

Zusammen.

halten.

vhs.

April - August 2025

Jahresschwerpunkt Künstliche Intelligenz (KI).

Mo, 05.05.25 **Künstliche Intelligenz – Grundlagen, Anwendungen und Herausforderungen**
19:30 Uhr Philipp Scharpf
 Konstanz, vhs, gebührenfrei

Fr, 09.05.25 **Online-Kurs: ChatGPT für Autorinnen und Autoren. Professionelle Anwendungsmöglichkeiten und Prompts**
18:00 Uhr Anja Kislich
 Online · 36,00 €

Do, 22.05.25 **KI im Verkehr: Zwischen Datenschutz, Innovation und ethischer Verantwortung**
19:30 Uhr Sebastian Krebs
 Konstanz, vhs, gebührenfrei

Workshop: Künstliche Intelligenz in Beruf und Alltag: ChatGPT und Co. verstehen und nutzen

Der vom RHET AI Center der Universität Tübingen veranstaltete Kurs gibt Ihnen Einblick in die Chancen und Grenzen dieser Technologie. Expertinnen und Experten vermitteln neueste Erkenntnisse aus der Forschung praxisnah und zeigen, wie Sie KI-Werkzeuge zur Text- und Bilderstellung sinnvoll für Beruf und Alltag nutzen können.

Mi, 16.07.25 Fabian Erhardt
17:00-21:15 Uhr Konstanz, vhs · 15,00 €
 inkl. 30 Min. Pause Mindestalter: 18 Jahre

Alle Veranstaltungen
zum Thema KI finden
Sie auf unserer Webseite



Editorial.

Liebe Leserinnen und Leser,

wir sind in den Städten und Gemeinden im Landkreis Konstanz zu Hause und haben einen klaren Bildungsauftrag. Damit ist verbunden, dass die vhs ihre Verantwortung wahrnimmt, klare Haltung zeigt und sich aktiv für eine offene, solidarische und demokratische Gesellschaft einsetzt. Die Volkshochschulen in Deutschland laden dazu ein, Begegnungs- und Austauschräume für die breite Gesellschaft zu schaffen, in denen sich Menschen begegnen, voneinander lernen und sich für eine bessere Zukunft stark machen können. Machen Sie mit! Lernen Sie bei uns Menschen kennen! Entdecken Sie mit einer neuen Sprache neue Welten! Bewegen Sie sich gesund! Und entwickeln Sie eine neue kreative Perspektive! In der vhs halten wir zusammen.

Ausgewählte Kurse und Termine aus dem neuen Trimester stellen wir Ihnen in dieser neuen Ausgabe unserer vhs Post vor. Unser gesamtes Programm finden Sie tagesaktuell auf unserer Webseite.

*Nikola Ferling, Stephan Kühnle, Birgit Waibel-Kolle
und das Team der vhs*

Zusammenhalten und Räume schaffen.

Suchen Sie nicht auch – bei all den großen Herausforderungen unserer Zeit – einen Ort des Miteinanders und des Zusammenhalts? Wir laden Sie ein, in die vhs zu kommen und mit unseren hochkarätigen Referentinnen und Referenten zu diskutieren. Lassen Sie uns unterschiedlicher Meinung sein, lassen Sie uns auch mal streiten. Aber lassen Sie uns die Gesellschaft gemeinsam zusammenhalten und bringen Sie sich in den Dialog ein.

Zusammenhalt und Zivilgesellschaft

Mi, 21.05.25
19:00 Uhr

**Im antiökologischen Backlash:
Wie und warum bekämpft die äußerste
Rechte die ökologische Transformation?**
Matthias Quent
Konstanz, vhs

Do, 03.07.25
20:00 Uhr

**Muslimisch-jüdisches Abendbrot.
Das Miteinander in Zeiten der Polarisierung**
Meron Mendel, Saba-Nur Cheema
Konstanz, Theater, Spiegelhalle



