

**5 Wege zu einem perfekten Gedächtnis**  
Webinar mit dem Bestsellerautor  
Helmut Lange  
3012  
Helmut Lange, Bestsellerautor und Dipl. Pädagoge  
Kostenbeitrag 55,00 EUR  
Samstag, 25. März 2023  
von 9.00 bis 16.30 Uhr  
online  
Veranstaltungslink wird nach der Anmeldung per E-Mail verschickt.

**Einführung in die Tinnitusatemptherapie**  
3004  
Traute Surborg-Kunstleben, Dipl. Päd. Rhetorik- u. Kommunikationstrainerin  
Kostenbeitrag 30,00 EUR  
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken  
Mittwoch, 19. April 2023  
von 19.30 bis 21.00 Uhr  
Volkshochschule, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan

**Seelische Widerstandskraft in schwierigen Zeiten**  
3141  
Angela Zahn, Heilpraktikerin Psychotherapie, Systemische Therapeutin  
Kostenbeitrag 56,00 EUR  
Bitte mitbringen: Schreibzeug  
Samstag, 29. April 2023  
von 9.00 bis 16.00 Uhr  
Volkshochschule, Raum 51  
Anmeldung erforderlich.

**Gesundheitskompetenz und Ernährung**  
3000  
18. Geislinger Arzt-Patienten-Forum  
3000  
Kreisärzteschaft Göppingen  
Eintritt: 3,00 EUR, Abendkasse  
Donnerstag, 25. Mai 2023  
von 19.00 bis 20.30 Uhr  
Mehrgenerationenhaus  
In Zusammenarbeit mit der Kassenzärztlichen Vereinigung, der Kreisärzteschaft, der Geislinger Zeitung und dem Mehrgenerationenhaus Geislingen

**Bauch-Oberschenkel-Po (BOP) – online**  
3501  
Meike von Au, Fitnesstrainerin  
Kostenbeitrag 45,00 EUR  
montags, ab 27. Februar 2023  
von 19.00 bis 19.45 Uhr  
15 mal / 15 UE  
Online  
Veranstaltungslink wird nach der Anmeldung per E-Mail verschickt.



© vhs Weibad Baden-Württemberg

**Rückenfitness – online**  
3014  
Meike von Au, Fitnesstrainerin  
Kostenbeitrag 45,00 EUR  
montags, ab 27. Februar 2023  
von 20.00 bis 20.45 Uhr  
15 mal / 15 UE  
Online  
Veranstaltungslink wird nach der Anmeldung per E-Mail verschickt.

**Qigong**  
3110  
Heike Lehle-Schirmer, Heilpraktikerin, TCM-Therapeutin, Qigong-Lehrerin  
Kostenbeitrag 88,65 EUR  
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken oder bequeme Schuhe  
montags, ab 6. März 2023  
von 17.30 bis 18.45 Uhr  
14 mal / 23,3 UE  
Volkshochschule, Gymnastikraum

**Qigong für die Frau**  
3111  
Heike Lehle-Schirmer Heilpraktikerin, TCM-Therapeutin, Qigong-Lehrerin  
Kostenbeitrag 88,65 EUR  
Bitte bequeme Kleidung, Schuhe oder dicke Socken mitbringen.  
montags, ab 6. März 2023  
von 16.10 bis 17.25 Uhr  
14 mal / 23,3 UE  
Volkshochschule, Gymnastikraum

**Rückhalt**  
Ganzheitliches Rückentraining – Kräftigung des Beckenbodens  
Kleingruppe  
3402  
Christine Eberhardt-Hansmann, Krankengymnastin  
Kostenbeitrag 56,00 EUR  
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und ein großes Handtuch  
montags, ab 6. März 2023  
von 11.00 bis 12.00 Uhr  
14 mal / 18,7 UE  
Volkshochschule, Gymnastikraum

**Shintaido**  
Kampfkunst – Fitness – Entspannung  
3700  
Benjamin Decker  
Kostenbeitrag 40,00 EUR  
Bitte lockere, lange Sportkleidung (möglichst hell oder weiß) und Gymnastikschuhe mitbringen.  
montags, ab 13. März 2023  
von 20.00 bis 21.30 Uhr  
13 mal / 26 UE  
Jahnhalle, Gymnastikraum, Eingang Parkplatz  
Anmeldung erforderlich.  
Kein Kurs am 8. Mai 2023



© Shintaido Deutschland e.V.



© pixabay

**Techniktraining Schwimmen**  
Schwimmen mit Stil  
3601  
Wolfgram Berge, Dipl.- Sportlehrer  
Staffelgebühr ab 4 TN 66,60 EUR, ab 5 TN 53,20 EUR, ab 6 TN 44,35 EUR, ab 7 TN 38,00 EUR

**Wirbelsäulengymnastik für Frauen und Männer**  
3410  
Anette von Au, staatlich geprüfte Übungsleiterin  
Staffelgebühr 70,00 EUR bei 6/7 TN, 52,50 EUR bei 8/9 TN, 42,00 EUR bei 10 TN  
mittwochs, ab 8. März 2023  
von 18.30 bis 19.15 Uhr  
15 mal / 15 UE  
Grundschule Eybach, Gymnastikraum

**Rund um die Wirbelsäule fit und entspannt**  
Gelenkschonende Gymnastik u. Körperwahrnehmung.  
3413  
Christine Eberhardt-Hansmann, Krankengymnastin  
Staffelgebühr bei 10 TN 52,00 EUR, bei 8 TN 65,00 EUR, bei 6 TN 87,00 EUR  
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und ein großes Handtuch  
donnerstags, ab 16. März 2023  
von 19.30 bis 20.30 Uhr,  
13 mal / 17,3 UE  
Grundschule Eybach, Gymnastikraum

**Superhirn – Kopfrechnen schneller als mit Taschenrechner**  
Webinar mit dem Bestsellerautor  
Helmut Lange  
3010  
Helmut Lange, Bestsellerautor und Dipl. Pädagoge  
Kostenbeitrag 25,00 EUR  
Donnerstag, 9. März 2023  
online  
Veranstaltungslink wird nach der Anmeldung per E-Mail verschickt.

**Sprachen**  
**Superhirn – Vokabeln lernen im Sekundentakt**  
Webinar  
40501  
Helmut Lange, Bestsellerautor und Dipl. Pädagoge  
Kostenbeitrag 25,00 EUR  
Donnerstag, 16. März 2023  
von 19.00 bis 21.30 Uhr  
online  
Anmeldung erforderlich.  
**Die Staffelgebühren für alle Sprachkurse finden Sie auf der Homepage der vhs Geislingen.**

**Let's talk! (A2 / B1)**  
Für Teilnehmende, die an frühere Kenntnisse anknüpfen wollen  
40607  
Charlyne Graf-Wood  
dienstags, ab 7. März 2023  
von 18.15 bis 19.45 Uhr  
10 mal / 20 UE  
Volkshochschule, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan

**Prenez la parole – Conversation facile (A1 / A2)**  
40812  
Gerda Gruber  
Kleingruppe: 72,00 EUR bei 3 TN, 52,00 EUR bei 4 TN, ab 5 TN gilt die Staffelgebühr! inkl. Kursunterlagen  
Mittwoch, 8. März; Mittwoch, 22. März; Mittwoch 19. April und Mittwoch, 3. Mai 2023  
von 18.15 bis 19.45 Uhr  
4 mal / 8 UE  
Volkshochschule, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan

