



● Kurse

● Vorträge

● Veranstaltungen

Teilnahmebedingungen Volkshochschule Ratzeburg und Umland e.V.

Leitung: Silvia Tessmer, Telefon: 04541/ 8000-146

Geschäftsstelle:

Ernst-Barlach-Schule, Seminarweg 1, 23909 Ratzeburg

Telefon: 04541 – 891386, **Fax:** 04541 - 891387

Bürozeiten:

Mo. 9.30 – 11.30 Uhr, Do. 16.00 – 18.00 Uhr,

Fr. 9.30 – 11.30 Uhr (in den Ferien nur nach Terminabsprache)

Email: info@vhs-ratzeburg.de

Internet: www.vhs-ratzeburg.de

Bankverbindung:

Raiffeisenbank Südstormarn Mölln eG

IBAN: DE92 2006 9177 0000 7065 23

BIC: GENODEF1GRS

Anmeldungen: Die Anmeldungen erfolgen verbindlich bei der Volkshochschule Ratzeburg, Seminarweg 1, 23909 Ratzeburg. Die Teilnahmegebühren sind bis zur 1. Unterrichtsstunde zu entrichten. Eine schriftliche Bestätigung der Anmeldung erfolgt in der Regel nicht.

Abmeldungen: Die Abmeldung von einem Kurs ist grundsätzlich bis zu 1 Woche vor Kursbeginn möglich und hat ausschließlich über die VHS zu erfolgen. Bei späteren Abmeldungen müssen die Gebühren voll entrichtet werden.

Mindestteilnehmerzahl:

Nicht immer wird die Mindestteilnehmerzahl von 8 Personen erreicht. Wird diese Mindestteilnehmerzahl unterschritten, erhöht sich die Kursgebühr entsprechend. Kleingruppen sind nicht ermäßigungsfähig.

Ermäßigungen: Die Volkshochschulen gewähren in der Regel Schülern/Studenten 25% und in sozialen Härtefällen 50% Ermäßigung für die meisten Kurse. Bitte beantragen Sie diese Ermäßigungen vor Beginn der Kurse bei der VHS-Leitung.

Materialkosten: Diese Kosten werden zusätzlich zu den Kursgebühren erhoben. Eine Rückzahlung der Gebühr kann nur erfolgen, wenn Kurse von der VHS abgesetzt wurden.

In den schleswig-holsteinischen Schulferien findet in der Regel kein Unterricht statt.

Bitte beachten Sie, dass das Rauchen in der Schule und den Außenflächen nicht gestattet ist.

Bei diesen Teilnahmebedingungen handelt es sich um eine vereinfachte und verkürzte Fassung. Bei Detailfragen wenden Sie sich bitte an Ihre VHS.

Liebe Freunde und Unterstützer der Volkshochschule!

Das neue Kursprogramm für das Herbst-/Wintersemester 2026/2027 ist da! Es warten viele spannende Kurse und Veranstaltungen auf Sie. Das Online-Programm können Sie über den QR-Code auf dem Deckblatt problemlos herunterladen. Außerdem liegt es auch in gedruckter Form in den kommenden Wochen bei allen Auslage-Stellen (VHS, Rathaus, Amt Lauenburgische Seen, Stadtbücherei, Buchhandlungen, Bankfilialen etc.) in der Stadt für Sie zum Mitnehmen bereit.

Neben dem vielfältigen Kursprogramm beteiligt sich die Volkshochschule im September an der Aktion Naturerlebnis Schleswig-Holstein und ist, wie in den vergangenen Jahren, bei der „Langen Nacht der Demokratie“ am 2. Oktober mit einer Veranstaltung vertreten. In diesem Jahre werden wir in der Lauenburgischen Gelehrtschule mit dem Stück „Moin Freiheit“ zu Gast sein; ein Theaterstück von Menschen aus den neuen und alten Bundesländern gemeinsam entwickelt, das ergänzt durch Videos und Livemusik, Grenzerfahrungen von der Ankunft von Vertriebenen nach Ende des 2. Weltkrieges, von Zwangsaussiedlungen in Dörfern entlang der Grenze, vom Alltag im Sperrgebiet, von der friedlichen Revolution 1989 und der Nachwendezeit bis heute darstellt.

Auch im Rahmen unserer Vortragsreihen bieten wir Ihnen spannende Abende: Auf den Spuren Albert Einsteins, Ernst Barlachs oder des lauenburgischen Abgeordneten der ersten deutschen Nationalversammlung Gabriel Riesser – hier gibt es bestimmt noch Unbekanntes zu erfahren!

Für Anfragen oder Buchungen stehen die Kontaktdaten info@vhs-ratzeburg.de sowie das Online-Buchungssystem unter www.vhs-ratzeburg.de gern zur Verfügung.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldungen und wünschen viel Spaß beim Stöbern in unserem neuen Programmangebot!

Mit herzlichen Grüßen,
Ihr Team der Volkshochschule

INHALTSVERZEICHNIS

- Teilnahmebedingungen..... 2
- Vorwort 3
- Datenschutz..... 58
- Kontaktdaten VHS..... 60



Gesellschaft

Vorträge - Seminare - Einzelveranstaltungen ab Seite 6

- Dienstagsvorträge..... 7
- “Lange Nacht der Demokratie” (Veranstaltung)..... 9
- “SelbstVerständlichPolitik”(Podiumsgespräch,Vorträge)..... 10
- Kosmetik, Typberatung, Stiltraining (Seminare)..... 11
- Natur und Umwelt (Veranstaltungen)..... 13
- Verbraucherzentrale (Onlinevorträge)..... 16
- Vorträge der Schleswig-Holsteinischen Universitätsgesell.(SHUG) 21



Kunst und Kultur

Workshops, Seminare, Kurse ab Seite 23

- “Dörfer zeigen Kunst” / Kunstprojekt..... 23
- Malen und Zeichnen..... 25
- Buchbinden..... 27
- Tanzen..... 28
- Chor..... 28
- Philosophie / Religion / Psychologie (Kurse)..... 28
- Literatur (Kurse)..... 29
- VHS Onlinevorträge..... 30



Gesundheit

Workshops, Seminare, Kurse

ab Seite 31

Gesundheit und Entspannung

- Yoga, Qigong..... 31
- Tai Chi..... 35
- Pilates..... 36
- ZENbo®..... 37
- Zumba® fitness, Rückenfit..... 37
- Aikido..... 39
- Kurse der Angehörigenschule..... 40

Essen und Trinken

- Backen 41
- Gesunde Ernährung..... 42
- Fermentieren..... 43
- Länderküche Syrien..... 44



Sprachen

ab Seite 45

- Deutsch als Fremdsprache..... 46
- Sprachcafé..... 47
- Englisch..... 48
- Französisch..... 49
- Italienisch..... 50
- Russisch..... 50
- Spanisch..... 50



Beruf und IT

ab Seite 51

- Computer, Tablet, Smartphone..... 51
- Computerkurs Senioren..... 52
- Digitale Fotografie..... 55
- VHS Onlinevorträge..... 55



Die Volkshochschulen verstehen sich seit ihrer Gründung als demokratische Orte des sozialen und politischen Lernens.



Gesellschaft

Vorträge - Seminare - Einzelveranstaltungen

Programmbereich „Politik – Gesellschaft – Umwelt“

Die Volkshochschulen verstehen sich seit ihrer Gründung als demokratische Orte des sozialen und politischen Lernens. Ein besonderer Stellenwert kommt dabei der politischen Bildung zu, die weder Belehrung noch Parteipolitik verfolgt und die allgemeines Engagement für demokratische Werte, Menschenrechte und gegen Fundamentalismus fördert. In den angebotenen Lernräumen können Urteilsfähigkeit und Handlungskompetenzen erfahren und entwickelt werden. Das Programmangebot des Fachbereichs „Politik – Gesellschaft – Umwelt“ ist breit angelegt und umfasst sowohl politische, soziale, ökonomische, ökologische, rechtliche als auch geschichtliche, psychologische und pädagogische Themen. Bildung für nachhaltige Entwicklung, Umweltbildung und Globales Lernen sind wesentliche gesellschaftliche Aufgaben. Die Volkshochschulen halten hier ein breites Angebot zur Information, Diskussion und zum aktiven Handeln vor. Die Veranstaltungen sind geprägt durch offenen Gedankenaustausch zwischen engagierten Menschen, in sachlichen und kontroversen Diskussionen, zur gemeinsamen Erarbeitung von Kenntnissen und Hintergrundinformationen, mit spannenden und kreativen Methoden.



**Kursportal
Schleswig-Holstein**

Ihre Datenbank für Weiterbildung im Norden

www.sh-kursportal.de

Gefördert durch: SH  Schleswig-Holstein
Ministerium für Wirtschaft,
Verkehr, Arbeit, Technologie
und Tourismus



Das Leben Albert Einsteins

Vortrag von Dr. Sönke Harm

Die Persönlichkeit Albert Einsteins und auch sein Leben sind durch zahlreiche Widersprüche geprägt. So ist er zwar eigentlich ein guter Schüler und Student, seine Ablehnung jeglichen Autoritäten gegenüber erschwert ihm jedoch den Einstieg ins Berufsleben erheblich. Andererseits hat er, der Autoritäten ablehnt, zunächst fast als einziger Physiker kein Problem damit, die damals 250 Jahre alten, etablierten Grundsätze der Physik Newtons über den Haufen zu werfen. Über private Beziehungen als Experte 3. Klasse im Berner Patentamt untergebracht, legt er quasi nebenbei und nicht an einer Universität tätig die Grundlagen zu zwei vollkommen neuen Gebieten der Physik – und findet damit zunächst nur wenig Gehör in der Fachgemeinde. Genau genommen hat er schon 1905 mehrere Arbeiten veröffentlicht, die jede für sich nobelpreiswürdig wären, aber die etablierten Naturwissenschaftler sind extrem vorsichtig, diesen unkonventionellen Geist tatsächlich für den Nobelpreis vorzuschlagen. Im späteren Leben gerät der im Grunde unpolitische Weltbürger Einstein vermehrt mit der Politik in Kontakt und in Konflikt und empfiehlt als eigentlich überzeugter Pazifist dem amerikanischen Präsidenten dringend die Entwicklung einer Atombombe. Der Vortrag geht auf einige dieser Facetten von Einsteins Person und Leben ein und schildert auch die weniger bekannte, besondere Beziehung Einsteins zu Kiel sowie zur Kieler Förde als geliebtem Segelrevier.