© Ali Ghandtschi

Mi, 23.07.25
19:00 Uhr

**Von der militär- zur sozialpolitischen
Zeitenwende**
Christoph Butterwegge
Konstanz, vhs

Do, 24.07.25
19:00 Uhr

**Von der militär- zur sozialpolitischen
Zeitenwende**
Christoph Butterwegge
Singen, vhs

Wissenschaft und Kultur

Do, 10.04.25
19:30 Uhr

**Mitte des Lebens:
Eine Philosophie der besten Jahre**
Barbara Bleisch, Judith Zwick
Konstanz, Kulturzentrum

Fr, 11.04.25
15:30 Uhr

**Leben braucht Wasser: Aquatische Ökosysteme –
Konstanzer Wissenschaftsforum**
Klement Tockner
Konstanz, Bodenseeforum

Mo, 28.04.25
19:30 Uhr

**Der große Muntprat –
Leben und Wirken eines Konstanzer
Fernkaufmanns im Spätmittelalter**
Chris Inken Soppa, Ralf Staiger
Konstanz, vhs

Mi, 14.05.25
19:00 Uhr

**Komponieren unter Stalin –
Musik und Diktatur**
Hans-Georg Hofmann
Konstanz, vhs

Do, 15.05.25
19:00 Uhr

**30 Jahre Pantoprazol.
Der Blockbuster vom Bodensee**
Jörg Senn-Bilfinger
Konstanz, vhs

Alle Vorträge finden Sie auf unserer Webseite



Lebenswege nach 1945 – Generationen im Dialog.
Eine Veranstaltungsreihe der Universität Konstanz zum
Gedenktag am 08. Mai 2025 in Kooperation mit der
vhs Landkreis Konstanz

Am 8. Mai 2025 jährt sich das Ende des Zweiten Weltkriegs zum 80. Mal. Eine Gruppe von Dozierenden und Studierenden der Universität Konstanz nimmt dieses historische Datum zum Anlass, um gemeinsam mit bekannten Akteurinnen und Akteuren aus der Kulturszene ein Zeichen zu setzen: Mit unterschiedlichen, auch interaktiven Aktionen, wie Lesungen, Interactive Drawing, Filmvorführungen und Rundgängen wird die Vergangenheit lebendig gehalten und zugleich über die Aktualität und Notwendigkeit der Auseinandersetzung mit der Vergangenheit in aktuellen Kriegs- und Krisenzeiten reflektiert. Im Zentrum steht hierbei der Dialog – mit den Generationen, mit Kunst- und Kulturschaffenden, mit Historie, Gegenwart und einer Zukunft, die wir selbst gestalten.

Auftaktveranstaltung (08.05) Szenische Lesung und Musik
(Ensemble Lautwärts) mit Einführungen von Anne-Berénike Rothstein, Dirk Leuffen und Aleida Assmann.

Weitere Veranstaltungen:

ERINNERUNGSRÄUME – Ein auditiver Rundgang durch
die Erinnerung einer Geflüchteten (08.-14.05.)

Screening und »Never in my wildest dreams« (2021)
mit Evelyn Torton Beck, Doris Ingrisch und Florian Tanzer (09.05.)

Marianna Kijanowska: Babyn Jahr. Stimmen (10.5.)

Cécile Wajsbrot – Dialogische Lesung mit Musik (11.05.)

Ivana Sajko: Familienroman. Die Ereignisse von 1941 bis 1991
und darüber hinaus. (12.05.)

ÜberLeben erzählen. Sant'Anna di Stazzema 1944/2024 –
Eröffnung der multimedialen Ausstellung (14.05.)

Radka Denemarková: Ein herrlicher Flecken Erde (27.05.)



NaturErlebnisTage.

Vom 1. bis 4. Mai 2025 finden die NaturErlebnisTage in Baden-Württemberg statt. Die vhs Landkreis Konstanz ist mit vier Exkursionen dabei. Dabei lernen wir die Pflanzenwelt an unterschiedlichen Standorten um den Bodensee näher kennen und erfahren, welche Pflanzen gegen Schmerzen, Insektenstiche, Blutungen, Bauchschmerzen, Langeweile, etc. helfen. Welche Pflanzen kann man in der Küche für Smoothies, Salate und Gemüseentöpfe verwenden? Das Besondere ist, dass diese Exkursionen barrierefrei, also auch für geheimeschränkte Personen geeignet sind.

Die beliebten Pilzfürungen sind ebenfalls wieder im Programm zu finden.

Alle Kurse zum Thema Natur/Nachhaltigkeit
finden Sie auf unserer Webseite:



Zusammen draußen sein.

