: Wandern auf Tinos, Andros, Sifnos, Corfu	Konstanz; vhs	7,00 €	18
04.03.20	19:30	Dorothea Cremer-Schacht: Frauen hinter der Kamera	Konstanz; vhs	7,00 €	24
04.03.20	20:00	Dr. Reginald Muchsel: Kultur und Wandern auf Zypern	Stockach; vhs	7,00 €	18
05.03.20	19:30	Ralph Schiel, Timm Klotz und Josef Mikus: Gemeinwohlökonomie	Radolfzell; vhs	7,00 €	19
05.03.20	19:30	Dr. Dr. Michael Despeghele: Wie alt bist Du wirklich	Konstanz; Kulturzentrum	7,00 €	26
05.03.20	19:30	Stefan Pfaff: Tipps und Tricks rund um die Immobilie	Konstanz; vhs	7,00 €	32
06.03.20	19:30	Marco Walter: Klimafreundlich mobil – wie geht das wirklich?	Konstanz; vhs	7,00 €	19
08.03.20	11:30	Rabbiner Dr. Tovia Ben-Chorin: Die jüdischen Festtage Purim und Chanukkah	Konstanz; Neue Synagoge	frei	23
09.03.20	19:30	Dr. Michael Blume: Warum der Antisemitismus uns alle bedroht	Konstanz; Kulturzentrum	frei	15
09.03.20	20:00	Ulrich Büttner: Schwarze Rhetorik - Wie man sie erkennt und richtig reagiert	Konstanz; vhs	7,00 €	31
10.03.20	19:30	Dr. Rolf-Bernhard Essig: Ein Schatz in Prag, das angebundene Kamel und Jesu Hufeisen	Konstanz; vhs	7,00 €	23
11.03.20	19:30	Dr. Wolfgang Proseke: Conrad Gröber, ein »Brauner Conrad« ohne Schuldbewusstsein	Konstanz; vhs	7,00 €	22
11.03.20	19:30	Stefan Pfaff: Sparbuch oder Aktienfonds	Stockach; vhs	7,00 €	32
11.03.20	19:30	Ulrich Büttner: Das »Projekt Riese« und die Alpenfestung	Radolfzell; Stadtmuseum	7,00 €	21
12.03.20	19:30	Ralph Schiel und Josef Mikus: Gemeinwohlökonomie	Stockach; vhs	7,00 €	19
12.03.20	19:30	Ulrich Büttner: Romantik, Geschichtsreihe »Wanderungen durch die Weltgeschichte«	Radolfzell; vhs	7,00 €	25
13.03.20	19:30	Henry Gerlach: Carl von Häberlin – Gemalte Geschichte	Konstanz; vhs	7,00 €	20
16.03.20	19:00	Dr. Yvonne Istas: Gustav Rockholtz - Vom Orient zum Bodensee	Stockach; »Altes Forstamt«	5,00 €	24
16.03.20	19:30	Andrea Fischer-Seyfried: Die 10 wichtigsten Tipps rund ums Testament	RZ-Stahringen, Rathaus	7,00 €	33
16.03.20	19:30	@dieserdad: Willkommen in Neuland	Konstanz; vhs	7,00 €	20
16.03.20	19:30	Manfred Paulus: Wenn Frauen zur Ware werden. Menschenhandel und Sexsklaverei	Konstanz; vhs	7,00 €	15
16.03.20	20:00	Ulrich Büttner: Richtiges Zeitmanagement	Konstanz; vhs	7,00 €	30
17.03.20	19:00	Hans-Jürgen Schwarz: Verein 4.0 - Der Verein von morgen - digital oder aufgelöst?	Singen; vhs	frei	34
17.03.20	19:00	Annette Fahrner: Was essen wir da? Das ABC der Lebensmittelzusatzstoffe	Radolfzell; vhs	7,00 €	27
17.03.20	19:30	Dr. Matthias Quent: Deutschland rechts außen	Konstanz; vhs	7,00 €	15
18.03.20	19:30	Prof. Christian Pfeiffer: Gegen die Gewalt	Konstanz; vhs	7,00 €	15
18.03.20	19:00	Hans-Jürgen Schwarz: Verein 4.0 - Der Verein von morgen - digital oder aufgelöst?	Konstanz; vhs	frei	34
18.03.20	19:30	Tina Götsch: Solarnutzung (Strom und Wärme)	Singen; vhs	7,00 €	31
18.03.20	19:30	Gabriele Wolf: Ernährung bei akuten und chronischen Schmerzen	Stockach; vhs	7,00 €	26
18.03.20	19:30	Stefan Pfaff: Sparbuch oder Aktienfonds	Radolfzell; vhs	7,00 €	32
19.03.20	19:30	Prof. Christian Pfeiffer: Gegen die Gewalt	Radolfzell; Stadtbibliothek	7,00 €	15
19.03.20	19:00	Hans-Jürgen Schwarz: Verein 4.0 - Der Verein von morgen - digital oder aufgelöst?	Radolfzell; vhs	frei	34
19.03.20	19:30	Stefanie Aufleger und Klaus Nieland: Gemeinwohlökonomie	Singen; vhs	7,00 €	19