Vortrag 900

Beginn: 29.09.2026

Termin: Di.,

19:00 - 21:30 Uhr

Ort: Rathaus Ratssaal

Barrierefreier Zugang

ohne Gebühr

Vortrag 901

Beginn: 27.10.2026

Termin: Di.,

19:00 - 21:30 Uhr

Ort: Rathaus Ratssaal

Barrierefreier Zugang

ohne Gebühr

Ernst Barlach und Ratzeburg - Die Geschichte einer lebenslangen Verbundenheit

Vortrag von Prof. Dr. Ralf Röger

Es ist wohl auch ein Pistolenduell, das dazu führt, dass vor 150 Jahren der Arzt Dr. Georg Barlach mit seiner Familie vom mecklenburgischen Schönberg nach Ratzeburg zieht. Hier, in unserer schönen Inselstadt, verbringt der spätere Künstler Ernst Barlach von 1876 bis 1884 wesentliche Teile seiner Kindheit. Und auch später besucht er die Stadt, „wo das schöne Wasser war“, immer wieder. „Ratzeburg ist und bleibt schön ...“ schreibt er nur elf Monate vor seinem Tod von seinem letzten Besuch. Und auch bestattet werden will er hier, neben dem Vater, und nicht in Güstrow.

Prof. Dr. Ralf Röger ist seit 2014 Vorsitzender des Fördervereins Ernst-Barlach-Museum Ratzeburg e.V.

Er hat in dieser Zeit eine Vielzahl biographischer Facetten der lebenslangen Verbundenheit Barlachs mit Ratzeburg zusammengetragen, die in diesem Vortrag präsentiert werden.



Vortrag 902

Beginn: 24.11.2026

Termin: Di.,

19:00 - 21:30 Uhr

Ort: Rathaus Ratssaal

Barrierefreier Zugang

ohne Gebühr

Der lauenburgische Abgeordnete Gabriel Riesser – eine Schlüsselfigur der ersten deutschen Nationalversammlung

Vortrag von Johann Stooß

Gabriel Riesser war als lauenburgischer Abgeordneter in der Paulskirchenversammlung eine Schlüsselfigur für demokratische Teilhabe und religiöse Toleranz und zeitweise auch deren Vizepräsident. Als Jude setzte er sich für ein gleiches Wahlrecht ein und hat maßgeblich die erarbeitete Fassung mitgestaltet. Viele dieser Ideen sind später in das deutsche Grundgesetz eingeflossen. Er war auch der erste jüdische Richter in Deutschland, da Juden zu der Zeit eigentlich noch keine öffentlichen Ämter besetzen durften, war dies ein Novum. Er war ein deutscher Demokrat und Patriot an den erinnert werden sollte.

Veranstaltungen



Lange Nacht der Demokratie in Ratzeburg "Moin Freiheit" Theateraufführung

Wie auch in den vergangenen Jahren sind wir wieder bei der Langen Nacht der Demokratie dabei:

In diesem Jahre werden wir in der Lauenburgischen Gelehrtenschule mit dem Stück "Moin Freiheit" zu Gast sein - ein Theaterstück, das von Menschen aus den neuen und alten Bundesländern gemeinsam entwickelt und, ergänzt durch Videos und Livemusik, die Grenzerfahrungen von der Ankunft von Vertriebenen nach Ende des 2. Weltkrieges, von Zwangsaussiedlungen in Dörfern entlang der Grenze, vom Alltag im Sperrgebiet, von der friedlichen Revolution 1989 und den Wirren der Nachwendezeit bis heute darstellt.

Viele Jahre nach der Wiedervereinigung scheint die Kluft zwischen Ost und West immer noch groß zu sein. Warum ticken die Menschen anders?

Antworten kann ein Blick in die Geschichte, können Geschichten der Menschen geben. Das ist nur möglich, wenn Menschen sich ihre Geschichte erzählen und einander zuhören. Menschen aus den neuen und alten Bundesländern, die seit vielen Jahren im ehemaligen Grenzgebiet in Nordwestmecklenburg leben, haben das Stück gemeinsam geschrieben, inszeniert und werden an diesem Abend auf der Bühne stehen.

Aufführung 904

Termin: Fr., 02.10.2026
Einlass: 18:00 Uhr,
Beginn: 19:00-21:30 Uhr
Ort: Lauenburgische
Gelehrtenschule Aula
ohne Gebühr
Bitte um Voranmeldung
bei der VHS Ratzeburg
und Umland e.V.

Moin Freiheit

Theaterstück zu Grenzerfahrungen 1945 bis heute



Podiumsgespräch 906

Beginn: 15.09.2026

Termin: Di.,

19:00 - 21:30 Uhr

Ort: Rathaus Ratssaal

Barrierefreier Zugang

ohne Gebühr

SelbstVerständlich Politik



Vortrag 925

Beginn: 11.09.2026

Termin: Fr.,

19:00 - 21:30 Uhr

Ort: Rathaus Ratssaal

Barrierefreier Zugang

ohne Gebühr

Der Vortrag wird
gefördert von der
Partnerschaft für
Demokratie der Stadt
Ratzeburg und des
Amtes Lauenburgische
Seen.



„Selbstverständlich Politik“

80 Jahre Demokratie in Ratzeburg ... ein Blick zurück, ein Blick ins Heute

Einführung: Christian Lopau

Am 15.09.1946 wählten die Ratzeburgerinnen und Ratzeburger erstmalig nach Ende der NS-Diktatur in freier und demokratischer Wahl eine eigene Stadtvertretung. Sie fand unter extremen äußeren Bedingungen und nach einem von der britischen Besatzungsmacht vorgegebenen, sehr speziellen System statt. Schleswig-Holstein und auch Ratzeburg war durch den Zustrom von Millionen Heimatvertriebenen und Geflüchteten völlig überlastet. Die Integration dieser Menschen war das alles beherrschende Thema im Wahlkampf. Viele der Zugezogenen waren jedoch noch gar nicht wahlberechtigt, da für das aktive Wahlrecht eine bestimmte Mindestwohnsitzdauer in der Gemeinde vorgeschrieben war. Erst ein Jahr zuvor (ab September 1945) hatten die Briten die Neugründung von politischen Parteien überhaupt wieder erlaubt. Trotz aller Widrigkeiten legten die Gemeindewahlen vom 15.09.1946 in den Gemeinden ein erstes demokratisches Fundament, auf dem die gemeindliche Selbstverwaltung bis heute noch wirkt und gedeiht. Natürlich haben sich inzwischen die Rahmenbedingungen geändert. Aber Kommunalpolitik steht auch in der Gegenwart unter großen Herausforderungen ... über die wir mit dem Blick zurück und nach vorn ... im Rahmen der Veranstaltungsreihe 'SelbstVerständlich Politik' ins Gespräch kommen wollen, mit Stadtarchivar Christian Lopau und kommunalpolitisch Aktiven aus Stadt und Amt.

Der Krieg in der Ukraine

Vortrag von Dr. Udo Metzinger

Politikwissenschaftler Dr. Udo Metzinger möchte in einem Vortrag den Blick in die Ukraine lenken, auf einen Krieg, der perfiderweise zur Normalität geworden zu sein scheint, für die Menschen dort und auch für Europa aber weiterhin eine existentielle Bedrohung darstellt. Die Ukraine und mit ihr Europa befindet sich im vierten Kriegsjahr. Unablässig versucht die russische Führung, ihr militärisches Ziel, die verlorene Hegemonie aus der Sowjetzeit wieder herzustellen, zu erreichen. Russland unter Wladimir Putin erlebt eine Renaissance als imperiale Großmacht und die Ukraine ist nicht ihr erstes Opfer. Wohin dieser Krieg noch führen kann, ob und wie er endet und wie er die Welt verändert, in politischer und in militärischer Hinsicht, darüber soll gemeinsam diskutiert werden.

Die Midtermwahlen in den USA

Vortrag von Dr. Udo Metzinger

Mit großer Spannung schaut die gesamte Welt auf die 'Midterms' in den USA. Bei diesen Zwischenwahlen, die in die Mitte der vierjährigen Amtszeit des Präsidenten fallen, werden alle Sitze des Repräsentantenhauses und ein turnusmäßiger Teil des Senats neu gewählt. Solche Halbzeitwahlen können die Mehrheitsverhältnisse im Kongress verändern und gelten daher auch als politisch bedeutsamer Stimmungstest für die Bundesregierung in der zweiten Hälfte einer Präsidentschaft. In diesem Jahr verbindet sich vor allem damit die Frage, ob die Amtsspielräume von Präsident Trump nach zwei Jahren deutlich eingeengt werden. Und die viel besorgniserregendere Frage, ob die Ergebnisse dieser Wahlen überhaupt Anerkennung finden werden bei den Anhängern des Präsidenten und beim Präsidenten selbst. Der viel bemühte Begriff einer Schicksalswahl könnte hier tatsächlich treffend sein für die amerikanische Demokratie. Dr. Udo Metzinger möchte diese spannungsgeladene Ausgangslage in Vortrag und Diskussion analysieren.

Seminare

Von der Hautanalyse bis zum kleinen Make-up

Leitung: Gabriele Pranger

In diesem Kurs erhalten Sie eine Anleitung vom Profi mit vielen maskenbildnerischen Tipps und Tricks wie die Vorbereitung des Gesichts mit der richtigen Pflege, die Wahl von Seren und Ampullen, Masken, Packungen und Augenpflege. Ebenfalls können Sie in diesem Seminar eine Gesichtsmassage nach asiatischem Muster erlernen. Danach fühlt sich Ihre Haut wie neu an und Sie sind wunderbar entspannt! Die Materialkosten in Höhe von 12,00 € sind direkt an die Dozentin zu zahlen.