Entdecken Sie die vielfältigen Möglichkeiten, sich draußen zu bewegen. Unsere Kurse sind ideal für alle, die ihre Fitness fördern und gleichzeitig die Natur genießen möchten.

- | | |
|---|---|
| <p>10 x Di ab 01.04.25
19:15-20:15 Uhr</p> <p>Kurs 323144</p> | <p>Lauf-Kraft-Mix
Mit Yolanda Pauner Gotor
Radolfzell, Treffpunkt: BSV Nordstern,
Schlesierstraße 43 · 78,00 €</p> |
| <p>10 x Mo ab 28.04.25
18:15-19:15 Uhr</p> <p>Kurs 323135</p> | <p>Lauf-Kraft-Mix
Mit Mario Mehmel, Physiotherapeut,
Trainer C Breitensport, Lauftrainer
Konstanz, Treffpunkt: vhs-Bewegungs-
raum im Petershaus, Bruder-Klaus-Str. 8,
Treppe Haupteingang · 80,00 €</p> |
| <p>10 x Mo ab 28.04.25
18:00-19:00 Uhr</p> <p>Kurs 323129</p> | <p>Lauffreife –
Laufen zur Stressprävention
Mit Heike Mönch, Burnoutcoach
Konstanz, Treffpunkt: Geschwister-
Scholl-Schule, Parkplatz · 78,00 €</p> |
| <p>3 x Mi ab 14.05.25
18:30-20:00 Uhr</p> <p>Kurs 323148</p> | <p>Achtsames Joggen/Walken
Mit Sandra Lamprecht, Sozialpädagogin,
systemische Therapeutin
Radolfzell, Treffpunkt: Markelfingen,
Parkplatz Mindelsee Waldfriedhof
42,00 €</p> |

10 x Do ab 10.04.25
08:00-09:00 Uhr

Kurs 323107

smovey WALK & FIT®
**swing, move & smile(y) – die schwung-
volle Alternative zu Joggen und
Nordic Walking**

Mit Simone Schröter, FÜL B Prävention
HKL und Haltung und Bewegung
Radolfzell, Treffpunkt: BSV Nordstern,
Schlesierstraße 43 · 82,00 €

10 x Fr ab 09.05.25
17:30-19:30 Uhr

Kurs 323202

Rennrad-Gruppe Radolfzell

Mit Christoph Mangold
Ein Zustieg ist nach Anmeldung auch
nach Kursbeginn jederzeit möglich.
Radolfzell, Treffpunkt: Parkplatz
Berufliches Schulzentrum Radolfzell
gebührenfrei

**Sa + So, 31.05. +
01.06.25**
09:00-13:00 Uhr

Kurs 323509

Bogenschießen
**Wochenendworkshop für Interessierte
bis 40 Jahre**

Mit Karl-Heinz Weber, Trainer A Bogen-
schießen, Konstanz, Bogensportclub,
Dettinger Str. 125
62,00 € inkl. Material (Bogen, Pfeile)

**Sa + So, 28.06.+
29.06.25**
09:00-13:00 Uhr

Kurs 323512

Bogenschießen
**Wochenendworkshop für Interessierte
bis 40 Jahre**

Mit Karl-Heinz Weber, Trainer A Bogen-
schießen, Konstanz, Bogensportclub,
Dettinger Str. 125
62,00 € inkl. Material (Bogen, Pfeile)

*Alle Kurse zum Thema
»Bewegung draußen«
finden Sie auf unserer
Webseite*



Die mentale Gesundheit stärken.

Wenn wir unsere mentale Gesundheit pflegen, sind wir oft produktiver, kreativer und können Herausforderungen besser bewältigen. Es ist wichtig, sich um sich selbst zu kümmern und Strategien zu entwickeln, die uns helfen, in schwierigen Zeiten resilient zu bleiben.