**Japanabend**  
Kultur, Sprache und Faszination – Japan als Reiseland  
41000  
David Joost  
Kostenbeitrag 5,00 EUR (Abendkasse)  
Diensttag, 7. März 2023  
von 19.00 bis 20.30 Uhr  
Volkshochschule, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan

**Japanisch (A1) Spracherwerb, Schrift und Grammatik**  
Teil I für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse  
41001  
David Joost  
dienstags, ab 14. März 2023  
von 20.00 bis 21.30 Uhr  
15 mal / 30 UE  
Volkshochschule, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan

**Ukrainisch (A1) – Schnupperkurs**  
für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse  
42600  
Polina Kutselepa  
dienstags, ab 9. März 2023  
von 19.45 bis 21.15 Uhr  
6 mal / 12 UE  
Volkshochschule, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan

**Italienisch (A1) Hybrid**  
für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse  
Hybrid-Kurs: Sie können den Kurs bequem von zu Hause aus oder in Präsenz in der vhs verfolgen!  
40900  
Cinzia Pantalone  
montags, ab 6. März 2023  
von 18.00 bis 19.30 Uhr  
15 mal / 30 UE  
Online und Volkshochschule, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan

**Italienisch (B1) Hybrid**  
für Teilnehmende mit sehr guten Vorkenntnissen  
Hybrid-Kurs: Sie können den Kurs bequem von zu Hause aus oder in Präsenz in der vhs verfolgen!  
40906  
Cinzia Pantalone  
montags, ab 6. März 2023  
von 19.40 bis 21.10 Uhr  
15 mal / 30 UE  
Online und Volkshochschule, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan

**Türkische Sprache und Kultur (A1)**  
für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse  
42400  
Ilyas Ugur  
dienstags, ab 7. März 2023  
von 20.00 bis 21.30 Uhr  
15 mal / 30 UE  
Volkshochschule, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan

**Grundkurs Word 2016**  
5011  
Markus Rauschenberger, Fachlehrer  
Wirtschaftsinformatik  
Kostenbeitrag 57,60 EUR  
Bitte mitbringen: USB Stick (kein Muss!)  
Dienstag, 21. März 2023 und Donnerstag, 23. März 2023  
von 18.00 bis 21.00 Uhr  
2 mal / 8 UE  
vhs Geislingen, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan

**Tipps und Tricks zu Word 2016**  
5012  
Markus Rauschenberger, Fachlehrer  
Wirtschaftsinformatik  
Kostenbeitrag 57,60 EUR  
Bitte mitbringen: USB Stick (kein Muss!)  
Dienstag, 28. März und Donnerstag, 30. März 2023  
von 18.00 bis 21.00 Uhr  
2 mal / 8 UE  
vhs Geislingen, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan

**Grundkurs Excel 2016**  
5013  
Markus Rauschenberger, Fachlehrer  
Wirtschaftsinformatik  
Kostenbeitrag 57,60 EUR  
Bitte mitbringen: USB Stick (kein Muss!)  
Dienstag, 18. April und Donnerstag, 20. April 2023  
von 18.00 bis 21.00 Uhr  
2 mal / 8 UE  
vhs Geislingen, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan

© Pixabay

**Conversacion en Español en Linea (B2)**  
Für Teilnehmende mit sehr guten Vorkenntnissen  
42225  
Maria de Los Angeles Bracho Garcia  
Bitte beachten: Hier gilt die Staffelgebühr!  
Lehr- und Arbeitsbuch: Con gusto B2, Lektion 1, Klett Verlag  
mittwochs, ab 15. März 2023  
von 17.30 bis 19.00 Uhr  
15 mal / 30 UE  
Online

**Tschechisch (A1) – Schnupperkurs**  
Für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse  
42300  
Polina Kutselepa  
dienstags, ab 9. März 2023  
von 18.00 bis 19.30 Uhr  
6 mal / 12 UE  
Volkshochschule, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan

**Unvergessliche Augenblicke – Wir gestalten ein CEWE Fotobuch**  
5015  
Markus Rauschenberger, Fachlehrer  
Wirtschaftsinformatik  
Kostenbeitrag 57,60 EUR  
Bitte mitbringen: Stick mit Fotos im JPEG-Format (kein Muss!)  
Dienstag, 25. April 2023 und Donnerstag, 27. April 2023  
von 18.00 bis 21.00 Uhr  
2 mal / 8 UE  
vhs Geislingen, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan

**3D-Drucker Führerschein**  
5036  
Bernhard Sapper, CAD/CAM-Programmierer  
Kostenbeitrag 36,00 EUR  
Mittwoch, 15. März 2023  
von 18.00 bis 20.15 Uhr  
vhs Geislingen, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan

**3D-Drucker in der Anwendung**  
5037  
Bernhard Sapper, CAD/CAM-Programmierer  
Kostenbeitrag 36,00 EUR  
Bitte mitbringen: Notebook oder Laptop, wenn vorhanden →

**Coaching für einen überzeugenden Auftritt**  
5005  
Traute Surborg-Kunstleben, Dipl. Päd. Rhetorik- u. Kommunikationstrainerin  
Kostenbeitrag 98,00 EUR  
Bitte mitbringen: Schreibzeug  
Freitag, 30. Juni 2023  
von 18.00 bis 21.00 Uhr und Samstag, 1. Juli 2023  
von 9.30 bis 17.00 Uhr  
2 mal / 14 UE  
Volkshochschule, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan

© Pixabay

**Erste Schritte am PC**  
5010  
Markus Rauschenberger, Fachlehrer  
Wirtschaftsinformatik  
Kostenbeitrag 86,40 EUR  
Dienstag, 7. März 2023  
Donnerstag, 9. März 2023  
Dienstag, 14. März 2023 und Donnerstag, 16. März 2023  
von 18.00 bis 20.45 Uhr  
4 mal / 12 UE  
vhs Geislingen, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan

**Anmeldung erforderlich, eine Anmeldung ist in beiden Volkshochschulen möglich.**  
In Zusammenarbeit mit der Volkshochschule Oberes Filstal

**Grundkurs Powerpoint 2016**  
5014  
Markus Rauschenberger, Fachlehrer  
Wirtschaftsinformatik  
Kostenbeitrag 57,60 EUR  
Bitte mitbringen: USB Stick (kein Muss!)  
Dienstag, 9. Mai und Donnerstag, 11. Mai 2023  
von 18.00 bis 21.00 Uhr  
2 mal / 8 UE  
vhs Geislingen, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan

**Vokabeln lernen im Sekundentakt**  
(für Schüler\*innen)  
Workshop  
6001  
Helmut Lange, Bestsellerautor und Dipl. Pädagoge  
Kostenbeitrag 25,00 EUR  
Bitte mitbringen: Schreibzeug  
Dienstag, 21. März 2023  
von 16.00 bis 18.00 Uhr  
online  
Anmeldung erforderlich.