Perfekt geschminkt - Seminar

Leitung: Gabriele Pranger

In diesem Kurs erhalten Sie eine Anleitung vom Profi mit vielen maskenbildnerischen Tipps und Tricks wie die Vorbereitung des Gesichts mit der richtigen Pflege, die Wahl des Make-ups, das Optimieren der Gesichts- und Lippenform und der Augenbrauen. Die Materialkosten in Höhe von 12,00 € sind direkt an die Dozentin zu zahlen.

Vortrag 924

Beginn: 01.10.2026

Termin: Do.,

19:00 - 21:30 Uhr

Ort: Rathaus Ratssaal

Barrierefreier Zugang

ohne Gebühr

Der Vortrag wird über die Partnerschaft für Demokratie der Stadt Ratzeburg und des Amtes Lauenburgische Seen im Rahmen des Bundesprogramms 'Demokratie leben!' gefördert.



Kurs 337.2

Beginn: 04.12.2026

Termin: Fr.,

14:45 - 18:30 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Raum 20

Gebühr 32,00 €

Kurs 335

Beginn: 30.10.2026

Termin: Fr.,

14:45 - 18:30 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Raum 20

Gebühr: 32,00 €

Kurs 334

Beginn: 21.08.2026

Termin: Fr.,

14:45 - 18:30 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Raum 20

Gebühr: 32,00 €

Farb- und Typberatung - Seminar

Leitung: Gabriele Pranger

Dieses Seminar umfasst folgende Themen: Entwicklung des Farbtyps anhand von Farbtüchern, warme oder kalte Töne, was unterstreicht die Ausstrahlung von Haut, Augen und Haaren, Jahreszeitentypologie, Erstellung eines typgerechten Make-ups. Jede Teilnehmerin erhält eine Mappe, die Farbmuster enthält und alles Wissenswerte zusammenfasst.

Die Materialkosten in Höhe von 12,00 € sind direkt an die Dozentin zu zahlen.



Kurs 336

Beginn: 13.11.2026

Termin: Fr.,

14:45 - 18:30 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Raum 20

Gebühr: 32,00 €

Stiltraining - Seminar

Leitung: Gabriele Pranger

In diesem Kurs geht es um die Frage des Stils - welche Stile passen zu mir und wie setze ich sie um? Themen sind: Figurermittlung, Kaschieren und Betonen, Schnitte und Materialien, Frisurgestaltung, der Einsatz von Accessoires sowie Brillenformen.

Jeder Teilnehmer bekommt eine Mappe zur Vertiefung des Erlebten im Seminar.

Die Materialkosten in Höhe von 12,00 € sind direkt an die Dozentin zu zahlen.



Kurs 206

Beginn: 17.11.2026

Termin: Di.,

18:00 - 21:00 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Küche

Gebühr: 30,00 €

Naturkosmetik einfach selbst herstellen

Leitung: Monika Möller

Alternativ zu den im Handel verfügbaren Kosmetika mit diversen Inhaltsstoffen, die oft zweifelhaft sind für die Haut, lassen sich einfache Cremes oder Lotionen mit wenigen Grundbestandteilen auch selbst herstellen. Diese kann sich Jede bei Interesse selbst zulegen.

Ein Kräuter-Ölauszug kann immer wieder als Grundlage für eine Salbe oder Creme angesetzt werden. Auch Badepralinen oder ein Duschpeeling lassen sich gut selbst anrühren.

Daraus lassen sich dann sehr schöne und persönliche Weihnachtsgeschenke kreieren.

Bitte verschließbare kleine Gläser, Flaschen oder Dosen mitbringen; zusätzliche Materialkosten von ca. 7,00 € werden bar vor Ort eingesammelt.

Einzelveranstaltungen Natur und Umwelt



Heimische Tiere und Pflanzen rund um den kleinen KÜCHENSEE

Referentin: Monika Möller

Die Ufersäume und Waldränder am kleinen KÜCHENSEE bieten verschiedene Lebensräume für Tiere und Wildpflanzen. Wir gehen auf die Pirsch, was alles in den versteckten Winkeln zuhause ist. Auch für uns Menschen sind wertvolle Kräuter und Heilpflanzen dabei, deren Verwendung ebenfalls erläutert wird. Wetterfeste Kleidung wird empfohlen, bitte Fernglas und evtl. Sammelgefäße mitbringen.

Informationen bei der Dozentin unter 04533 - 209 89 28

Anlegen einer Heil-Kräuterapotheke

Seminar mit Monika Möller

Das Heil-Wissen der Kräuterweiblein und Klosterbrüder ist weitgehend in Vergessenheit geraten, doch die Anlage einer eigenen Kräuterapotheke sowie die Verwendung von Kräutern in der Ernährung und der Heilkunde ist heutzutage aktueller denn je. Woher wussten die Altvordenen des Mittelalters, z.B. Hildegard von Bingen wie und welche Pflanzen sie als Tee oder Kräuterwein verwenden konnten ohne chemische Analysen durchzuführen? Neben einem kurzen geschichtlichen Abriss geht es in dem Seminar vor allem um das praktische Ansetzen von Kräuterölen und Tinkturen sowie um Tipps zum Trocknen von Kräutern für den Winter.

Auch das Räuchern von heilenden und kräftigenden Pflanzen hatte in der dunklen vorweihnachtlichen Zeit nicht nur religiöse Bedeutung, es war die Zeit der Reinigung und des Neubeginns. Bitte 3-4 verschließbare Gläser und/oder Fläschchen mitbringen. Es entstehen zusätzliche Materialkosten von 7,00 €, die direkt an die Dozentin zu zahlen sind.

Informationen bei der Dozentin unter 04533 - 209 89 28

Exkursion 804

Beginn: 08.09.2026

Exkursion 805

Beginn: 15.09.2026

Termin: jeweils Di.,

17:30 - 19:30 Uhr

Ort: Eingang "Aqua Siwa",

Fischerstraße

Gebühr 15,00 €

Seminar 807

Beginn: 09.10.2026

Termin: Fr.,

14:00 - 18:00 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Küche

Gebühr 30,00 €



Kurs 370

Beginn: 01.09.2026

Termin: Di.,

17:00 - 20:00 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Küche

Gebühr: 24,00 €

Ertragreich gärtnern von Herbst bis Frühjahr - auch auf Balkon/Terrasse möglich

Leitung: Natalie Kupper

Nicht nur Garten, sondern Terrasse/Balkon oder Fensterbank/Küchentisch lassen sich leicht in kleine grüne Oasen auch im Winter verwandeln. Draußen (Anbaubeginn: August/September) eignen sich neben dem klassischen Wintergemüse neue Sorten, wie z. Bsp. bis zu -10°C frostharten Asia-Salate und selbst Radieschen gedeihen! Dank immer wärmer werdendem Klima, Windschutz und Hauswand-Wärme ist dies möglich. Drinnen können preiswerte Sprossen/Minigrün (höchste Vitalstoffdichte!) gezogen werden. Wichtige Aspekte & Tricks, Lösungen entsprechend den räumlichen Verhältnissen und Gegebenheiten – das erfahren Sie in diesem Kursus.

Zusätzlich zur Kursgebühr wird eine Umlage für die Zutaten erhoben, die an die Kursleiterin zu zahlen ist.

Kursinformationen unter 015774019432



Exkursion 808

Beginn: 11.10.2026

Termin: So.,

14:00 - 17:30 Uhr

Treffpunkt:

Naturparkinfopilz

am Parkplatz-

Kutscherscheune,

Lindenallee, Groß Zecher

Gebühr: 20,00 €

Pilzexkursion für Pilzneulinge

Exkursion mit Sven Zimmermann

Der Hauptzweck meiner Pilzexkursion ist es, Teilnehmenden einen ersten Einblick in die faszinierende Welt der Pilze zu geben, von ihrer Rolle im Ökosystem bis hin zu ihren kulinarischen Anwendungen. Es geht besonders darum, das Bewusstsein für die Bedeutung des Pilzschutzes und der Nachhaltigkeit zu schärfen. Teilnehmende werden befähigt, hochwertige Speisepilze zu finden und ihre eigenen Körbe sehr maßvoll zu füllen, während sie über die verschiedenen Pilzarten und ihre Verwendung/Zubereitung in der Küche beraten werden.

Inhalt: Vermittlung grundlegender Kenntnisse: Kenntnisse zur Bestimmung von Pilzarten anhand von Merkmalen wie Form, Farbe, Geruch und Textur. Dabei werden die wichtigsten

Unterscheidungsmerkmale zwischen essbaren, giftigen und ungenießbaren Pilzen erklärt. Wo finde ich welche Pilze? Symbiose-Beziehung zwischen Pilzen und Wurzeln

Wer möchte, kann unsere Pilzexkursion mit einem Restaurantangebot in der Kutscherscheune in Groß Zecher kombinieren. Wir putzen und das Restaurant bereitet zu und dazu können wir a la Carte ein passendes Gericht und Getränke im Restaurant bestellen. Dieses Angebot ist jedoch nicht in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Kleines Gemüsemesser, kleinen Korb, Wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk, Mücken/Zeckenschutz, eine Flasche Wasser zur Erfrischung.



Die wilden Kaukasus-Wälder und ihre Bewirtschaftung

Vortrag von Dr. Lutz Fährer (BUND)

Von 2014 bis 2025 war der pensionierte Forstdirektor Dr. Lutz Fährer jedes Jahr für ein bis zwei Monate als Kurzzeitberater für das georgische Umweltministerium vor Ort tätig. Georgien sucht den Anschluss an die Normen der EU und speziell einer modernen nachhaltigen Forstwirtschaft. Fährer hatte früher im Stadtwald Lübeck ein Konzept der "Naturnahen Waldnutzung" eingeführt, das nach Bewertung der EU-Kommission als Referenz für eine fortschrittliche öko-soziale Forstwirtschaft gilt.

Georgien ist zu 45 Prozent mit Wald bedeckt, ganz überwiegend in den Bergen des Kaukasus, die bis über 5.000 m hoch sind. Es gilt dort, die ursprüngliche Wildnis weitgehend zu erhalten und dabei den hohen Bedarf der relativ armen Bevölkerung nach Holz für das tägliche Leben zu erfüllen. Alte sowjetische Gewohnheiten der zentralen Planwirtschaft müssen dafür zugunsten eigenständiger und nachhaltiger Bewirtschaftung abgelöst werden. Forstwirtschaft ist Gesellschaftswissenschaft. Lutz Fährer berichtet von dem Naturraum Georgien und dessen Problemen bei dem Übergang in die internationale Moderne. Politisch kämpfen momentan die Erneuerer mit den Bewahrern, welche sich wieder mehr dem benachbarten Russland anschließen möchten.