10 x Mi ab 30.04.25

18:15-19:45 Uhr

Kurs 319238

Hatha Yoga

Vinyasa Flow kraftvoll und achtsam

Jessica Fuhrer, Yogalehrerin BDY (800h)

Konstanz, vhs · 144,00 €

Mi, 30.04.25

18:15-19:45 Uhr

Kurs 319237

Der erste Termin kann als

Schnuppertermin gebucht werden

12,00 €



12 x Mi ab 30.04.25

19:30-20:45 Uhr

Kurs 319630

Onlinekurs: Einführung in die

Achtsamkeits-Meditation

Innere Ruhe und emotionale Balance im Alltag finden

Mit Margit Räuber-Mill, Trainerin für Achtsamkeit, Resilienz und Selbstmitgefühl (DFME) · 108,00 €

6 x Fr ab 09.05.25

16:00-18:30 Uhr

Kurs 36001

Achtsame Kommunikation

Mit Achtsamkeit und Mitgefühl sich selbst und anderen begegnen

Mit Margit Räuber-Mill, Trainerin für Achtsamkeit, Resilienz und Selbstmitgefühl (DFME) Konstanz, vhs · 116,00 €



Selbstmanagement und Psychologie.

Ob beruflich oder privat: Konflikte kosten Energie. Vor allem bieten sie aber auch Chancen, das Leben bewusster und intensiver zu gestalten. Mit Dr. Michael Ganter's Kursangeboten werden in der Gruppe Lösungsansätze erarbeitet. Dabei werden Themen wie richtiges Zuhören, Konflikte vermeiden und der Umgang mit Wut, Scham und Schuld aufgegriffen.

Mit Nicole Flagmeyer sagen wir der »Aufschieberitis« endgültig ade! Sie erfahren, wie sich mit kleinen neuen Gewohnheiten die eigene Gesundheit aktiv fördern lässt. Leicht, unkompliziert und ohne großen Zeitaufwand.

»Gemeinsam glücklich: Wie Beziehungen wirklich gelingen« Im Seminar von Natascha Nussbaumer werden bewährte wissenschaftliche Ansätze mit praktischen Übungen vereint. Egal, ob Sie als Paar wachsen oder als Single wertvolle Einsichten für die Zukunft gewinnen möchten – Sie gehen mit neuen Werkzeugen und frischer Inspiration nach Hause.

Alle Kurse zum Thema Selbstmanagement finden Sie auf unserer Webseite



Gesunde Ernährung.

Basisch essen – so geht's: Im Zentrum der basischen Ernährungsweise stehen natürliche und unverarbeitete Lebensmittel. Ein ausgewogenes Verhältnis der Lebensmittel bringt den Körper in Balance.

Fr, 16.05.25 **Basische Ernährung**
18:00-21:00 Mit Katharina Dietrich, Ernährungsberaterin
 Gaienhofen, Hermann-Hesse-Schule
 Kurs 37001 40,00 €

Wir lernen die drei Doshas Vata, Pitta und Kapha und die Wirkungsweise verschiedener Lebensmittel und Geschmacksrichtungen kennen. Es gibt allgemeine ayurvedische Verhaltenstipps für die heiße Jahreszeit und Tipps für den Sommer, wie durch die Verwendung kühlender Gewürze und Kräuter für frische Energie und Abkühlung gesorgt werden kann. Gemeinsam kochen wir ein ayurvedisches Sommermenü mit Chutney, Hauptspeise und erfrischender Nachspeise.

Sa, 05.07.25 **Ayurveda für die heiße Jahreszeit –**
11:00-15:00 Uhr **leichte Sommerküche**
 Mit Bettina Retzbach,
 Dipl. Psychologin, Ayurveda-Kochkursleiterin
 Singen, vhs
 Kurs 36011 61,00 € inkl. Lebensmittelpauschale



© Bettina Retzbach

Lebe Leichter® – es kann so leicht sein, leichter zu werden! Für Frauen und Männer.

Dieses ganzheitliche Konzept vermittelt ein normales, ausgewogenes Essverhalten mit dem Ziel, auf die eigenen Körpersignale zu achten und zu einem gesunden und nachhaltigen Gleichgewicht zwischen Körper, Seele und Geist zu kommen. Du musst keine Endlos-Diäten machen und keinen Ernährungstrends folgen.