20.03.20	19:00	Iran und Israel. So nah und doch so fern, Vortrag und Konzert	Konstanz; K9	frei	17
20.03.20	19:30	Henry Gerlach: Ein Papst »besucht« Radolfzell	Radolfzell; Stadtmuseum	7,00 €	20
23.03.20	19:30	Winfried Neun: Mit Resilienz und Gelassenheit durch den Alltag	Radolfzell; Stadtbibliothek	7,00 €	27
23.03.20	19:30	Philipp Gut: Ben Ferencz: Nürnberg-Chefankläger und Jahrhundertzeuge	Konstanz; vhs	7,00 €	23
24.03.20	19:30	Markus Wolter: Dr.med. Ludwig Finckh und die NS-Rassenhygiene	Konstanz; vhs	7,00 €	22
25.03.20	19:30	Ulrich Büttner: Anarchismus – Grundzüge einer missverstandenen Philosophie	Konstanz; vhs	7,00 €	25
25.03.20	19:30	Prof. Max von Tilzer: Was ist dran am menschengemachten Klimawandel?	Konstanz; vhs	7,00 €	18
26.03.20	19:30	Stefanie Aufleger, Uwe Eberhardt und Klaus Nieland: Gemeinwohlökonomie	Konstanz; vhs	7,00 €	19
30.03.20	19:30	Gabriele Wolf: Gesunde Ernährung für starke Knochen	Konstanz; vhs	7,00 €	26
30.03.20	19:30	Felix Müller: Raus aus der Klimakrise – was können wir tun?	Radolfzell; vhs	7,00 €	19
31.03.20	19:30	apl. Prof. Georg Lind: Demokratie muss gelernt werden: Aber wie?	Konstanz; vhs	7,00 €	14
31.03.20	19:30	Franz Mudrack: Warum die Öl Eiweiß-Kost eine echte Alternative ist	Radolfzell; vhs	7,00 €	27
01.04.20	19:00	Silke Weinig: Mit schwierigen Menschen klarkommen	Konstanz; vhs	7,00 €	30
01.04.20	19:30	Uli Zeller: Menschen mit Demenz begleiten, ohne sich zu überfordern	Stockach; Stadtbücherei	7,00 €	28
01.04.20	19:30	Stefan Pfaff: Tipps und Tricks rund um die Immobilie	Singen; vhs	7,00 €	32
01.04.20	19:30	Wolfgang Kessler: Fair wirtschaften - anders leben.	Konstanz; vhs	7,00 €	19
02.04.20	19:30	Zoe Katharina: Als Seenotretterin im Mittelmeer	Konstanz; vhs	7,00 €	16
02.04.20	19:30	Andrea Fischer-Seyfried: Die 10 wichtigsten Tipps rund ums Testament	Tengen; Hauptschule	7,00 €	33
14.04.20	19:30	Dr. Herbert Brettli: An den Rand gedrängt. Roma im Burgenland im 20. Jahrhundert	Konstanz; vhs	frei	22
16.04.20	19:30	Stefan Pfaff: Versicherungen	Radolfzell; vhs	7,00 €	32
20.04.20	19:30	Klaus W.F. Gabriel: Willkommen im heutigen China! Innenansichten	Konstanz; vhs	7,00 €	17
21.04.20	19:30	Johannes Hof: Ignaz Heinrich von Wessenberg	Konstanz; vhs	7,00 €	21
22.04.20	19:30	Ulrich Büttner: Superwaffen und die Atombombe der Nazis	Radolfzell; Stadtmuseum	7,00 €	21
22.04.20	19:30	dieserdad: Willkommen in Neuland	Singen; vhs	7,00 €	20
22.04.20	19:30	Dirk Leuffen, Christian Lequesne: Europas Krise: Was hält uns zusammen?	Konstanz; vhs	7,00 €	16
22.04.20	19:30	Karina Gütges: Frauen traut Euch! Die eigene Meinung souverän vertreten	Radolfzell; vhs	7,00 €	30
23.04.20	19:30	Andrea Fischer-Seyfried: Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung	Tengen; Hauptschule	7,00 €	34
23.04.20	19:30	Oliver Georgi: Und täglich grüßt das Phrasenschwein	Radolfzell; Stadtbibliothek	7,00 €	14
23.04.20	19:30	Ulrich Büttner: Die Heartland-Theorie - der Schlüssel zur Weltherrschaft	Konstanz; vhs	7,00 €	25
27.04.20	19:00	Ein Mundartabend mit Karl Bosch	Stockach; »Altes Forstamt«	5,00 €	24
27.04.20	19:30	Winfried Neun: Sparen wir uns krank im Gesundheitswesen?	Konstanz; vhs	7,00 €	26
28.04.20	19:30	Tina Götsch: Strom- und Heizkosten senken	Konstanz; vhs	7,00 €	31
29.04.20	19:30	Dr. Dana Mergner: Wenn chronischer Schmerz zur Krankheit wird	Konstanz; vhs	7,00 €	28