Dieser Vortrag findet in Kooperation mit dem Ortsverband Ratzeburg des BUND statt.

Vortrag 910

Beginn: 10.11.2026

Termin: Di.,

19:00 - 21:00 Uhr

Ort: Stadtbücherei

Ratzeburg

ohne Gebühr



Die Online-Vorträge der Verbraucherzentrale finden in Kooperation mit den Volkshochschulen in Schleswig-Holstein statt und sind dank der Bundesförderung für Energieberatung der Verbraucherzentrale kostenfrei.

Die Online-Vorträge werden nicht aufgezeichnet. Auch können wir Ihnen die Folien nicht zur Verfügung stellen. Wir empfehlen Ihnen daher, sich selbst Notizen zu machen.

Vortrag 102

Beginn: 28.10.2026

Termin: Mi.,
18:00 - 19:30 Uhr

Online
ohne Gebühr

Strom erzeugen mit Photovoltaik (Online-Vortrag)

Referent: Ingo Sell

Die Räume im Dachgeschoss sind im Sommer zu heiß und im Winter viel zu kalt? Die Außenwand schimmelt und die Fenster sind in der kalten Jahreszeit eiskalt und beschlagen?

In diesem Vortrag informiert der Energieberater der Verbraucherzentrale darüber, wie die energetische Sanierung des Wohnhauses Schritt für Schritt umgesetzt werden kann und welche Schritte sinnvoll miteinander zu kombinieren sind. Ergänzend wird die Bundesförderung für effiziente Gebäude (BEG) angesprochen. Mit dieser können für die nachträgliche Wärmedämmung des Wohnhauses Fördergelder beantragt werden. Doch auch hier gibt es bestimmte Vorgaben zu beachten. Die Teilnehmenden erwartet ein anschaulicher, gut verständlicher Überblick über das komplexe Thema energetische Altbausanierung und Förderung.

Zugangslink: <https://join.next.edudip.com/de/webinar/photovoltaik/2639949>

Anmeldung: spätestens 2 Werktage vor dem Online-Vortrag mit diesem Link und ihrer Emailadresse registrieren

Vortrag 103

Termin: 05.10.2026

Beginn: Mo.,
15:00 - 16:30 Uhr

Online
ohne Gebühr

Photovoltaikanlage und Wärmepumpe (Online-Vortrag)

Referenten: Ümit Karaarslan und Veronica Restrepo Lopez

Die Kombination aus Photovoltaikanlage und Wärmepumpe gilt als ideale Lösung für eine klimafreundliche und kostengünstige Energieversorgung im Eigenheim. Mit eigenem Solarstrom heizen und gleichzeitig Stromkosten senken – das klingt verlockend. Doch wie gut funktioniert die Kombination in der Praxis?

Damit PV-Anlage und Wärmepumpe optimal zusammenarbeiten, sind einige Faktoren zu beachten:

-- Wie groß muss die Anlage dimensioniert sein, um möglichst viel Eigenverbrauch zu erzielen?

-- Welche Speichermöglichkeiten gibt es, um den selbst erzeugten Strom auch dann zu nutzen, wenn die Sonne nicht scheint?

Zugangslink: <https://join.next.edudip.com/de/webinar/photovoltaikanlage-und-warmepumpe/2647254>

Anmeldung: spätestens 2 Werktage vor dem Online-Vortrag mit diesem Link und ihrer E-Mailadresse registrieren

ETF als Geldanlage und Altersvorsorge – warum ETFs die erste Wahl sind! (Teil 1)

Referentin: Martina Ruffmann

Wer fürs Alter besonders rentabel vorsorgen will, dem verkaufen Anlageberater oft teure Aktienfonds, meist im Rahmen von fondsgebundenen Rentenversicherungen. Geeigneter sind jedoch Aktien-ETFs (Exchange Traded Funds), sie sind kostengünstig und renditestark. ETFs sind Investmentfonds mit zwei besonderen Vorteilen: Sie werden an der Börse gehandelt und ihre Anlagestrategie besteht darin, einen bestimmten Index nachzubilden. Da die Aktienmärkte aber auch Risiken bergen, sind ETFs nicht für jedes Anliegen geeignet.

Wir erklären:

- Was ist eigentlich ein Index?
- Wer hat sich ETFs ausgedacht und warum?
- Wie funktioniert ein Indexfonds und welche sind gut für eine Anlage geeignet?
- Was spricht für ETFs und was dagegen?

Zugangslink: <https://join.next.edudip.com/de/webinar/etf-als-geldanlage/2640753>

Anmeldung: spätestens 2 Werktage vor dem Online-Vortrag mit diesem Link und ihrer E-Mailadresse registrieren

ETF als Geldanlage und Altersvorsorge – warum ETFs die erste Wahl sind! (Teil 2)

Referentin: Martina Ruffmann

Viele Menschen suchen nach einfachen, transparenten und kostengünstigen Möglichkeiten, ihr Geld anzulegen. ETFs (Exchange Traded Funds) stehen dabei besonders im Fokus. Doch wie gelingt der Einstieg in die Welt der ETFs? Wie eröffne ich ein Wertpapierdepot und worauf muss ich bei der Auswahl des Anbieters achten? Und wie finde ich den passenden ETF für meine Ziele?

Im Vortrag erhalten Sie Antwort auf diese und weitere Fragen und eine Schritt-für-Schritt Anleitung. Er richtet sich an alle, die bereits Kenntnisse über ETFs besitzen und nun den Einstieg in die praktische Umsetzung einer Anlagestrategie mit ETFs suchen. Er baut auf dem ebenfalls angebotenen Vortrag „ETF als Geldanlage und Altersvorsorge – warum ETFs die erste Wahl sind“ auf.

Zugangslink: <https://join.next.edudip.com/de/webinar/schritt-fur-schritt-zum-etf/2643681>

Anmeldung: spätestens 2 Werktage vor dem Online-Vortrag mit diesem Link und ihrer E-Mailadresse registrieren mit diesem Link und ihrer E-Mailadresse registrieren

Vortrag 104

Beginn: 03.11.2026

Termin: Di.,

18:00 - 19:30 Uhr

Online

ohne Gebühr

Vortrag 105

Beginn: 24.11.2026

Termin: Di.,

18:00 - 19:30 Uhr

Online

ohne Gebühr

Vortrag 106

Beginn: 12.11.2026

Termin: Do.,

18:00 - 19:30 Uhr

Online

ohne Gebühr

Datenschutz für Anfänger - lästig oder nützlich?

Referent: Ulf Ludwig

Datenschutz begegnet uns im Alltag häufig in Gestalt kleingedruckter Datenschutz-Formulare mit wenig aussagekräftigem Inhalt. Das Datenschutzrecht ist jedoch mehr als nur ein Papiertiger und gibt uns wirksame Mittel an die Hand, um die Kontrolle über unsere Daten zu behalten oder wiederzuerlangen. In diesem Vortrag erfahren Sie, welche konkreten rechtlichen Werkzeuge uns das Datenschutzrecht in die Hand gibt und wie wir diese effektiv nutzen.

Zugangslink: <https://join.next.edudip.com/de/webinar/datenschutz/2644335>

Anmeldung: spätestens 2 Werktage vor dem Online-Vortrag mit diesem Link und ihrer Emailadresse registrieren



Vortrag 107

Beginn: 17.11.2026

Termin: Di.,

18:00 - 19:30 Uhr

Online

ohne Gebühr

Nachhaltiges Bauen

Referentin: Beate Oedekoven

Der Ausstoß von CO₂, den wir durch Bauen und Wohnen verursachen, ist enorm: Schätzungen gehen von 30 bis 40 % des gesamten Co₂-Ausstoßes aus! Außerdem entstehen in Deutschland pro Kopf 2,5 Tonnen Bauschutt im Jahr, die deponiert werden müssen.

Da aber auch weiterhin Wohnungen fehlen und neue Gebäude gebraucht werden, wird die Frage nach einem schonenden Umgang mit Ressourcen, der Vermeidung von Müll und Schadstoffen sowie eine möglichst geringe Versiegelung neuer Flächen immer wichtiger. In diesem Vortrag werden verschiedene Aspekte des nachhaltigen Bauens und Lösungen vorgestellt.

Zugangslink: <https://join.next.edudip.com/de/webinar/nachhaltiges-bauen/2644266>

Anmeldung: spätestens 2 Werktage vor dem Online-Vortrag mit diesem Link und ihrer Emailadresse registrieren

Wasser - eine unendliche Ressource?

Referentin: Beate Oedekoven

Der Klimawandel ist auch schon in Schleswig-Holstein zu spüren. Heiße Sommertage und anhaltende Dürreperioden trocknen den Boden aus und man fragt sich:

- Wird auch in Zukunft ausreichend Wasser vorhanden sein?
 - Wie ist die Situation in Schleswig-Holstein?
 - Wer verbraucht wie viel Wasser?
 - Was ist blaues, grünes und graues Wasser?
 - Was ist virtuelles Wasser?
 - Welchen Einfluss hat die Klimaerwärmung?
 - Wie kann ich helfen, die Trinkwasservorräte zu schützen?
- Diese Fragen werden im Vortrag angesprochen und wir geben Wasserspartipps für den Alltag.

Zugangslink: <https://join.next.edudip.com/de/webinar/wasser/2644314>

Anmeldung: spätestens 2 Werktage vor dem Online-Vortrag mit diesem Link und ihrer Emailadresse registrieren



Essen mit Genuss: Sichere, leckere, gesunde Ernährung - Online -Vortrag

Referentin: N.N.

Gesunde Ernährung kann keine Wunder bewirken, aber zu Wohlbefinden und Gesundheit beitragen. Verwirrt und verunsichert durch ständige neue Botschaften und Werbung finden viele Menschen das Thema Ernährung kompliziert. Abgestimmt auf die jeweilige Altersgruppe werden in diesem Vortrag die wichtigsten Regeln einer gesunden, schmackhaften und ebenso sicheren wie nachhaltigen Ernährung verständlich erläutert. Dazu gehören praktische Tipps und Ideen für die Umsetzung im Alltag.