12 x Fr ab 28.03.25 Mit Waltraud Stähler,
10:00-11:00 Uhr Lebe Leichter® Coach
 Radolfzell, vhs
 Kurs 36003 138,00 € zzgl. 19,99 € für Buchpaket

12 x Di ab 01.07.25 **Onlinekurs: Lebe Leichter®**
18:00-19:00 Uhr Mit Waltraud Stähler,
 Lebe Leichter® Coach
 Kurs 36002 150,00 € zzgl. 19,99 € für Buchpaket.

lebe leichter®



Alle Kurse aus der
 Rubrik Essen &
 Trinken finden Sie
 auf unserer Webseite

lebe leichter®
Simplify your food

3 TELLER
 3 PAUSEN
 1/3 GEMÜSE ZU JEDER MAHLZEIT



Business English – Neue Kurse.

Workshop Business English B1: Communication Skills

We will discuss the importance of communication and its channels. How do I write a business email, how do I deal with cultural differences and expectations. What are the important rules on behavior on the phone, what is polite and how do I listen?

Fr, 09.05.25 Daniela Nees
17:00-20:00 Uhr
Teilnehmende: 3-5 Konstanz, vhs
 Kurs 42600 58,00 € inkl. Lehrmaterialien

Workshop Business English B1: Time Management

We will look into the Pareto Rule, what are the biggest timewasters and how do we organize and manage time to minimize our stress level.

Fr, 16.05.25 Daniela Nees
17.00-20.00 Uhr
Teilnehmende: 3-5 Konstanz, vhs
 Kurs 42602 58,00 € inkl. Lehrmaterialien

Business English B2:

Job Application Training / Bewerbungstraining

This course is designed for learners who want to improve their English skills for job applications, interviews and professional communication. Participants will learn how to create strong CVs and cover letters, navigate job interviews with confidence and effectively communicate in workplace settings.

3 x Fr ab 27.06.25 Dr. Alexander Harpe
17:00-20:00 Uhr
Teilnehmende: 3-5 Konstanz, vhs
 Kurs 42604 170,00 € inkl. Lehrmaterialien

BESONDERE KURSTIPPS

10 x Mo ab 28.04.25 **Ukrainisch A1 für Anfänger**
19:15 - 20:15 Uhr Tatiana Smorodina
Teilnehmende: 3-5
 Kurs 49720 Konstanz, vhs · 160,00 €

9 x Do ab 08.05.25 **English Conversation B2/C1**
17:30 - 19:00 Uhr Anja Siedersberger
Teilnehmende: 5-9
 Kurs 42560 Konstanz, vhs · 128,00 €

8 x Sa ab 10.05.25 **Spanisch A1 für Anfänger**
09:00 - 11:00 Uhr María José del Amo Sánchez
Teilnehmende: 5-9
 Kurs 48122 Konstanz, vhs · 134,50 €

6 x Di ab 27.05.25 **Biblisch-Hebräisch für Anfänger**
16:45 - 17:45 Uhr Franjo Kovačić
Teilnehmende: 3-4 ab 5 Teilnehmenden: 51,00 €
 Kurs 49062 Konstanz, vhs · 96,00 €

Mo, 16.30 - 18.45 Uhr **Onlinekurs: Parlons d'art en français B1**
4 x ab 16.06.25 Nathalie Fortunato
Teilnehmende: 4-6
 Kurs 44902 144,00 €

Mo-Mi, 17.30 - 19.00 Uhr **Französisch A1 für Anfänger**
9 x ab 28.07.25 3 Wochen intensiv
 Patricia Gulde
Teilnehmende: 5-9
 Kurs 44110 Konstanz, vhs · 113,50 €



Kurse für die Reise.

Einen schönen Urlaub genießen Sie noch mehr, wenn Sie sich im Urlaubsland auch sprachlich zurechtfinden. In unseren Kursen erwartet Sie eine freundliche und entspannte Atmosphäre, in der Sie wichtige Alltagssituationen gemeinsam üben. Zudem gewinnen Sie spannende Einblicke in die Bräuche und Traditionen Ihres Reiselandes.