**Schnupperkurs „Programmieren für Kids“**  
60803  
Bernhard Sapper, CAD/CAM-Programmierer  
Kostenbeitrag 10,00 EUR  
Bitte mitbringen: USB-Stick zum Mitnehmen der erstellten Programme  
Freitag, 14. April 2023  
von 9.00 bis 12.00 Uhr  
Volkshochschule, Raum 120  
In Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei Geislingen

© Pixabay

**Mittwoch, 26. April 2023**  
von 18.00 bis 20.15 Uhr  
vhs Geislingen, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan  
In Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei Geislingen

**TechnoThek: Actionbound-Workshop**  
für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren  
60800  
Benjamin Decker Dipl.-Bibliothekar  
2,00 EUR direkt bei der Bücherei bezahlen  
Dienstag, 11. April 2023  
von 15.00 bis 17.00 Uhr  
Volkshochschule, Raum 120  
Anmeldung erforderlich.  
Anmeldung bis 6. April 2023 unter 07331/24-372 oder E-Mail an stadtbuecherei@geislingen.de  
In Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei Geislingen

**TechnoThek: VR-Brille im Einsatz: Workshop & Gaming**  
für Jugendliche ab 12 Jahre  
60801  
Benjamin Decker Dipl.-Bibliothekar  
2,00 EUR direkt bei der Bücherei bezahlen  
Bitte bring dein Smartphone mit.  
Mittwoch, 12. April 2023  
von 15.00 bis 17.00 Uhr  
Volkshochschule, Raum 120  
Anmeldung erforderlich. →

**Erste eigene Computerspiele programmieren mit Scratch**  
60802  
Janine Scherdin, Lehrerin für Informatik  
15,00 EUR direkt bei der Bücherei bezahlen  
Montag, 31. Juli bis Donnerstag, 3. August 2023  
jeweils von 9.00 bis 12.00 Uhr  
4 mal / 16 UE  
Volkshochschule, Raum 120  
Anmeldung unter 07331/24-372  
In Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei Geislingen

**VR-Brille im Einsatz: Workshop & Gaming**  
für Jugendliche ab 12 Jahre  
60801  
Benjamin Decker Dipl.-Bibliothekar  
2,00 EUR direkt bei der Bücherei bezahlen  
Bitte bring dein Smartphone mit.  
Mittwoch, 12. April 2023  
von 15.00 bis 17.00 Uhr  
Volkshochschule, Raum 120  
Anmeldung erforderlich. →

© Pixabay

**Tipps und Tricks zu Word 2016**  
5012  
Markus Rauschenberger, Fachlehrer  
Wirtschaftsinformatik  
Kostenbeitrag 57,60 EUR  
Bitte mitbringen: USB Stick (kein Muss!)  
Dienstag, 28. März und Donnerstag, 30. März 2023  
von 18.00 bis 21.00 Uhr  
2 mal / 8 UE  
vhs Geislingen, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan

**3D-Drucker Führerschein**  
5036  
Bernhard Sapper, CAD/CAM-Programmierer  
Kostenbeitrag 36,00 EUR  
Mittwoch, 15. März 2023  
von 18.00 bis 20.15 Uhr  
vhs Geislingen, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan

**3D-Drucker in der Anwendung**  
5037  
Bernhard Sapper, CAD/CAM-Programmierer  
Kostenbeitrag 36,00 EUR  
Bitte mitbringen: Notebook oder Laptop, wenn vorhanden →

**Coaching für einen überzeugenden Auftritt**  
5005  
Traute Surborg-Kunstleben, Dipl. Päd. Rhetorik- u. Kommunikationstrainerin  
Kostenbeitrag 98,00 EUR  
Bitte mitbringen: Schreibzeug  
Freitag, 30. Juni 2023  
von 18.00 bis 21.00 Uhr und Samstag, 1. Juli 2023  
von 9.30 bis 17.00 Uhr  
2 mal / 14 UE  
Volkshochschule, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan

**Vokabeln lernen im Sekundentakt**  
(für Schüler\*innen)  
Workshop  
6001  
Helmut Lange, Bestsellerautor und Dipl. Pädagoge  
Kostenbeitrag 25,00 EUR  
Bitte mitbringen: Schreibzeug  
Dienstag, 21. März 2023  
von 16.00 bis 18.00 Uhr  
online  
Anmeldung erforderlich.

© Pixabay

**TechnoThek: Actionbound-Workshop**  
für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren  
60800  
Benjamin Decker Dipl.-Bibliothekar  
2,00 EUR direkt bei der Bücherei bezahlen  
Dienstag, 11. April 2023  
von 15.00 bis 17.00 Uhr  
Volkshochschule, Raum 120  
Anmeldung erforderlich.  
Anmeldung bis 6. April 2023 unter 07331/24-372 oder E-Mail an stadtbuecherei@geislingen.de  
In Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei Geislingen

**TechnoThek: VR-Brille im Einsatz: Workshop & Gaming**  
für Jugendliche ab 12 Jahre  
60801  
Benjamin Decker Dipl.-Bibliothekar  
2,00 EUR direkt bei der Bücherei bezahlen  
Bitte bring dein Smartphone mit.  
Mittwoch, 12. April 2023  
von 15.00 bis 17.00 Uhr  
Volkshochschule, Raum 120  
Anmeldung erforderlich. →

**Erste eigene Computerspiele programmieren mit Scratch**  
60802  
Janine Scherdin, Lehrerin für Informatik  
15,00 EUR direkt bei der Bücherei bezahlen  
Montag, 31. Juli bis Donnerstag, 3. August 2023  
jeweils von 9.00 bis 12.00 Uhr  
4 mal / 16 UE  
Volkshochschule, Raum 120  
Anmeldung unter 07331/24-372  
In Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei Geislingen

**VR-Brille im Einsatz: Workshop & Gaming**  
für Jugendliche ab 12 Jahre  
60801  
Benjamin Decker Dipl.-Bibliothekar  
2,00 EUR direkt bei der Bücherei bezahlen  
Bitte bring dein Smartphone mit.  
Mittwoch, 12. April 2023  
von 15.00 bis 17.00 Uhr  
Volkshochschule, Raum 120  
Anmeldung erforderlich. →

**Coaching für einen überzeugenden Auftritt**  
5005  
Traute Surborg-Kunstleben, Dipl. Päd. Rhetorik- u. Kommunikationstrainerin  
Kostenbeitrag 98,00 EUR  
Bitte mitbringen: Schreibzeug  
Freitag, 30. Juni 2023  
von 18.00 bis 21.00 Uhr und Samstag, 1. Juli 2023  
von 9.30 bis 17.00 Uhr  
2 mal / 14 UE  
Volkshochschule, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan

© Pixabay

**Vokabeln lernen im Sekundentakt**  
(für Schüler\*innen)  
Workshop  
6001  
Helmut Lange, Bestsellerautor und Dipl. Pädagoge  
Kostenbeitrag 25,00 EUR  
Bitte mitbringen: Schreibzeug  
Dienstag, 21. März 2023  
von 16.00 bis 18.00 Uhr  
online  
Anmeldung erforderlich.

**Schnupperkurs „3D-Drucker für Kids“**  
6004  
Bernhard Sapper, CAD/CAM-Programmierer  
Kostenbeitrag 19,30 EUR bei 6 TN, 14,50 EUR bei 8 TN, 11,60 EUR bei 10 TN  
Freitag, 14. April 2023  
von 14.00 bis 17.00 Uhr  
Volkshochschule, Raum 120  
In Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei Geislingen

**TechnoThek: VR-Brille im Einsatz: Workshop & Gaming**  
für Jugendliche ab 12 Jahre  
60801  
Benjamin Decker Dipl.-Bibliothekar  
2,00 EUR direkt bei der Bücherei bezahlen  
Bitte bring dein Smartphone mit.  
Mittwoch, 12. April 2023  
von 15.00 bis 17.00 Uhr  
Volkshochschule, Raum 120  
Anmeldung erforderlich. →

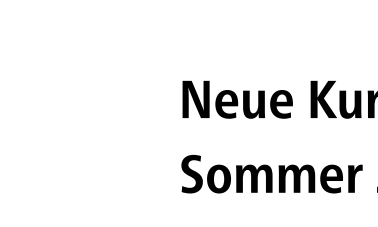
**Erste eigene Computerspiele programmieren mit Scratch**  
60802  
Janine Scherdin, Lehrerin für Informatik  
15,00 EUR direkt bei der Bücherei bezahlen  
Montag, 31. Juli bis Donnerstag, 3. August 2023  
jeweils von 9.00 bis 12.00 Uhr  
4 mal / 16 UE  
Volkshochschule, Raum 120  
Anmeldung unter 07331/24-372  
In Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei Geislingen