Zugangslink: <https://join.next.edudip.com/de/webinar/essen-mit-genuss-sichere-leckere-gesunde-ernaehrung/2640438>

Anmeldung: spätestens 2 Werktage vor dem Online-Vortrag mit diesem Link und ihrer Emailadresse registrieren

Vortrag 108

Beginn: 01.12.2026

Termin: Di,

18:00 - 19:30 Uhr

Online

ohne Gebühr

Vortrag: 109

Beginn: 10.09.2026

Termin: Do,

17:00 - 18:00 Uhr

Online

ohne Gebühr

Vortrag 110

Beginn: 04.11.2026
Termin: Mi.,
17:00 - 18:00 Uhr
Online
ohne Gebühr

Ernährung in den Wechseljahren - Online -Vortrag

Referentin: N.N.

Die Wechseljahre sind für viele Frauen eine herausfordernde Zeit. Die Hormonumstellung bringt spürbare Veränderungen und Beschwerden mit sich.

Dieser Vortrag zeigt, wie Sie den Wechseljahren mit einer sinnvoll angepassten Ernährung begegnen und damit selbst zu mehr persönlichem Wohlbefinden beitragen können. Nicht nur in den Wechseljahren können ein gesunder Lebensstil und regelmäßige Bewegung das Risiko für bestimmte Krankheiten senken. Umstritten sind dagegen Nahrungsergänzungsmittel mit Soja-Isoflavonen während der Menopause. Erfahren Sie, wann und warum hier Vorsicht geboten ist.

Zugangslink: <https://join.next.edudip.com/de/webinar/ernaehrung-in-den-wechseljahren-die-richtige-lebensmittelauswahl-treffen/2640468>
Anmeldung: spätestens 2 Werktage vor dem Online-Vortrag mit diesem Link und ihrer Emailadresse registrieren

Vortrag 180

Beginn: 20.10.2026
Termine: Di.,
19:00 - 20:00 Uhr
Dieser Online-Vortrag wird in Kooperation mit der VHS Böblingen-Sindelfingen durchgeführt. Der Zugangslink wird erst nach vorherigem Eingang der Zahlung der Kursgebühr übermittelt.
Gebühr 10,00 €
Online-Vortrag
Anmeldungen bei der VHS Ratzeburg

Unabhängig von Erdöl und Gas - so gelingt die Energiewende zuhause (Online-Vortrag)

Referent: Dr. Florian Günzkofer

Eine nachhaltige Energieerzeugung ist zentral für die Zukunft der Energieversorgung. Wie finden wir eine Lösung, die uns unabhängig von Erdöl und Erdgas macht? Auch das Warten auf Wasserstoff oder E-Fuels schafft eine neue Abhängigkeit. Im Vortrag wird die aktuelle Energielage analysiert und beispielhaft gezeigt, wie die Energiewende geschafft werden kann - zuhause. Wie sieht eine eigene regenerative Energie aus? Wie macht man das Haus für die Wärmewende fit? Was muss man bei einer Wärmepumpe beachten? Was kann jeder Einzelne tun, um die Energie- und Wärmewende durch den Einsatz von Regenerativen Energien im Bereich Wohnen und Mobilität zu vollziehen? Der Dozent bringt 20 Jahre Erfahrung in der Energiewende mit und teilt als Solarstrom-Pionier bewährte Praxistipps.



Diese Vorträge finden in Kooperation mit der Sektion Ratzeburg der Schleswig-Holsteinischen Universitäts-Gesellschaft (SHUG) statt.

Der Eintritt ist frei für Mitglieder, Schüler und Studenten, Gäste zahlen 7,00 €; begrenzte Teilnehmerzahl, um Voranmeldung wird gebeten unter Tel. 04541-82884 oder brust.r@gmx.de.

Kants Moralphilosophie – Eine Einführung (SHUG)

Vortrag von Prof. Dr. Dr. Ino Augsberg

Kants Moralphilosophie, die ihren prägnanten Prüfstein in den unterschiedlichen Formulierungen des berühmten „kategorischen Imperativs“ besitzt, ist angemessen nur vor dem Hintergrund der theoretischen Zielsetzung der „Kritik der reinen Vernunft“ zu verstehen. Der Vortrag unternimmt es daher, zunächst einen knappen Abriss der theoretischen Philosophie zu entwerfen, um auf dieser Grundlage dann die Besonderheit der moralphilosophischen Konzeption zu erläutern. Hierbei geht es neben einer Erläuterung des berühmten Imperativs u.a. um die Idee der Autonomie als Selbstgesetzgebung und um Unterscheidung zwischen einem bloß „pflichtgemäßen“ und einem „aus Pflicht“ erfolgenden Handeln, die Kant auch als Unterscheidung von „Moralität“ und „Legalität“ beschreibt. Ein knapper Ausblick stellt die Frage nach der Relevanz des kantischen Moralverständnisses auch im Kontext des gegenwärtigen (Verfassungs-) Rechts.

Künstliche Intelligenz, was ist das? (SHUG)

Vortrag von Prof. Dr. Alexander Piel

Wir hören täglich neue Nachrichten über die Fortschritte der Künstlichen Intelligenz (KI), die gleichermaßen Hoffnungen auf technischen Fortschritt wecken und Ängste vor Fremdbestimmung und Überwachung schüren. Doch, wie funktioniert KI? Kann der Laie verstehen, was darin vorgeht und wie KI aus Datenmengen lernt? Was heißt eigentlich „lernen“? Der Vortrag gibt hierzu an einer Reihe von Beispielen einen einfachen Einstieg für Nicht-Fachleute.

Vortrag 920

Beginn: 09.09.2026

Termin: Mi.,

19:30 - 20:30 Uhr

Ort: Rathaus Ratssaal

ohne Gebühr



Vortrag 921

Beginn: 14.10.2026

Termin: Mi.,

19:30 - 20:30 Uhr

Ort: Rathaus Ratssaal

ohne Gebühr



Vortrag 922

Beginn: 11.11.2026

Termin: Mi.,

19:30 - 20:30 Uhr

Ort: Rathaus Ratssaal

ohne Gebühr



Vortrag 923

Beginn: 02.12.2026

Termin: Mi.,

19:30 - 20:30 Uhr

Ort: Rathaus Ratssaal

ohne Gebühr



Von Ritzeau im Östlichen Hügelland bis zum Krümwaal auf Amrum: Landschaftswandel durch Menschen in Schleswig-Holstein seit dem Neolithikum (SHUG)

Vortrag von Prof. Dr. Hans-Rudolf Bork

Der Vortrag erläutert die Veränderungen schleswig-holsteinischer Landschaften in den vergangenen 6000 Jahren am Beispiel ausgewählter Orte, die in den vergangenen Jahren vom Institut für Ökosystemforschung der CAU untersucht wurden. Umfassende Grabungen belegen die starken Wirkungen von Landnutzung im Östlichen Hügelland bei Ritzeau seit dem Neolithikum. Kaum beachtet wurde bislang ein kleines Tälchen, das Haithabu durchzieht. Geoarchäologische Untersuchungen belegen, dass dort in der Wikingerzeit eine tiefe und breite Hohlform aufgedigelt und wieder verfüllt wurde. Rodungen bei Joldelund ließen im Hochmittelalter den Transport von großen Massen an Sand durch Stürme zu. Eine Düne entstand, die heute den Namen Kuhharder Berg trägt. Der Krümwaal auf Amrum wurde offenbar schon lange vor der Wikingerzeit angelegt, wie aktuelle Forschungen belegen.

Das Elektroauto – Lösung aller (Diesel-)Probleme? (SHUG)

Vortrag von Dr. Sönke Harm

In diesem Vortrag werden der Kohlendioxid-Ausstoß und weitere Emissionen von Fahrzeugen mit Verbrennungsmotoren mit den Emissionen von rein elektrisch angetriebenen Fahrzeugen verglichen. Dabei fällt auf, dass in Deutschland beim aktuellen Strommix die CO₂-Bilanz eines Elektrofahrzeugs noch relativ schlecht ausfällt, insbesondere wenn man die energieaufwändige Herstellung des Akkumulators mit einbezieht. Eine relevante Reduktion des CO₂-Ausstoßes ergibt sich momentan erst dann, wenn man vom Auto auf andere Verkehrsmittel umsteigt. Allerdings wird sich die Bilanz mit zunehmendem Anteil von Strom aus regenerativen Energiequellen auch für Elektroautos zukünftig deutlich verbessern. Neben diesen Emissionsgesichtspunkten wird im Vortrag auch auf mögliche Fortschritte bei der erreichbaren Energiedichte in Akkumulatoren und auf Aspekte des Recyclings von Elektrofahrzeugen eingegangen.



Dörfer zeigen Kunst

25.07. bis 16.08.2026
Sa + So 13-18 Uhr

Albsfelde • Bäk • Behlendorf • Berkenthin
Buchholz • Einhaus • Groß Grönu • Kittlitz
Kulpin • Lehmrade • Pogeez • Ratzeburg • Salem
Seedorf • Sterley • Thandorf • Zietzen



www.doerfer-zeigen-kunst.de



Kunstprojekt

Wir und die “Anderen”

Die Volkshochschule Ratzeburg und Umland e.V. hat in im Frühjahr 2026 mit Förderung der 'Partnerschaft für Demokratie' der Stadt Ratzeburg und des Amtes Lauenburgische Seen ein Kunstprojekt für Jugendliche ausgeschrieben, an dem sich rund 100 Schülerinnen und Schüler beteiligten. Nach einem einführenden Workshop und Gesprächen über die Frage nach Identität und Zugehörigkeit haben die Schüler intensiv an der Umsetzung ihrer Ideen in ein Kunstwerk gearbeitet. Im Anschluss an die Fertigstellung haben sie aus der Vielzahl der Werke gemeinschaftlich eine Auswahl getroffen.

Im Rahmen von **“Dörfer zeigen Kunst”** können diese ausgewählten Kunstwerke nun der Öffentlichkeit präsentiert werden.