5 x Mo ab 28.04.25 15:00 - 16:30 Uhr Teilnehmende: 5-9 Kurs 42150	Englisch A1+/A2 für die Reise Heidemarie Rebert-Trench Radolfzell, vhs 63,00 €
10 x Di ab 29.04.25 18:15 - 19:15 Uhr Teilnehmende: 5-8 Kurs 49992	Onlinekurs: Rumänisch A1 für die Reise Andreea-Flavia Cirlan 113,50 €
8 x Mo + Mi ab 05.05.25 18:00 - 19:30 Uhr Teilnehmende: 5-9 Kurs 49116	Chinesisch A1 für die Reise (Schwerpunkt China) 4 Wochen intensiv Diane Zhao Konstanz, vhs · 103,00 €
9 x Di + Do ab 06.05.25 18:00-19:30 Uhr Teilnehmende: 5-8 Kurs 49936	Onlinekurs: Koreanisch A1 für die Reise 4 Wochen intensiv Ahmi Rho-Guggenberger 153,00 €
5 x Di ab 06.05.25 08:30-10:30 Uhr Teilnehmende: 5-9 Kurs 45006	Italienisch A1 für die Reise Mit geringen Vorkenntnissen Anila Borova Konstanz, vhs · 87,00 €
Fr, 23.05.25 18:00 - 20:15 Uhr Kurs 44900	Online-Vortrag mit Diskussion: Voyage virtuel dans les Hauts de France (in französischer Sprache ab Niveau A2) Nathalie Fortunato · 16,00 €

7 x Di-Fr + Mo-Mi
ab 10.06.25
18:00 - 19:30 Uhr
Teilnehmende: 5-8
Kurs 49932

Onlinekurs: Chinesisch A1 für die Reise (Schwerpunkt Taiwan)
2 Wochen intensiv
Meng-Ning Huang
119,00 €

10 x Di + Mi ab 24.06.25
18:45 - 20:15 Uhr
Teilnehmende: 5-8

Kurs 48918

Onlinekurs: Spanisch A1 für die Reise
Mit geringen Vorkenntnissen
5 Wochen intensiv
Sandra Carmona Lopez
170,00 €

12 x Mo + Di + Do
ab 30.06.25
18:00 - 19:30 Uhr
Teilnehmende: 5-8
Kurs 49930

Onlinekurs: Japanisch A1 für die Reise
4 Wochen intensiv
Shinobu Sawada

204,00 €

4 x Mo-Do ab 14.07.25
18:30 - 20:00 Uhr
Teilnehmende: 3-5
Kurs 49564

Portugiesisch A1 für die Reise
1 Woche intensiv
Fernanda Sequeira Wenger
Singen vhs · 96,00 €

Alle Kurse aus dem Bereich Fremdsprachen finden Sie auf unserer Webseite



Klug, klüger – kompetent! Berufliche Weiterbildung als Karriere-Sprungbrett.

Wir bieten Ihnen bewährte Kurse zu MS Office und Computergrundlagen sowie neue spannende Themen. Ob Sie Ihre Fähigkeiten in Gehaltsverhandlungen verbessern, neue Impulse für die Mitarbeiterführung erhalten oder Ihre Kenntnisse in Canva, Adobe oder Excel ausbauen möchten – unser Programm zur beruflichen Weiterbildung lohnt sich für Sie.

Im Sommer wird es heiß: Mehr als 20 praxisorientierte Kurse zu verschiedenen beruflichen Themen warten auf Sie! Beispielsweise mit unserer Dozentin Alexandra Reiter, die Sie in Kursen zu Bewerbung, Stress- und Selbstmanagement sowie der Entwicklung Ihres beruflichen Stärkeprofils begleitet. Zudem bieten wir einen kompakten Excel-Grundlagenkurs an – perfekt für Ihre berufliche Weiterbildung.



Alle Kurse aus dem
Bereich Beruf &
Karriere finden Sie
hier



© shutterstock_A Lot of People

Sommerkurse an der vhs (Auswahl)

3 x Di & Do, ab 14.07.25 **Microsoft Excel Grundlagen**
17:30-20:30 Uhr
Manuela Elsässer
Kurs 51443
Konstanz, vhs · 108,00€

Fr, 25.07.25 **Frauen in Führung: Stärken und Talente erkennen**
9:00-16:00 Uhr
Alexandra Reiter
Kurs 50508
Konstanz, vhs · 78,50€

Mo, 28.07.25 **Online- und E-Mail-Bewerbungen**
17:00-20:00 Uhr
Alexandra Reiter
Kurs 50106
Konstanz, vhs · 128,00

Mo, 28.07.2 **Microsoft PowerPoint kompakt**
9:00-12:00 Uhr
Ulrike Brüggemann
Kurs 51411
Konstanz, vhs · 36,00€