**VR-Brille im Einsatz: Workshop & Gaming**  
für Jugendliche ab 12 Jahre  
60801  
Benjamin Decker Dipl.-Bibliothekar  
2,00 EUR direkt bei der Bücherei bezahlen  
Bitte bring dein Smartphone mit.  
Mittwoch, 12. April 2023  
von 15.00 bis 17.00 Uhr  
Volkshochschule, Raum 120  
Anmeldung erforderlich. →

© Pixabay




© Jessica Lewis



© Annie Spratt

# Neue Kurse und Einzelveranstaltungen Sommer 2023

Das gesamte Programm und fortlaufende Kurse finden Sie unter [www.vhs-geislingen.de](http://www.vhs-geislingen.de).  
Semesterbeginn 6. März 2023



Geislingen / Steige



© Stadt Geislingen an der Stige

**Klimawandel und Mobilität – Wechselwirkungen und Lösungswege**  
Der Klimawandel hat viele Ursachen – eine davon ist die Art, wie wir derzeit unsere Mobilität definieren. Welchen Anteil hat eigentlich unser PKW-Verkehr am Klimawandel? Welche Lösungswege gibt es bereits und welche sind in Sichtweite? Welche Vor- und Nachteile haben diese Alternativen? Mobilitätsberater Paul Saxa gibt uns viele Antworten auf dringende Fragen, dabei geht er insbesondere auch auf den aktuellen Stand der Elektro-Mobilität und deren Chancen und Risiken ein.

1109D  
**Paul Saxa, Mobilitätsberater um eine Spende wird gebeten**  
Donnerstag, 2. März 2023  
von 19.00 bis 21.00 Uhr online

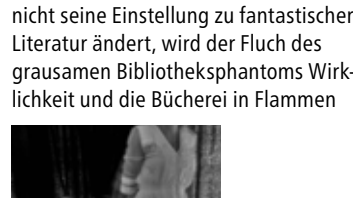
Anmeldeschluss: 2. März 2023 unter [www.keb-goepfingen.de](http://www.keb-goepfingen.de)  
In Zusammenarbeit mit der Kath. Erwachsenenbildung Göppingen und Reutlingen

**Berauschend – Die Folgen und Wirkung von Alkoholkonsum**  
Vortrag  
Im sozialen Miteinander nimmt Alkohol eine bedeutende Rolle in unserer Gesellschaft ein. Ob auf einer Party gemeinsam mit Freunden zu trinken, an einem Geburtstag mit der Familie anzustoßen oder auch einfach nur sich selbst mit einem leckeren Feierabendbier belohnen. Was aber, wenn der Konsum zum Problem wird? Welche Folgen hat übermäßiger Konsum für Wirtschaft, Gesellschaft und das soziale Umfeld und wie versucht die Gesellschaft und der Staat den Folgen des Konsums entgegenzuwirken?

1111F  
**Dr. Sandra Tauer Kostenbeitrag 20,00 EUR zzgl. Bahnticket**  
Samstag, 18. März 2023  
von 14.00 bis 15.30 Uhr  
Landesmuseum Württemberg, Dorotheenstraße 4, Stuttgart  
Anmeldung erforderlich. Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.  
Die vhs ist kein Reiseveranstalter

**Dr. Sandra Tauer 8,00 EUR (erm. 5,00 EUR) Abendkasse**  
Donnerstag, 16. März 2023  
von 18.00 bis 19.30 Uhr  
Volkshochschule

**75 Jahre Stadtbücherei: Der Bücherfluch – wenn es finster wird in der Bücherei**  
Lange Nacht der Bibliotheken 23  
Ein Fluch lastet auf der Stadtbücherei: Wenn der starrköpfige Bibliotheksleiter nicht seine Einstellung zu fantastischer Literatur ändert, wird der Fluch des grausamen Bibliotheksphantoms Wirklichkeit und die Bücherei in Flammen



© Fromt Hartoflörhane

Ihr  
Frank Dehmer  
Oberbürgermeister

aufgehen. Aus klassischen Schauerromanen erheben sich gespenstische Vorleser um zu verhindern, dass der Fluch wahr wird. Wird es ihnen mithilfe der Literatur gelingen, den Bibliotheksleiter umzustimmen? Oder ist dies die letzte Nacht der Stadtbücherei ...

1111E  
**Eintritt frei! Freitag, 17. März 2023**  
Veranstaltungsbeginn: 20.00 Uhr  
Stadtbücherei in der MAG, Lese-Café  
Platzreservierung unter: [stadtbuecherei@geislingen.de](mailto:stadtbuecherei@geislingen.de) oder unter 07331/24-372  
Veranstalter: Mitglieder des Literaturnetzwerkes Geislingen e. V. und der Theatergruppe Obere Roggenmühle, Stadtbücherei Geislingen

**Berauschend 10.000 Jahre Bier und Wein – Exkursion**  
Mit der Großen Sonderausstellung „Berauschend – 10.000 Jahre Bier und Wein“ stellt das Landesmuseum Stuttgart die Bedeutung von Bier und Wein vor – weniger als Getränke gegen den Durst, sondern vor allem als soziales Phänomen. Denn Herstellung und Genuss von Alkohol sind seit 10.000 Jahren belegt – und oft tauchen „geistige Getränke“ in festlichen Zusammenhängen auf. Im großen Bogen verfolgt die Ausstellung von Asien über den Mittelmeerraum bis in die Region, wie Bier und Wein in unser Leben kam, und welche Funktion sie hatten und haben.

1113F  
**Uwe Haas Kostenbeitrag 20,00 EUR (inkl. Imbiss und Getränke)**  
Samstag, 1. April 2023  
von 16.00 bis 20.00 Uhr  
Weinhandlung Uwe Haas, Ledergasse 17, Geislingen  
Anmeldeschluss 16.3.2023

**Resilienz – was uns innerlich stark macht**  
Resilienz erleichtert uns den Umgang mit Krisen und Herausforderungen und hilft uns, in Balance und damit gesund zu bleiben. Jeder Mensch hat Resilienz, jedoch ist sie unterschiedlich ausgeprägt. Bei dem Vortrag am 18. April lernen Sie die Resilienz-Faktoren kennen und erfahren, was Sie tun können, um Ihre Resilienz zu stärken. In dem anschließenden wöchentlichen Kurs üben Sie ganz konkrete Methoden der Resilienzstärkung und entdecken, wie Sie diese ohne großen Aufwand in Ihren Alltag integrieren können.

1116B →

**WEIN SEKT EDELBRÄNDE**  
Immer gut vom Fachgeschäft

**UWE HAAS**

Wein- und Spirituosenhandlung  
Edelbrandbrennerei  
Obstkellerei  
Ledergasse 17, 73312 Geislingen  
Tel.: 07331 / 416 81

**Destillate made in Geislingen**  
Bei diesem Besuch einer kleinen Gruppe zwischen 10 und 15 Personen in der Brennerei Geislingen begleiten Sie die Entstehung hochwertiger Destillate. Zunächst erfahren Sie von Uwe Haas Wissenswertes über die höchstmögliche Aromabindung in edlen Obstbränden, lernen den Herstellungsprozess in der Brennerei detailliert kennen und erhalten Gelegenheit am Schaubrennen teilzuhaben. Dr. Ulrich Gschwind vesteht es Ihnen anschaulich und unterhaltsam die chemischen Prozesse, deren Bedeutung auch in der heimischen Küche und das Vorkommen in der Natur nahezubringen. Anschließend kommen Sie in den Genuss die edlen Tröpfchen bei einem herzhaften Imbiss mit Käsewürfeln und Brot zu verkosten.