Jeweils ein Teil der Kunstwerke wird an folgenden Orten an den Wochenenden vom 25.07-16.08.26 zu sehen sein:

Bäk, Dorfgemeinschaftshaus

Berkenthin, Kirchenstraße 4 (nur am 16./17.08.)

Einhaus Hauptstraße 26a, Gemeindehaus (nur 01.-17.08)

Kittlitz, Dorfstraße 46, Altes Spritzenhaus (geöffnet 13:00 - 17:00 Uhr)

Kulpin, Am Teich 1, Dorfgemeinschaftshaus (nur am 01./02.08.)

Ratzeburg, Schmilauer Straße 108, AMEOS (Galeriegang, über Haupteingang)

Salem, Seestraße 44, Gemeindezentrum

Sterley, Alte Dorfstraße 35, Kulturzentrum “Alte Schule”

Thandorf, Alte Dorfstraße 13, Schaepperscheune sowie

Thandorf, Alte Dorfstraße 8, Dorfgemeinschaftshaus

Ziethen, Von-Schack-Straße 11, Dorfgemeinschaftshaus “Alte Schule”

Im Anschluss wird die gesamte Ausstellung noch einmal im Zeitraum vom **17. August bis zum 02. September 2026 in der Stadtbücherei Ratzeburg** gezeigt.

Wir würden uns freuen, wenn Sie uns eine Rückmeldung zu der Frage:“Welches Bild berührte Sie und warum?”- geben würden, um den Künstlerinnen und Künstlern bei unserer Abschlussveranstaltung ein Feedback geben zu können.

„Als Volkshochschule ist es uns ein wichtiges Anliegen, über Ausgrenzung und Rassismus ins Gespräch zu kommen. Unsere Projektarbeiten sollen dazu Anstöße geben“, sagt Geschäftsführerin Silvia Tessmer.



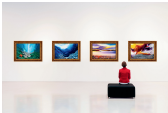
Kunst und Kultur

Programmbereich „Kulturelle Bildung“

Kultur macht stark

In unseren Angeboten der Kulturellen Bildung erlernen, erproben, entwickeln und erweitern Sie Kernkompetenzen wie Kreativität, Flexibilität, Improvisationsbereitschaft, Problemlösungsstrategien und Teamfähigkeit. Nutzen Sie Kreativkurse, um Ihre Lern- und Erfahrungsräume zu erweitern. Persönliche und berufliche Interessen lassen sich dabei optimal miteinander verbinden.

Im Bereich der kulturellen Medienbildung finden Sie Angebote, in denen Sie lernen, sich den vielfältigen Herausforderungen im Prozess der Digitalisierung der Gesellschaft zu stellen und sich in allen Lebensbereichen zu orientieren. Kulturelle Bildung schafft in ihrer Offenheit für alle Bürgerinnen und Bürger Zugänge zur Kultur und ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe, sie fördert Integration und Inklusion. „Gerade die sozialen, kreativen und kommunikativen Potenziale der kulturellen Erwachsenenbildung sind perspektivisch von großer und wachsender Bedeutung“, betont etwa auch die Enquete-Kommission „Kultur in Deutschland“ in ihrem Abschlussbericht.



Malen und Zeichnen

Urban Sketching

Leitung: Gundula Clasen

Urban Sketching ist eine Zeichnung/ Skizze von dem was man gerade sieht, bzw. was existent ist, zu fertigen. Schön ist es dafür ein Skizzenbuch zu benutzen. So kann mit Ort und Datum versehen ein kleines Tagebuch entstehen. Meist werden Gebäude, Plätze, Pflanzen, Szenen und vieles mehr mit Stift und Farbe festgehalten. Schritt für Schritt zeige ich Ihnen, wie Sie mit wenig Übung schöne Ergebnisse erzielen können. Mein Wunsch ist es, Ihnen die Freude am Zeichnen/ Sketchen näherzubringen. Je nach Wetterlage sketchen wir draußen.

Bitte mitbringen: Bleistift und Kugelschreiber, Zeichenpapier falls vorhanden, ein für Aquarelle geeignetes Skizzenbuch, kleiner Aquarellkasten und einen Wassertankpinsel, ein kleiner Klapphocker oder -stuhl. Materialien können nach Absprache bei der Kursleitung erworben werden.

Kursinformationen unter: gundulaclasen@gmx.de

Kurs: 202.1

Beginn: 28.08.2026

Kurs: 202.2

Beginn: 30.10.2026

Termine: je 6 x Fr.,

14:00 - 16:15 Uhr

Ernst-Barlach-Schule

Raum 35/

Stadtgebiet Ratzeburg

Gebühr: 54,00 €

Kurs: 203.1

Beginn: 28.08.2026

Kurs: 203.2

Beginn: 30.10.2026

Termine: je 6 x Fr.,

10:00 - 12:15 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Raum 35/Stadtgebiet

Ratzeburg

Gebühr: 54,00 €

Urban Sketching am Vormittag

Leitung: Gundula Clasen

Urban Sketching ist eine Zeichnung/ Skizze von dem was man gerade sieht, bzw. was existent ist, zu fertigen. Schön ist es dafür ein Skizzenbuch zu benutzen. So kann mit Ort und Datum versehen ein kleines Tagebuch entstehen. Meist werden Gebäude, Plätze, Pflanzen, Szenen und vieles mehr mit Stift und Farbe festgehalten. Schritt für Schritt zeige ich Ihnen, wie Sie mit wenig Übung schöne Ergebnisse erzielen können. Mein Wunsch ist es, Ihnen die Freude am Zeichnen/ Sketchen näherzubringen. Je nach Wetterlage sketchen wir draußen.

Bitte mitbringen: Bleistift und Kugelschreiber, Zeichenpapier falls vorhanden, ein für Aquarelle geeignetes Skizzenbuch, kleiner Aquarellkasten und einen Wassertankpinsel, ein kleiner Klapphocker oder -stuhl. Materialien können nach Absprache bei der Kursleitung erworben werden.

Kursinformationen unter: gundulaclasen@gmx.de

**Kurs 218**

Beginn: 14.10.2026

Termine: 10 x Mi.,

10:00 - 12:00 Uhr

Ort: Aneos Kreativ-Raum

Gebühr: 128,00 €

(Kursgebühr bei

Kleingruppe)

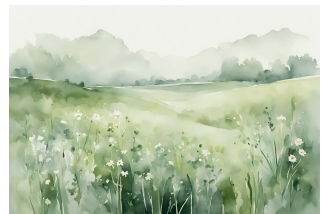
Zeichnen und Malen - Natur, Landschaft, Stilleben

Leitung: Ebba Sakel

Landschaft, Bäume, Blumen, Tiere, Himmel und Wasser, Stilleben u.a. sind die Motive dieses Kurses für Anfängerinnen und Fortgeschrittene. Es wird zunächst mit Stiften und Kreiden gearbeitet, später auch mit Aquarellfarben oder Acryl.

Zum ersten Treffen bitte Fotos von Landschaften, Zeichenblock, Bleistifte 2B und 6B, Radierer, Anspitzer mitbringen.

Kursinformationen unter 015110910465



Buchbinden – die Entstehung eines Buches

Leitung: Carmen Schmidt

Zusammen tauchen wir einen Tag lang in die schöne Welt des Buchbindens ein. Es entsteht ein klebegebundenes Buch mit persönlich gestalteter Buchdecke. Vielleicht wird es ein Buch für Gedanken, Berichte, Träume oder Skizzen? Vielleicht wird es ein Gästebuch, ein Tagebuch oder ein Buch für einen ganz besonderen Anlass?

Wir fügen einzelne Seiten zu einem kompakten Buchblock – das wird Lumbecken genannt. Warum das so genannt wird, schauen wir uns auch genauer. Im Anschluss gestalten wir den Bucheinband aus festen Pappdeckeln mit Gewebe. Wenn wir die Lagen aus losen Papierbögen hergestellt und den gehefteten Buchblock in Form gebracht haben, gestalten wir den Bucheinband aus festen Pappdeckeln nach eigenen Ideen mit Geweben und (Bunt-)papieren. Bitte mitbringen: Schere, Cutter, (Stahl-)Lineal, Bleistift, Lappen, alte Zeitung zum Unterlegen, ggf. Schürze, Schreibzeug und wenn vorhanden: Schneidunterlage, Falzbein, (Bunt-)papiere. Materialien werden von der Kursleiterin gestellt, es fallen je nach Verbrauch Materialkosten in Höhe von ca. 20,- € an, die vor Ort zu zahlen sind.

Bitte denken Sie an ein Getränk und einen kleinen Imbiss für die Mittagspause

Vielseitige Buchbindungen

Leitung: Carmen Schmidt



Einen Tag lang, arbeiten wir an kleineren Buchprojekten, die sich auch zuhause ohne großen Geräte- und Materialeinsatz fertigen lassen. Wir starten mit einlagigen Heftchen, die wir auf zwei unterschiedliche Arten zusammenfügen werden. Darauf folgt ein Büchlein mit sichtbarer Heftung am Rücken und Deckel aus Karton. Wir enden mit der Japanischen Bindung, die sehr vielseitig einsetzbar ist. Bei allen Techniken gibt es viel Spielraum für Gestaltung und die Kombination mit anderen, vlt. bereits bekannten, Techniken. Bitte mitbringen: Schere, Cutter, (Stahl-)Lineal, Bleistift, Lappen, alte Zeitung zum Unterlegen, ggf. Schürze, Schreibzeug und wenn vorhanden: Schneidunterlage, Falzbein, kleines Gewicht, großes Geodreieck, (Bunt-)papiere. Materialien werden von der Kursleiterin gestellt, es fallen je nach Verbrauch Materialkosten in Höhe von ca. 15,- € an, die vor Ort zu zahlen ist. Bitte denken Sie an ein Getränk und einen kleinen Imbiss für die Mittagspause.

Kurs 215

Beginn: 19.09.2026

Termin: Sa.,

9:00 - 16:00 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Raum 28

Gebühr 68,00 €



Kurs 216

Beginn: 14.11.2026

Termine: Sa.,

9:00 - 16:30 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Gebühr 68,00 €

Kurs 213

Beginn: 01.09.2026

Termine: 14 x Di.,

19:45 - 21:15 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Aula

Gebühr 84,00 €

Tanzen

Tanzen, was Spaß macht!