Di, 29.07.25 **Gehaltsverhandlungen**
17:00-20:00 Uhr
Alexandra Reiter
Kurs 50506
Konstanz, vhs · 128,00

Kurstipps (Auswahl)

2 x Mi, ab 30.04.25 **Microsoft Excel kompakt fürs Büro**
9:00-16:00 Uhr
Ulrike Brüggemann
Kurs 51444
Konstanz, vhs · 144,00€

Mo & Do, ab 5.05.25 **Computer ganz einfach Teil 1**
14:00-17:00 Uhr
Silke Andrea Bürkle
Kurs 51308
Konstanz, vhs · 116,00€

4 x Di & Do, ab 24.06.25 **Adobe Photoshop CC kompakt**
17:30-20:30 Uhr
Nur mit eigenem Gerät
Matthias Hennig
Kurs 51607
Singen, vhs · 224,00

Sa, 10.05.25 **Stark in Rhetorik – Exklusiv für Frauen**
9:00-16:00 Uhr
Martha Wittek
Kurs 50200
Konstanz, vhs · 112,00

Soirée française. Ein französischer Abend voller Kultur, Genuss und Entdeckungen.

Stockacher Kulturlounge im Weinkeller des Bürgerhaus
Adler Post

Mit Patricia Buch – eine leidenschaftliche Französin, die es liebt, ihr Land und ihre Kultur mit anderen zu teilen. Seit 2014 unterrichtet sie mit Begeisterung Französisch an unserer Volkshochschule.

Do, 15.05.25, 18:30-20:30 Uhr
Kurs 28001 · 30,00 €

Begeben Sie sich auf eine Entdeckungsreise durch Frankreich. Testen Sie Ihr Wissen in interaktiven Quizrunden zu Geschichte, Geografie und kulinarischen Spezialitäten – Spaß und Aha-Momente garantiert! Lassen Sie sich zudem von einer Auswahl regionaler Spezialitäten verwöhnen und genießen Sie die vielfältigen Aromen Frankreichs. Ein Abend zum Austauschen, Lachen und Genießen. Ob allein, mit Freunden oder Familie – alle sind herzlich willkommen. Französischkenntnisse sind nicht erforderlich!



Alle Informationen
zum Französischen
Abend finden Sie auf
unserer Webseite



3. Konstanzer Klezmer-Tag mit Workshop und Klezmer- Nacht.

Ein besonderer Tag rund um die traditionelle jüdische Musik Osteuropas. Leitung: Antje Taubert (Klarinette) und Jutta Bogen (Violine)

Sa, 19.07.25
Kulturzentrum Konstanz, Wolkensteinsaal

10:00-18:45 Uhr: Workshop: Klezmermusik zum Tanzen
Für Instrumentalistinnen und Instrumentalisten mit mindestens drei Jahren Spielerfahrung. Gemeinsam erarbeiten wir typische Melodien, Begleitmuster und Variationsmöglichkeiten der jiddischen Musik. Im Mittelpunkt stehen verschiedene Tanzgenres sowie das harmonische Zusammenspiel im Ensemble.
Kurs 24702 · 80,00 €

**Ab 20:00 Uhr: Öffentliche Klezmer-Nacht
mit Live-Musik und Tanz**

Mitglieder der Konstanzer Klezmerband *Street Melody* spielen gemeinsam mit der Klarinettistin Antje Taubert aus Jena. Die Veranstaltung ist offen für alle, die Musik genießen oder tanzen möchten. Eintritt frei, Spenden erbeten.