1113F  
**Uwe Haas Kostenbeitrag 20,00 EUR (inkl. Imbiss und Getränke)**  
Samstag, 1. April 2023  
von 16.00 bis 20.00 Uhr  
Weinhandlung Uwe Haas, Ledergasse 17, Geislingen  
Anmeldeschluss 16.3.2023

**Christa Maria Bode, zertifizierte Resilienzberaterin, Systemischer Coach 60,00 EUR (40,00 EUR ermäßigt, auch für Ehrenamtliche)**  
Vortrag: Dienstag, 18. April 2023  
von 19.00 bis 20.30 Uhr  
Kurs: Dienstag, 25.04.2023, bis Dienstag, 16.05.2023  
von 19.00 bis 20.30 Uhr  
4 mal / 8 UE  
Online  
Anmeldeschluss: 16. April 2023 unter [www.keb-goepfingen.de](http://www.keb-goepfingen.de)  
In Zusammenarbeit mit der Kath. Erwachsenenbildung Göppingen

**Wildkräuterführung für Einsteiger**  
Bei unserem Frühlingsspaziergang entdecken wir viele blühende Wildkräuter, die durch ihre besonderen Eigenschaften in der Küche und der naturverbundenen Hausapotheke Verwendung finden. Sie lernen diese Kräuter zu erkennen und erhalten Vorschläge zur Anwendung.

1117E  
**Kathrin Neuschl, Kräuterpädagogin Kostenbeitrag 15,00 EUR**  
Freitag, 28. April 2023  
von 15.00 bis 16.30 Uhr  
Treffpunkt: Parkplatz Auhalle, Bad Überkingen  
Anmeldung erforderlich.  
Die vhs ist kein Reiseveranstalter

**Brot backen mit dem Bäckermeister**  
An diesem Abend gibt es jede Menge Infos rund ums Brot. Sie backen zwei große Brote, Fladen und Baguette, die Sie mit nach Hause nehmen können. Auch lernen Sie grundsätzliche Begriffe und die Unterschiede zwischen Dinkel, Weizen, Roggen, Vollkorn, Schrot und



**Christa Maria Bode, zertifizierte Resilienzberaterin, Systemischer Coach 60,00 EUR (40,00 EUR ermäßigt, auch für Ehrenamtliche)**  
Vortrag: Dienstag, 18. April 2023  
von 19.00 bis 20.30 Uhr  
Kurs: Dienstag, 25.04.2023, bis Dienstag, 16.05.2023  
von 19.00 bis 20.30 Uhr  
4 mal / 8 UE  
Online  
Anmeldeschluss: 16. April 2023 unter [www.keb-goepfingen.de](http://www.keb-goepfingen.de)  
In Zusammenarbeit mit der Kath. Erwachsenenbildung Göppingen

**Führung in der griechisch-orthodoxen Kirche Esslingen**  
Die Kirche Mariä Verkündigung in Esslingen ist die größte griechisch-orthodoxe Kirche in Europa außerhalb Griechenlands. Vor 30 Jahren wurde der Grundstein der byzantinischen Basilika mit Kuppel gelegt, seit 1995 feiert die Gemeinde Liturgien in der Kirche. Innen ist die Basilika teilweise von griechischen Künstlern im byzantinischen Stil bemalt, Stück für Stück wird der gesamte Innenraum noch immer weiter ausgestaltet.

1118F  
**Anastasia Legidou, ehrenamtliche Mitarbeiterin der Gemeinde Mariä Verkündigung 5,00 EUR (als Spende für die griechisch-orthodoxe Gemeinde)**  
Samstag, 6. Mai 2023  
von 10.00 bis 12.00 Uhr  
Esslingen, Griechisch-Orthodoxe Kirche Mariä Verkündigung  
Anmeldeschluss: 1. Mai 2023 unter [www.keb-goepfingen.de](http://www.keb-goepfingen.de)  
In Zusammenarbeit mit der Kath. Erwachsenenbildung Göppingen

**Führung Kahlensteinhöhle**  
Die Besucher können mit dem Kahlensteiner Höhlenverein die Höhle auf eine Länge von 70 m besichtigen. Wissenswertes über die Entdeckung, Geologie, Höhlentiere und zu den heimatgeschichtlichen Funden, welche der Kahlensteiner Höhlenverein bei seinen Forschungen in der Höhle gefunden hat, werden den Besuchern genauer erklärt. Die Kahlensteinhöhle ist normalerweise keine Schauhöhle, der Verein öffnet sie an diesem Tag extra für eine Besichtigung.

1119F  
**Dieter Domke Kostenbeitrag 5,00 EUR (erm. 3,00 EUR) Barkasse**  
Samstag, 13. Mai 2023  
von 14.00 bis 16.00 Uhr  
Exkursion  
Treffpunkt wird nach der Anmeldung bekannt gegeben.  
Anmeldung erforderlich.  
Anmeldeschluss 4.5.2023 (Freie Plätze können nach dem Anmeldeschluss gerne erfragt werden.)  
In Zusammenarbeit mit dem Kahlensteiner Höhlenverein  
Die vhs ist kein Reiseveranstalter

Mehl. Dazu erhalten Sie Rezepte und zum Abschluss können die ersten Produkte gemeinsam verkostet werden.  
1117F  
**Andreas Kiene, Bäckermeister**  
Staffelgebühr bei 6/7TN 30,00 EUR, bei 8/9 TN 22,50 EUR, ab 10 TN 18,00 EUR

**Bitte bringen Sie eine Schürze und die Materialkosten von 15,- EUR mit.**  
Samstag, 29. April 2023  
von 9.00 bis 12.00 Uhr  
Weberallee 19/1, Kuchen  
Anmeldung erforderlich.

**Weinbergwanderung & Weinbaugeschichte in Esslingen**  
Lassen Sie sich auf eine wundervolle Wanderung durch Esslingens Weinberge entführen. Von der Frauenkirche Esslingen laufen wir um ca. 10.00 Uhr los und werden eine Rundtour durch die Weinberge laufen (2 Stunden, ca. 4 km Wegstrecke). Der Ausblick auf das Neckartal und die historische Altstadt wird uns während der Wanderung von verschiedenen Blickwinkeln zaubern. Zwischenmorgeln erfahren Sie viel Wissenswertes an mehreren Stationen über die Geschichte des Weinbaus in Esslingen und es wartet eine kleine Pause mit einer Stärkung auf Sie.

1124E  
**Sandra Schneider Kostenbeitrag 15,00 EUR**  
Samstag, 17. Juni 2023  
von 10.00 bis 13.00 Uhr  
Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.  
Die vhs ist kein Reiseveranstalter

**Erlebnistag auf der Schwäbischen Alb – Geschichte der Samenhändler**  
Idyllische Wanderung mit herrlichen Ausblicken vom Roßberg Samenhandlergemeinde Gönningen mit Führung im Samenhandelsmuseum – herrliche, abwechslungsreiche Wanderung über die Gönninger Seen zum Roßberg – Grillbuffet

1126G  
**Karin Lorch, Fachkrankenschwester Anästhesie/Intensiv 8,00 EUR (ermäßigt und für Ehrenamtliche 4,00 EUR)**  
Mittwoch, 28. Juni 2023  
von 19.30 bis 21.00 Uhr online  
Anmeldung bis 26. Juni 2023 unter [www.keb-goepfingen.de](http://www.keb-goepfingen.de)  
In Zusammenarbeit mit der Kath. Erwachsenenbildung Göppingen

**Navigation für Fußgänger und Radfahrer**  
Unbekannte Strecken fährt man mit Hilfe des Navis. Dabei sieht man immer den eigenen Standort und die gewünschte Route. Warum sollten Fußgänger und Radfahrer diesen Komfort nicht auch genießen? Das Smartphone in der Jackentasche oder am Fahrradlenker und los geht's durch das Gelände oder durch die Stadt.