Günter Klose

Traditionelle Tänze aus vielen verschiedenen Ländern werden in dieser Gruppe getanzt. Zu Originalmusik werden wir die Vielseitigkeit der Tanzstile und Musikrichtungen erfahren. Ob ruhig oder schnell, ob leicht oder anspruchsvoll. Im Mittelpunkt steht immer der Spaß am Tanzen, die Freude an ursprünglicher Musik verbunden mit Fitness und Geselligkeit. Vorkenntnisse sind von Vorteil aber nicht Bedingung! Tänze im Kreis, Quadrat, Reihe, Dreieck, mit oder ohne Partner - stets erfolgt eine gründliche Anleitung des erfahrenen Tanzmeisters Günter Klose.

Kursinformationen unter: Klose-Nyckelharpa@web.de



Musik

Chor - Lieder für Mitmenschlichkeit und Respekt

Leitung: Anna Bertram

Offener Chor wird fortgesetzt (genaue Termine bitte erfragen!). Wir bitten um vorherige Anmeldung von neuen Sängern, damit diese kurzfristig über Chorproben-Terminänderungen informiert werden können.

Die Teilnehmergebühren sind monatlich zu entrichten.

Kurs 214

Beginn: 18.08.2026

Proben-Termine:

wöchentlich nach

Absprache

Di., 19:30 - 21:30 Uhr

Ort: Lauenburgische

Gelehrtenschule Aula

Gebühr: 20,00 €/Monat

**Kurs 211**

Beginn: 15.10.2026

Termine: 6 x Do.,

19:00 - 20:30 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Raum 28

Gebühr: 42,00 €

Philosophie/ Religion/ Psychologie

Einführung in die Bibel

Leitung: Dr. phil. Wolfgang Runge, Pastor i.R.

Die Bibel ist ein grundlegender Teil unserer abendländischen Kultur. Für Juden ist die hebräische Bibel Grundlage ihres Glaubens und für Christen ist das Alte und Neue Testament die Heilige Schrift. Der Kurs geht Fragen nach wie: Was steht eigentlich in der Bibel? Wie ist sie entstanden? Wie kann man die Bibel verstehen? Kursinformationen unter 0151 67344303

Was ist „gut“? – Eine Einführung in die philosophische Ethik

Leitung: Dr. phil. Wolfgang Runge, Pastor i.R.

Wie beurteilen wir unser Handeln und das Handeln anderer im persönlichen und politischen Bereich? Was also wäre „gutes“ Handeln?

Kurzvorträge und Gespräche zu den wichtigsten ethischen Konzeptionen von der Tugendlehre der Antike bis zur Gerechtigkeitsdiskussion im 20. Jahrhundert
Kursinformationen unter 0151 67344303



Kurs 212

Beginn: 13.10.2026

Termine: 4 x Di.,

19:00 - 20:30 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Raum 28

Gebühr: 42,00 €

Literatur

Literarischer Erzähl-Salon – Hannah Arendt

Leitung: Andrea Czichy, Theologin/

Silke Meyer, Leiterin Ev. Frauenwerk

Anlässlich des 80. Geburtstags der Philosophin und Schriftstellerin Hannah Arendt (14.10.1906 – 04.12.1975) werfen wir einen Blick auf ihr Leben und Werk und vor allem in ihre Texte.

Der Erzählsalon wird in Kooperation mit dem Evangelischen Frauenwerk durchgeführt.

Kurs 217

Beginn: 15.10.2026

Termin: Do.,

19:00 - 21:00 Uhr

Ort: Stadtbücherei

Ratzeburg

ohne Gebühr

**Kursportal
Schleswig-Holstein**

Gefördert durch:   Schleswig-Holstein
Ministerium für Wirtschaft,
Verkehr, Arbeit, Technologie
und Tourismus

**Bildungsurlaub
in Schleswig-Holstein**

Anerkannte Kurse finden auf:
bildungsurlaub.sh-kursportal.de



Kurs 219

Beginn: 06.10.2026

Termine: 8 x Di,

15:00 - 16:30 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Raum 27

Gebühr 60,00 €

Literaturkreis: „Dein Abendweg sei klar und heiter!“

Leitung: Marlis Ehlen

Mit diesen poetischen Worten lenkt Hermann Hesse auf seine Sicht des Älterwerdens. Auch andere Schriftsteller beschäftigen sich mit Sehnsüchten, mit Liebes- und Leidensgeschichten im hohen Alter oder, um es mit Natascha Wodin zu sagen während der „späten Tage“.

Es sind Geschichten von Menschen, deren späte Lebensentwürfe gelingen oder scheitern. Es sind bewegende, zutiefst menschliche Geschichten, die wir miteinander lesen und besprechen wollen.

Kursinformationen unter 0176 / 36 34 71 29

Kurs 220

Beginn: 24.10.2026

Termin: Sa.,

10:00 - 16:00 Uhr

Ort: Schragenstraße 5,

Ratzeburg

Gebühr: 40,00 €

Meine Autobiographie - Eigene Lebensgeschichte(n) schreiben

Leitung: Maria Eilers

Liebevolle Menschen, schmerzreiche Erfahrungen, großartige Momente, Hoffnungen und Träume - das eigene Leben ist ein Puzzle bunter Erinnerungen. In diesem Kurs werden wir über eine sinnvolle Schreibplanung, mögliche Strukturen und Formen nachdenken. Es gibt Impulse, Ideen und Hinweise zum Verfassen von kurzweiligen autobiographischen Texten. Am Ende wird das eigene Werk kritisch überdacht und der Schreibentschluss ist auf einen konstruktiven, schöpferischen Schreibprozess vorbereitet.

Kultur Online-Vorträge

**Die Etrusker - faszinierende Hochkultur in Italien
(Online-Vortrag)**

Referentin: Nicole Klemens

Ihre Glanzzeit hatten die Etrusker zwischen 800 und 450 v. Chr. In dieser Zeit beherrschten sie, ausgehend von der heutigen Toskana, weite Teile Italiens. Noch heute zeigen die prächtigen Nekropolen von ihrem hohen zivilisatorischen Niveau. Zu den bleibenden Leistungen der Etrusker gehört die Gründung der späteren Weltstadt Rom. Der Vortrag liefert auf dem neuesten Stand der historischen und archäologischen Forschung einen umfassenden Einblick in die faszinierende Welt der - trotz vieler Fortschritte immer noch rätselhaften - ersten Hochkultur in Italien. Dieser Online-Vortrag wird in Kooperation mit der VHS Böblingen-Sindelfingen durchgeführt.

Der Zugangslink wird erst nach vorherigem Eingang der Zahlung der Kursgebühr übermittelt.

Vortrag 281

Beginn: 13.01.2027

Termin: Mi.,

19:00 - 20:00 Uhr

Gebühr 10,00 €



Gesundheit

Entspannung und Gesundheit

„VHS macht gesünder!“

Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. Gesundheitskompetenz ist unerlässlich, wenn Sie Ihre Gesundheit eigenverantwortlich stärken möchten. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehört, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können. Lernen Sie von den Sichtweisen anderer Menschen, erwerben Sie die Fähigkeit, mit Stress konstruktiv umzugehen und Krisen erfolgreich zu überwinden. Das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen, macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig. Die aktuelle Forschung weist immer wieder auf den positiven Einfluss von Emotionalität, Stressbewältigung, ausgewogener Ernährung und Bewegung für das Gelingen von Lernprozessen hin. Die Angebote der Gesundheitsbildung an Volkshochschulen berücksichtigen seit langem diese Erkenntnisse. Sachinformationen und Lernen werden mit allen Sinnen verknüpft, gelernt wird handlungsorientiert, auf die Gruppe bezogen und unter Berücksichtigung biografischer Anknüpfungspunkte wichtige Voraussetzungen für die Lust auf das Abenteuer des lebenslangen Lernens.



Yin Yoga

Leitung: Katja Wenzel



Stressiger und Yanglastiger Alltag? Dann ist Yin Yoga genau das Richtige als Ausgleich. Ruhiger Yogastil, langes Halten der Übungen / Asanas, fast alles im Sitzen oder Liegen und durch den Einsatz von Hilfsmitteln für viele gut ausführbar. Dehnung von Bindegewebe / Faszien, Chi (Lebensenergie) zum Fließen bringen, Blockaden lösen, Loslassen und im Hier und Jetzt sein. Bitte bequeme und warme Kleidung, dickere Socken, 1-2 Kissen / Yogakissen / Yogapolster und eine kleine Decke, gern auch eine eigene Yogamatte mitbringen!

Kursinformationen unter E-Mail: katja.wenzel@posteo.de

Kurs 302

Beginn: 17.08.2026

Termine: 14 x Mo.,
19:30 - 21:00 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule
Raum 37

Gebühr: 112,00 €

Kurs 304

Beginn: 24.09.2026
Termine: 10 x Do.,
10:00 - 11:30 Uhr
Ort: Gemeindehaus
Groß Grönau,
Großer Sitzungssaal
Gebühr: 96,00 €
(nur noch Warteliste)

Sanfter Hatha-Yoga - sich wahrnehmen, entspannen, wohlfühlen (Groß Grönau)

Leitung: Annegret Frederich

In diesem Kurs werden sanfte Yoga-Übungen durchgeführt, die keinen Teilnehmer überfordern und die sich den individuellen Möglichkeiten der Übenden anpassen. Gezielte Übungen für Rücken, Nacken und Schultern helfen Beschwerden in diesen Bereichen vorzubeugen oder zu bessern. Wir werden versuchen, dabei die innere Achtsamkeit zu schulen. Hierdurch können wir lernen, den Körper sensibler wahrzunehmen, eigene Grenzen zu erkennen und zu akzeptieren. Entspannungs- und Atemübungen ermöglichen es uns, mehr innere Ruhe und Ausgeglichenheit zu erlangen. So können Stresssituationen besser bewältigt werden.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dickere Socken, 1-2 kleine Kissen, eine Decke und/oder Isomatte

Anmeldung und Kursinformationen unter 0451/6132792



Kurs 306

Beginn: 24.09.2026
Termine: 10 x Do.,
18:30 - 19:30 Uhr
Ort: Gemeindehaus
Groß Grönau
Gebühr: 85,00 €
Anmeldung bei der VHS
Ratzeburg und
Umland e.V.