29.04.20	19:30	Ulrich Büttner: Die Philosophie bei Star Trek	Konstanz; vhs	7,00 €	26
30.04.20	19:30	Hans-Peter Metzger: Friedrich Hecker und die Revolution 1848	Konstanz; vhs	7,00 €	21
04.05.20	19:30	Sophie von Bechtolsheim: 20. Juli 1944. Stauffenberg und seine Familie	Konstanz; vhs	7,00 €	22
05.05.20	19:30	Fridays for Future: Ein Jahr Klimanotstand	Konstanz; vhs	7,00 €	19
05.05.20	19:30	Thomas Stelling: Mit Gewaltfreier Kommunikation die Welt verbessern?	Konstanz; vhs	7,00 €	30
05.05.20	19:30	Michael Albus: Heilige Berge in Tibet und Tanzania	Konstanz; K9	7,00 €	18
06.05.20	19:30	Katharina Odenwald: Erben und Vererben	Konstanz; vhs	7,00 €	33
07.05.20	19:30	Andrea Fischer-Seyfried: Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung	Radolfzell; vhs	7,00 €	34
07.05.20	19:30	Jan Behnstedt-Renn: Medien und Populismus. Eine Liebesgeschichte	Konstanz; vhs	7,00 €	14
11.05.20	19:30	Gunda Frey: Kindern geben, was sie brauchen	Konstanz; vhs	7,00 €	20
12.05.20	19:30	Gunda Frey: Kindern geben, was sie brauchen	Singen; Stadthalle	7,00 €	20
12.05.20	19:30	Dr. Sylvia Asmus: Verbrannt - Aber nicht vergessen	Konstanz; vhs	frei	22
12.05.20	19:30	Michael Albus: Heilige Berge in Chile und Nordamerika	Konstanz; K9	7,00 €	18
13.05.20	19:30	Stefan Pfaff: Mieten oder Kaufen?	Konstanz; vhs	7,00 €	32
13.05.20	19:30	Dr. med. Reiner Blessing: Schwindel – wenn die Welt sich dreht	Tengen; Grund-/Hauptschule	7,00 €	28
14.05.20	19:30	Tina Götsch: Strom- und Heizkosten senken	Stockach; vhs	7,00 €	31
14.05.20	19:30	Dr. Thomas Binninger: Ärger/Streit mit dem Finanzamt?	Konstanz; vhs	7,00 €	32
18.05.20	19:30	Michael Stacheder: Aus den Erinnerungen von Max Mannheimer (1920-2016)	Konstanz; vhs	7,00 €	21
19.05.20	19:30	Michael Stacheder: Aus den Erinnerungen von Max Mannheimer (1920-2016)	Stockach; Stadtbücherei	7,00 €	21
19.05.20	19:30	Michael Albus: Heilige Berge in Japan und auf Bali	Konstanz; K9	7,00 €	18
20.05.20	19:30	Dr. Christian Krähe: Haftung von ehrenamtlich Tätigen im Verein	Konstanz; vhs	frei	34
20.05.20	19:30	Ulrich Büttner: Der Vampir. Geschichte und Mythos	Konstanz; vhs	7,00 €	26
24.05.20	11:30	Rabbiner Dr. Tovia Ben-Chorin: Pflingsten und Schawuot in Synagoge und Kirche	Konstanz; Neue Synagoge	frei	24
25.05.20	19:30	Andreas Kreuzt: Auf Expedition mit einem Großsegler durch das Südpolarmeer	Konstanz; vhs	7,00 €	17
26.05.20	19:30	Uli Zeller: Menschen mit Demenz begleiten, ohne sich zu überfordern	Konstanz; vhs	7,00 €	28
27.05.20	19:30	Katharina Odenwald: Rechtliche Probleme bei Trennung und Scheidung	Konstanz; vhs	7,00 €	32
28.05.20	19:30	Andrea Fischer-Seyfried: Die 10 wichtigsten Tipps rund ums Testament	Radolfzell; vhs	7,00 €	33
28.05.20	20:00	Brigitte Küster: Von empfindsam bis hochsensibel	Konstanz; vhs	7,00 €	27
17.06.20	19:30	Silke Weinig: Konflikt-Management	Konstanz; vhs	7,00 €	30
17.06.20	19:30	Dr. Rolf Tränkle: Psychischer Stress und körperliche Erkrankungen	Singen; vhs	7,00 €	28
25.06.20	19:30	Tina Götsch: Solarnutzung (Strom und Wärme)	Stockach; vhs	7,00 €	31
10.07.20	19:30	Peter Bergholz: Besser schlafen! Vortrag mit Demonstrationen	Singen; vhs	7,00 €	27

**i Studierende und Schüler/-innen haben zu allen Vorträgen freien Eintritt – außer es ist anders vermerkt.**



Ausführliche Inhalte zu den Vorträgen finden Sie im aktuellen Programmheft.