1129A  
**Patricia Lippmann**  
Staffelgebühr 59,00 EUR ab 5 TN, 49,00 EUR ab 6 TN, 42,00 EUR ab 7 TN, 37,00 EUR ab 8 TN  
Android oder iOS (Apple) – Bitte eigenes Gerät und Ladekabel mitbringen.  
Montag, 3. Juli 2023  
von 14.00 bis 17.00 Uhr  
Volkshochschule, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan  
Anmeldung erforderlich.

**Onlinebanking – Die Bank, die durchgehend geöffnet hat**  
Immer mehr Bankfilialen vor Ort schließen oder sie sind nur noch wenige Stunden in der Woche geöffnet. Ihre Internet-Filiale ist an 24 Stunden täglich für Sie da! Sie könnten Überweisungen in Ruhe zuhause erledigen oder Kontobewegungen zu jeder Zeit nachvollziehen. Das entspannt ungemein. Sie würden das Onlinebanking gerne nutzen, trauen sich aber nicht, weil Sie die Zusammenhänge nicht verstehen? Sie fragen sich, wie →

**Android oder iOS (Apple) – Bitte eigenes Gerät und Ladekabel mitbringen.**  
Montag, 10. Juli 2023  
von 14.00 bis 17.00 Uhr  
Volkshochschule, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan  
Anmeldung erforderlich.

**Android, iOS (Apple) oder Laptop – Bitte eigenes Gerät und Ladekabel mitbringen**  
Montag, 24. Juli 2023  
von 14.00 bis 17.00 Uhr  
Volkshochschule, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan  
Anmeldung erforderlich.

**Keimten – die Stadt der Superlative**  
Panoramawanderung mit herrlichen Blicken auf die Allgäuer Berge – Führung in der Residenz  
Ein unvergesslicher Tag im schwäbischen Allgäu. Keimten, welche zu den ältesten Städten Deutschlands zählt, deren Geschichte facettenreich und spannend ist, lohnt immer einen Besuch! Außerdem besteht die Möglichkeit an der wunderschönen Wanderung von Marienberg über einen Tobel in die Stadtmitte teilzunehmen. Ein weiteres Highlight des Tages ist die Sonderführung in der Residenz. Detaillierte Informationen finden Sie auf der Homepage der vhs Geislingen.

2110  
**Ralph Emberger 3. DAN Jiu-Jitsu Kostenbeitrag 50,00 EUR (erm. 42,00 EUR)**  
Bitte mitbringen: Trainingskleidung, Getränk, Essen und gute Laune  
Sonntag, 12. März 2023  
Sonntag, 19. März 2023  
von 9.00 Uhr bis 16.00 Uhr (mit Pausen)  
2 mal / 16 UE  
Jahnhalle, Gymnastikraum, Eingang Parkplatz  
In Zusammenarbeit mit dem Jiu Jitsu Geisl. e. V.

**75 Jahre Stadtbücherei: Bücherduell – die Entscheidung**  
Eintritt frei!  
Sonntag, 23. April 2023  
von 19.00 bis 21.00 Uhr  
1 mal / 2,67 UE  
Stadtbücherei in der MAG, Lese-Café  
Platzreservierung unter: [stadtbuecherei@geislingen.de](mailto:stadtbuecherei@geislingen.de) oder unter 07331/24-372  
In Zusammenarbeit mit Geislinger Literaturnetzwerk und der Stadtbücherei Geislingen

**75 Jahre Stadtbücherei: Bücherduell – die Entscheidung**  
Eintritt frei!  
Sonntag, 23. April 2023  
von 19.00 bis 21.00 Uhr  
1 mal / 2,67 UE  
Stadtbücherei in der MAG, Lese-Café  
Platzreservierung unter: [stadtbuecherei@geislingen.de](mailto:stadtbuecherei@geislingen.de) oder unter 07331/24-372  
In Zusammenarbeit mit Geislinger Literaturnetzwerk und der Stadtbücherei Geislingen

**Keimten – die Stadt der Superlative**  
Panoramawanderung mit herrlichen Blicken auf die Allgäuer Berge – Führung in der Residenz  
Ein unvergesslicher Tag im schwäbischen Allgäu. Keimten, welche zu den ältesten Städten Deutschlands zählt, deren Geschichte facettenreich und spannend ist, lohnt immer einen Besuch! Außerdem besteht die Möglichkeit an der wunderschönen Wanderung von Marienberg über einen Tobel in die Stadtmitte teilzunehmen. Ein weiteres Highlight des Tages ist die Sonderführung in der Residenz. Detaillierte Informationen finden Sie auf der Homepage der vhs Geislingen.

2110  
**Ralph Emberger 3. DAN Jiu-Jitsu Kostenbeitrag 50,00 EUR (erm. 42,00 EUR)**  
Bitte mitbringen: Trainingskleidung, Getränk, Essen und gute Laune  
Sonntag, 12. März 2023  
Sonntag, 19. März 2023  
von 9.00 Uhr bis 16.00 Uhr (mit Pausen)  
2 mal / 16 UE  
Jahnhalle, Gymnastikraum, Eingang Parkplatz  
In Zusammenarbeit mit dem Jiu Jitsu Geisl. e. V.

**Brush Lettering**  
2012  
**Luzi Engelried-Hornek Kostenbeitrag 40,00 EUR zzgl. Materialkosten (werden noch bekannt gegeben)**  
Samstag, 25. März 2023  
von 10.00 bis 13.00 Uhr  
Volkshochschule, Raum S4  
Anmeldung erforderlich.

**Wehr Dich!**  
Selbstbehauptung und Selbstverteidigung  
2115  
**Ralph Emberger 3. DAN Jiu-Jitsu Kostenbeitrag 50,00 EUR (erm. 42,00 EUR)**  
Bitte mitbringen: Trainingskleidung, Getränk, Essen und gute Laune  
Sonntag, 16. April 2023  
Sonntag, 23. April 2023  
von 9.00 Uhr bis 16.00 Uhr (mit Pausen)  
2 mal / 16 UE  
Jahnhalle, Gymnastikraum, Eingang Parkplatz  
In Zusammenarbeit mit dem Jiu Jitsu Geisl. e. V.

**Brush Lettering**  
2012  
**Luzi Engelried-Hornek Kostenbeitrag 40,00 EUR zzgl. Materialkosten (werden noch bekannt gegeben)**  
Samstag, 25. März 2023  
von 10.00 bis 13.00 Uhr  
Volkshochschule, Raum S4  
Anmeldung erforderlich.