Alle Informationen
zum Klezmer-Tag
finden Sie auf
unserer Webseite



Sa, 24.05.25
14:00-18:00 Uhr

Von Lübeck bis L.A. – Eine kreative Schreibzeit mit Thomas Mann

Petra Palumbo
Radolfzell, vhs · 50,50 €

Kurs 252-21201

Sa, 09.08.25
17:00-20:00 Uhr

Experimentelles Aquarell malen für Anfänger. Geeignet ab 16 Jahren

Ines Joseph
Radolfzell, Atelier Farbton,
Herzenstraße 1/1 · 46,00 €

Kurs 252-22300

Do/Fr, 07./08.08.25
10:00-13:00 Uhr

Ferienworkshop: Zeichnen / Malen Für junge Menschen von 7-17 Jahren

Ulla Attenberger
Konstanz, vhs · 50,50 €

Kurs 252-22401

Mo, 11.08.25 -
Do, 14.08.25
10:00-13:00 Uhr

Ferienworkshop: Zeichnen / Malen Für junge Menschen von 7-17 Jahren

Ulla Attenberger
Konstanz, vhs · 101,00 €

Kurs 252-22402

So, 06.07.25
10:00-18:00 Uhr

Cyanotypie für Digitalfotografen Die Kunst der blauen Bilder

Karl H. Warkentin
Konstanz, vhs · 101,50 €

Kurs 252-23101

Fr, 09.05.25.
17:30-19:45 Uhr +

Foto fit für den Urlaub – Fotoworkshop für Anfänger

Wochenendworkshop
Steffen Lutz
Singen, vhs · 94,50 €

Sa, 10.05.25
09:00-18:00 Uhr
Kurs 252-23102

So, 27.04.25
10:00-14:00 Uhr

Architekturfotografie

Ingrid Ott
Konstanz, vhs · 33,50 €

Kurs 252-23103

Fr, 16.05.25
19:00-21:00 Uhr +
Sa/So, 17./18.05.25
10:00-14:00 Uhr

Kleine Dramen, große Freude

Intensivwochenende
Michaela Bauer

Kurs 252-25400

Konstanz, vhs · 84,00 €

Fr, 11.07.25
19:00-21:00 Uhr
Sa/So, 12./13.07.25
17:00-19:00 Uhr

Grundlagen Schauspiel

Wochenendworkshop
Thomas Ecke

Kurs 252-25402

Konstanz, vhs · 50,50€

12 x Fr ab 25.04.25
19:30-20:30 Uhr

Stepptanz für Anfänger Musizieren mit den eigenen Füßen

Vicky Lam
Konstanz, vhs-Bewegungsraum im
Petershaus, Bruder-Klaus-Str. 8
120,00€

Kurs 252-25502

Sa, 05.07.25
11:00-17:00 Uhr

Gel-Printing – Die neue Art des Druckens

Karl H. Warkentin
Konstanz, vhs · 76,00 €

Kurs 252-26700

Sa, 10.05.25
16:00-19:00 Uhr

Drucken mit der Gelplatte Geeignet ab 16 Jahren

Ines Joseph
Radolfzell, Atelier Farbton,
Herzenstraße 1/1 · 46,00€

Kurs 252-26701

Alle Kurse aus dem Bereich Kultur
finden Sie auf unserer Webseite



Impressum: vhs Landkreis Konstanz e.V., Theodor-Hanloser-Straße 19, D-78224 Singen
Vereinsregister Amtsgericht Freiburg: VR 540158

Mitglieder: Landkreis Konstanz; Städte Konstanz, Radolfzell, Singen und Stockach

Vorsitzender der Mitgliederversammlung: Bürgermeister Dr. Andreas Osner

Vorsitzender des Beirats: Bernd Walz; **Vorstand:** Nikola Ferling

Konzept und Redaktion: vhs Öffentlichkeitsarbeit – Kirstin Meditz

Layout und Gestaltung: artbastard.de, Konstanz; **Druck:** Digitaldruckhaus GmbH, Konstanz

Foto/Cover: © artbastard.de, Konstanz

Alle Angaben nach bestem Wissen, Änderungen vorbehalten.

Redaktionsschluss: 06.03.2025

www.vhs-landkreis-konstanz.de

Direktion Singen

Theodor-Hanloser-Straße 19, 78224 Singen
07731/9581-0 • info@vhs-landkreis-konstanz.de

Geschäftsstelle Konstanz

Katzgasse 7, 78462 Konstanz
07531/5981-0 • info@vhs-landkreis-konstanz.de

Geschäftsstelle Radolfzell

Schützenstraße 84, 78315 Radolfzell
07732/89348-60 • info@vhs-landkreis-konstanz.de

Geschäftsstelle Stockach

Hauptstraße 1, 78333 Stockach
07771/9381-0 • info@vhs-landkreis-konstanz.de

 **Besuchen Sie uns bei Facebook,
Instagram, LinkedIn und YouTube!**

Abonnieren Sie unseren monatlichen Newsletter!