**von 9,00 bis ca. 13,00 Uhr**  
Anmeldung bis 12. Juni 2023, unter [www.keb-goepfingen.de](http://www.keb-goepfingen.de)  
In Zusammenarbeit mit der Kath. Erwachsenenbildung Göppingen e. V. und der vhs Göppingen

**Die Kunst des Nein-Sagens**  
Sagen Sie oft Ja, obwohl Sie eigentlich Nein sagen wollen? Haben Sie ein schlechtes Gewissen, wenn Sie Nein sagen? Leiden Sie gar am Helfersyndrom? Vielen Menschen fällt es schwer, Nein zu sagen und Grenzen zu setzen – aus Angst, als egoistisch oder unkollegial zu gelten oder weil sie andere nicht verprellen wollen. Doch ein Nein zur richtigen Zeit erspart nicht nur Ärger, sondern auch viel Zeit.

1124D  
**Karin Lorch, Fachkrankenschwester Anästhesie/Intensiv 3,00 EUR Abendkasse**  
Donnerstag, 15. Juni 2023  
von 19.00 bis 20.30 Uhr  
Volkshochschule, bitte beachten Sie den Tagesplan

**Weinbergwanderung & Weinbaugeschichte in Esslingen**  
Lassen Sie sich auf eine wundervolle Wanderung durch Esslingens Weinberge entführen. Von der Frauenkirche Esslingen laufen wir um ca. 10.00 Uhr los und werden eine Rundtour durch die Weinberge laufen (2 Stunden, ca. 4 km Wegstrecke). Der Ausblick auf das Neckartal und die historische Altstadt wird uns während der Wanderung von verschiedenen Blickwinkeln zaubern. Zwischenmorgeln erfahren Sie viel Wissenswertes an mehreren Stationen über die Geschichte des Weinbaus in Esslingen und es wartet eine kleine Pause mit einer Stärkung auf Sie.

1124E  
**Sandra Schneider Kostenbeitrag 15,00 EUR**  
Samstag, 17. Juni 2023  
von 10.00 bis 13.00 Uhr  
Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.  
Die vhs ist kein Reiseveranstalter

**Erlebnistag auf der Schwäbischen Alb – Geschichte der Samenhändler**  
Idyllische Wanderung mit herrlichen Ausblicken vom Roßberg Samenhandlergemeinde Gönningen mit Führung im Samenhandelsmuseum – herrliche, abwechslungsreiche Wanderung über die Gönninger Seen zum Roßberg – Grillbuffet

1126G  
**Karin Lorch, Fachkrankenschwester Anästhesie/Intensiv 8,00 EUR (ermäßigt und für Ehrenamtliche 4,00 EUR)**  
Mittwoch, 28. Juni 2023  
von 19.30 bis 21.00 Uhr online  
Anmeldung bis 26. Juni 2023 unter [www.keb-goepfingen.de](http://www.keb-goepfingen.de)  
In Zusammenarbeit mit der Kath. Erwachsenenbildung Göppingen

**Navigation für Fußgänger und Radfahrer**  
Unbekannte Strecken fährt man mit Hilfe des Navis. Dabei sieht man immer den eigenen Standort und die gewünschte Route. Warum sollten Fußgänger und Radfahrer diesen Komfort nicht auch genießen? Das Smartphone in der Jackentasche oder am Fahrradlenker und los geht's durch das Gelände oder durch die Stadt.

1129A  
**Patricia Lippmann**  
Staffelgebühr 59,00 EUR ab 5 TN, 49,00 EUR ab 6 TN, 42,00 EUR ab 7 TN, 37,00 EUR ab 8 TN  
Android oder iOS (Apple) – Bitte eigenes Gerät und Ladekabel mitbringen.  
Montag, 10. Juli 2023  
von 14.00 bis 17.00 Uhr  
Volkshochschule, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan  
Anmeldung erforderlich.

**Onlinebanking – Die Bank, die durchgehend geöffnet hat**  
Immer mehr Bankfilialen vor Ort schließen oder sie sind nur noch wenige Stunden in der Woche geöffnet. Ihre Internet-Filiale ist an 24 Stunden täglich für Sie da! Sie könnten Überweisungen in Ruhe zuhause erledigen oder Kontobewegungen zu jeder Zeit nachvollziehen. Das entspannt ungemein. Sie würden das Onlinebanking gerne nutzen, trauen sich aber nicht, weil Sie die Zusammenhänge nicht verstehen? Sie fragen sich, wie →



© Weinigart-Brodbeck

**Samstag, 30. Juni 2023**  
Abfahrt: 9.00 Uhr EWS Arena, 9.30 Uhr Geislingen Nel Mezzo  
Rückkehr: 22.00 Uhr Geislingen, 22.30 Uhr Göppingen  
Treffpunkt: 8.55 Uhr EWS Arena, Göppingen  
Anmeldung über die vhs Göppingen erforderlich.  
Anmeldung und kostenfreie Abmeldung bis 02.06.23 möglich.  
In Zusammenarbeit mit der vhs Göppingen

**Noch Schätze im Keller?**  
Vielleicht kennen Sie noch die Zeitung „Sperrmüll“. Man konnte darüber schnell etwas verkaufen, das man nicht mehr brauchte. Heute geht das über Ebay-Kleinanzeigen genauso einfach. Erbstücke, übrige Theaterkarten, Dinge aller Art, die Sie nicht mehr benutzen oder Ihnen im Weg sind, lassen sich sehr schnell über dieses Portal veräußern. Gerne können Sie dazu einen „Schatz“ mitbringen, dann machen wir auch gleich die entsprechenden Fotos davon. Wir eröffnen im Kurs gemeinsam ein Kundenkonto, erfahren alles Wissenswerte dazu und erstellen dann gemeinsam Ihre erste Anzeige. Ihre Mails sollten Sie auf dem Handy empfangen können.

1127A  
**Patricia Lippmann**  
Staffelgebühr 59,00 EUR ab 5 TN, 49,00 EUR ab 6 TN, 42,00 EUR ab 7 TN, 37,00 EUR ab 8 TN  
Android oder iOS (Apple) – Bitte eigenes Gerät und Ladekabel mitbringen.  
Montag, 17. Juli 2023  
von 14.00 bis 17.00 Uhr  
Volkshochschule, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan  
Anmeldung erforderlich.

**Onlinebanking – Die Bank, die durchgehend geöffnet hat**  
Immer mehr Bankfilialen vor Ort schließen oder sie sind nur noch wenige Stunden in der Woche geöffnet. Ihre Internet-Filiale ist an 24 Stunden täglich für Sie da! Sie könnten Überweisungen in Ruhe zuhause erledigen oder Kontobewegungen zu jeder Zeit nachvollziehen. Das entspannt ungemein. Sie würden das Onlinebanking gerne nutzen, trauen sich aber nicht, weil Sie die Zusammenhänge nicht verstehen? Sie fragen sich, wie →

**Brush Lettering**  
2012  
**Luzi Engelried-Hornek Kostenbeitrag 40,00 EUR zzgl. Materialkosten (werden noch bekannt gegeben)**  
Samstag, 25. März 2023  
von 10.00 bis 13.00 Uhr  
Volkshochschule, Raum S4  
Anmeldung erforderlich.

**Wehr Dich!**  
Selbstbehauptung und Selbstverteidigung  
2115  
**Ralph Emberger 3. DAN Jiu-Jitsu Kostenbeitrag 50,00 EUR (erm. 42,00 EUR)**  
Bitte mitbringen: Trainingskleidung, Getränk, Essen und gute Laune  
Sonntag, 16. April 2023  
Sonntag, 23. April 2023  
von 9.00 Uhr bis 16.00 Uhr (mit Pausen)  
2 mal / 16 UE  
Jahnhalle, Gymnastikraum, Eingang Parkplatz  
In Zusammenarbeit mit dem Jiu Jitsu Geisl. e. V.

**Brush Lettering**  
2012  
**Luzi Engelried-Hornek Kostenbeitrag 40,00 EUR zzgl. Materialkosten (werden noch bekannt gegeben)**  
Samstag, 25. März 2023  
von 10.00 bis 13.00 Uhr  
Volkshochschule, Raum S4  
Anmeldung erforderlich.

**Wehr Dich!**  
Selbstbehauptung und Selbstverteidigung  
2115  
**Ralph Emberger 3. DAN Jiu-Jitsu Kostenbeitrag 50,00 EUR (erm. 42,00 EUR)**  
Bitte mitbringen: Trainingskleidung, Getränk, Essen und gute Laune  
Sonntag, 16. April 2023  
Sonntag, 23. April 2023  
von 9.00 Uhr bis 16.00 Uhr (mit Pausen)  
2 mal / 16 UE  
Jahnhalle, Gymnastikraum, Eingang Parkplatz  
In Zusammenarbeit mit dem Jiu Jitsu Geisl. e. V.

**Brush Lettering**  
2012  
**Luzi Engelried-Hornek Kostenbeitrag 40,00 EUR zzgl. Materialkosten (werden noch bekannt gegeben)**  
Samstag, 25. März 2023  
von 10.00 bis 13.00 Uhr  
Volkshochschule, Raum S4  
Anmeldung erforderlich.

**hängen Sie stundenlang in Warteschleifen. Online haben Sie meistens in kurzer Zeit eine schriftliche Antwort auf Ihr Anliegen. Belege, Atteste, Anträge bei Krankenkassen und Versicherungen reichen Sie über das Internet ein. Sie sammeln Rabatt-Punkte bei Aldi und Lidl, wechseln den Stromanbieter, lassen sich Ihr Blutdruck-Rezept auf das Handy schicken, erledigen Ihre Bankgeschäfte online, nutzen tolle Apps zum Wandern und Radfahren oder finden Gleichgesinnte für Ihre Hobbys und Interessen.**

1128A  
**Patricia Lippmann**  
Staffelgebühr 59,00 EUR ab 5 TN, 49,00 EUR ab 6 TN, 42,00 EUR ab 7 TN, 37,00 EUR ab 8 TN  
Android oder iOS (Apple) – Bitte eigenes Gerät und Ladekabel mitbringen.  
Montag, 10. Juli 2023  
von 14.00 bis 17.00 Uhr  
Volkshochschule, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan  
Anmeldung erforderlich.

**Navigation für Fußgänger und Radfahrer**  
Unbekannte Strecken fährt man mit Hilfe des Navis. Dabei sieht man immer den eigenen Standort und die gewünschte Route. Warum sollten Fußgänger und Radfahrer diesen Komfort nicht auch genießen? Das Smartphone in der Jackentasche oder am Fahrradlenker und los geht's durch das Gelände oder durch die Stadt.

1129A  
**Patricia Lippmann**  
Staffelgebühr 59,00 EUR ab 5 TN, 49,00 EUR ab 6 TN, 42,00 EUR ab 7 TN, 37,00 EUR ab 8 TN  
Android oder iOS (Apple) – Bitte eigenes Gerät und Ladekabel mitbringen.  
Montag, 17. Juli 2023  
von 14.00 bis 17.00 Uhr  
Volkshochschule, bitte beachten Sie den aktuellen Tagesplan  
Anmeldung erforderlich.

**Onlinebanking – Die Bank, die durchgehend geöffnet hat**  
Immer mehr Bankfilialen vor Ort schließen oder sie sind nur noch wenige Stunden in der Woche geöffnet. Ihre Internet-Filiale ist an 24 Stunden täglich für Sie da! Sie könnten Überweisungen in Ruhe zuhause erledigen oder Kontobewegungen zu jeder Zeit nachvollziehen. Das entspannt ungemein. Sie würden das Onlinebanking gerne nutzen, trauen sich aber nicht, weil Sie die Zusammenhänge nicht verstehen? Sie fragen sich, wie →

**Brush Lettering**  
2012  
**Luzi Engelried-Hornek Kostenbeitrag 40,00 EUR zzgl. Materialkosten (werden noch bekannt gegeben)**  
Samstag, 25. März 2023  
von 10.00 bis 13.00 Uhr  
Volkshochschule, Raum S4  
Anmeldung erforderlich.

**Wehr Dich!**  
Selbstbehauptung und Selbstverteidigung  
2115  
**Ralph Emberger 3. DAN Jiu-Jitsu Kostenbeitrag 50,00 EUR (erm. 42,00 EUR)**  
Bitte mitbringen: Trainingskleidung, Getränk, Essen und gute Laune  
Sonntag, 16. April 2023  
Sonntag, 23. April 2023  
von 9.00 Uhr bis 16.00 Uhr (mit Pausen)  
2 mal / 16 UE  
Jahnhalle, Gymnastikraum, Eingang Parkplatz  
In Zusammenarbeit mit dem Jiu Jitsu Geisl. e. V.

**Brush Lettering**  
2012  
**Luzi Engelried-Hornek Kostenbeitrag 40,00 EUR zzgl. Materialkosten (werden noch bekannt gegeben)**  
Samstag, 25. März 2023  
von 10.00 bis 13.00 Uhr  
Volkshochschule, Raum S4  
Anmeldung erforderlich.

**Wehr Dich!**  
Selbstbehauptung und Selbstverteidigung  
2115  
**Ralph Emberger 3. DAN Jiu-Jitsu Kostenbeitrag 50,00 EUR (erm. 42,00 EUR)**  
Bitte mitbringen: Trainingskleidung, Getränk, Essen und gute Laune  
Sonntag, 16. April 2023  
Sonntag, 23. April 2023  
von 9.00 Uhr bis 16.00 Uhr (mit Pausen)  
2 mal / 16 UE  
Jahnhalle, Gymnastikraum, Eingang Parkplatz  
In Zusammenarbeit mit dem Jiu Jitsu Geisl. e. V.

**hängen Sie stundenlang in Warteschleifen. Online haben Sie meistens in kurzer Zeit eine schriftliche Antwort auf Ihr Anliegen. Belege, Atteste, Anträge bei Krankenkassen und Versicherungen reichen Sie über das Internet ein. Sie sammeln Rabatt-Punkte bei Aldi und Lidl, wechseln den Stromanbieter, lassen sich Ihr Blutdruck-Rezept auf das Handy schicken, erledigen Ihre Bankgeschäfte online, nutzen tolle Apps zum Wandern und Radfahren oder finden Gleichgesinnte für Ihre Hobbys und Interessen.**

**Die Kunst des Nein-Sagens**  
Sagen Sie oft Ja, obwohl Sie eigentlich Nein sagen wollen? Haben Sie ein schlechtes Gewissen, wenn Sie Nein sagen? Leiden Sie gar am Helfersyndrom? Vielen Menschen fällt es schwer, Nein zu sagen und Grenzen zu setzen – aus Angst, als egoistisch oder unkollegial zu gelten oder weil sie andere nicht verprellen wollen. Doch ein Nein zur richtigen Zeit erspart nicht nur Ärger, sondern auch viel Zeit.

1124D  
**Karin Lorch, Fachkrankenschwester Anästhesie/Intensiv 3,00 EUR Abendkasse**  
Donnerstag, 15. Juni 2023  
von 19.00 bis 20.30 Uhr  
Volkshochschule, bitte beachten Sie den Tagesplan

**Weinbergwanderung & Weinbaugeschichte in Esslingen**  
Lassen Sie sich auf eine wundervolle Wanderung durch Esslingens Weinberge entführen. Von