Finde deine Balance mit Hatha-Yoga

Leitung: Astrid Kubitzki

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Körper, Geist und Seele in Einklang bringen möchten – ganz ohne Vorkenntnisse. In angenehmer Atmosphäre lernst du Schritt für Schritt klassische Yoga-Haltungen (Asanas), Atemübungen (Pranayama) und Entspannungstechniken kennen, die dir helfen, den Alltagsstress abzubauen, deine Beweglichkeit zu fördern und neue Energie zu tanken. Hatha-Yoga eignet sich hervorragend zur Vorbeugung von stressbedingten Beschwerden, Rückenproblemen und Verspannungen. Gleichzeitig unterstützt es dich dabei, mehr Achtsamkeit und Gelassenheit in dein Leben zu bringen. Der Kurs ist von den gesetzlichen Krankenkassen nach §20 SGB V zertifiziert – bei regelmäßiger Teilnahme ist eine (teilweise) Kostenerstattung möglich.

Gönn dir diese bewusste Auszeit – dein Körper wird es dir danken!

Bitte mitbringen: eigene Yogamatte und 1 Decke

Kursinformationen unter akubi@gmx.net

Cantienica® im Yoga

Leitung: Kathrin Noruschat

Yoga kennst Du? Die Cantienica® Methode verfeinert deine Yogaübungen. Du wirst noch mehr lernen, Deinen Körper zu erkennen und zu verstehen.

Du gehst entspannt und aufgerichtet aus Deinen praktizierten „Cantienica® im Yoga“ Stunden.

Der Kurs ist für Dich geeignet wenn Du schon etwas Yogaerfahrung hast und Deine Körpererfahrungen mit der Cantienica®-Methode intensivieren möchtest.

Bitte eine eigene Yogamatte mitbringen!



Qigong für Senioren

Leitung: Uta Fuchs

Qigong ist seit hundert Jahren ein fester Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Doch auch bei uns fasziniert die Harmonie der sanften Bewegungen viele Menschen. Wir erleben in diesem Kurs die entspannende Wirkung unterschiedlicher Übungsreihen, u.a. 18 Harmonische Übungen, 8 Brokate, Fitness-Stab.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Übungen können auch im Sitzen ausgeführt werden. Wir brauchen bequeme Kleidung und flache Schuhe.

Kursinformationen unter: taichi@uta-fuchs.info

Qigong für den Alltag

Leitung: Uta Fuchs

Qigong -Übungen lassen sich gut in den Alltag integrieren. Sie können uns in Schwung bringen oder uns dabei helfen, zur Ruhe zu kommen. Sie lockern Verspannungen und zaubern uns ein Lächeln ins Gesicht.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Wir brauchen bequeme Kleidung und flache Schuhe.

Kursinformationen unter: taichi@uta-fuchs.info

Kurs 308

Beginn: 23.09.2026

Termine: 10 x Mi.,

16:30 - 17:45 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Aula

Gebühr: 90,00 €

Kurs 310.1

Beginn: 02.09.2026

Kurs 310.2

Beginn: 18.11.2026

Termine: je 10 x Mi.,

16:00 - 17:00 Uhr

Ort: Alte Meierei

(Gemeinschaftsraum),
Seestraße 23, Ratzeburg

Gebühr: 99,00 €

Kurs 311.1

Beginn: 02.09.2026

Kurs 311.2

Beginn: 18.11.2026

Termine: je 10 x Mi.,

17:15 – 18:15 Uhr

Ort: Alte Meierei

(Gemeinschaftsraum),
Seestraße 23, Ratzeburg

Gebühr: 99,00 €

Kurs 307.1

Beginn: 01.09.2026

Kurs 307.2

Beginn: 01.12.2026

Termine: je 10 x Di.,
17:30 – 18:30 Uhr

Ort: Alte Meierei
(Gemeinschaftsraum),
Seestraße 23, Ratzeburg
Gebühr: 99,00 €

Qigong der vier Jahreszeiten - bewegte Form

Leitung: Gabriele Rohrer

Für alle die sich aktiv mental und körperlich durch sanfte Bewegungen stärken möchten.

Ein Übungssystem, das Sie ein Leben lang durch alle Jahreszeiten treu begleitet.

Sie erlernen nach und nach jeweils 11 Übungen pro Jahreszeit, die sie dann auch selbständig praktizieren können. Wir brauchen bequeme Kleidung und flache Schuhe.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Zugang ist nicht barrierefrei.

Bei regelmäßiger Teilnahme kann die Erstattung der Kursgebühren bei ihrer Krankenkasse beantragt werden.

Kursinformationen unter: gabriele.rohrer61@gmail.com

Kurs 305.1

Beginn: 03.09.2026

Kurs 305.2

Beginn: 03.12.2026

Termine: je 10 x Do.,
19:15 - 20:15 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule
Aula
Gebühr: 72,00 €

Qigong der vier Jahreszeiten - bewegte Form

Leitung: Gabriele Rohrer

Qigong ist seit hunderten von Jahren ein fester Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Für Menschen, die Zusammenhänge entdecken möchten zwischen Ihrem körperlichen und seelischen Befinden, sowie Abläufen in der Natur und den verschiedenen Lebensphasen.

Für alle die sich aktiv mental und körperlich durch sanfte Bewegungen stärken möchten.

Ein Übungssystem, das Sie ein Leben lang durch alle Jahreszeiten treu begleitet.

Sie erlernen nach und nach jeweils 11 Übungen pro Jahreszeit, die sie dann auch selbständig praktizieren können. Wir brauchen bequeme Kleidung und flache Schuhe.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Der Zugang ist nicht barrierefrei.

Bei regelmäßiger Teilnahme kann die Erstattung der Kursgebühren bei ihrer Krankenkasse beantragt werden.

Kursinformationen unter: gabriele.rohrer61@gmail.com

Tai Chi - (Einsteiger) Das Chi wecken

Leitung: Uta Fuchs

Die langsamen und fließenden Bewegungen beim Tai Chi beruhigen Körper und Geist. Außerdem lockern wir so Verspannungen und stärken die Balance. So können wir vielen Zivilisationskrankheiten aus eigener Kraft entgegenwirken. In diesem Kurs erlernen die Teilnehmer:innen die ersten Figuren aus dem 1. Teil der Langen Form des Yang-Stils. Vorkenntnisse sind von Vorteil. Neueinstieg bitte nur nach Rücksprache mit der Kursleiterin. Die Figuren werden einzeln vorgestellt und wiederholt. (Unterricht auch in den Ferien!) Bei regelmäßiger Teilnahme wird dieser Kurs von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst.

Kursinformationen unter: taichi@uta-fuchs.info

Tai Chi mit dem Fitness-Stab

Leitung: Uta Fuchs

Taiji YangSheng Zhang -Tai Chi mit dem Fitness-Stab ist eine der neuen Übungen aus dem Gesundheits-Qigong. Bei spiralförmigen und runden Bewegungen wird der ganze Körper mit Hilfe des Stabes vom Kopf bis zum Fuß reguliert. Dabei werden die Bewegungen wie beim Tai Chi aus dem Beckengürtel gesteuert. Diese Übungsform setzt sich aus 8 Folgen neben der einfachen Einleitung und dem einfachen Abschluss zusammen.

Stäbe werden von der Kursleiterin gestellt. Durchschnittliche Beweglichkeit genügt. Erste Erfahrungen mit Qigong sind vorteilhaft. Wir brauchen bequeme Kleidung, flache Schuhe, eine Decke/Matte. Kursinformationen unter: taichi@uta-fuchs.info

Tai Chi 1 - Handform

Leitung: Uta Fuchs

Die langsamen und fließenden Bewegungen beim Tai Chi beruhigen Körper und Geist. Außerdem lockern wir so Verspannungen und stärken die Balance. So können wir vielen Zivilisationskrankheiten aus eigener Kraft entgegenwirken. In diesem Kurs erlernen wir den 3. Teil der Langen Form des Yang-Stils.

Bei regelmäßiger Teilnahme wird dieser Kurs von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst.

Für alle TaiChi-Kurse gilt: Neueinsteiger:innen mit Vorkenntnissen nach Absprache mit der Kursleiterin unter: taichi@uta-fuchs.info

Kurs 309.1

Beginn: 01.09.2026

Kurs 309.2

Beginn: 17.11.2026

Termine: je 10 x Di.,

18:30 - 19:30 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Aula

Gebühr: 60,00 €

Kurs 310

Beginn: 21.11.2026

Termin: Sa.,

14:00 - 17:00 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Aula

Gebühr: 30,00 €

Kurs 312.1

Beginn: 31.08.2026

Kurs 312.2

Beginn: 16.11.2026

Termine: je 10 x Mo.,

16:15 - 17:15 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Aula

Gebühr: 60,00 €

Kurs 313.1

Beginn: 31.08.2026

Kurs 313.2

Beginn: 16.11.2026

Termine: je 10 x Mo.,

17:30 - 18:45 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Aula

Gebühr: 75,00 €

Kurs 314.1

Beginn: 31.08.2026

Kurs 314.2

Beginn: 16.11.2026

Termine: je 10 x Mo.,

19:00 - 20:15 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Aula

Gebühr: 75,00 €

Kurs 316.1

Beginn: 09.09.2026

Kurs 316.2

Beginn: 25.11.2026

Termine: 10 x Mi.,

9:30 - 10:30 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Aula

Gebühr: 56,00 €

**Kurs 317.1**

Beginn: 10.09.2026

Kurs 317.2

Beginn: 26.11.2026

Termine: je 10 x Do.,

18:00 - 19:00 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Aula

Gebühr: 56,00 €

Tai Chi 2 - Handform und Schwert

Leitung: Uta Fuchs

Locker weiter: Die Teilnehmer:innen genießen den kompletten Ablauf der Langen Form des Yang-Stils, arbeiten weiter an den Details. Wir beginnen mit der 32er-Schwert-Form.

Neueinsteiger:innen mit Vorkenntnissen nach Absprache mit der Kursleiterin

Kursinformationen unter: taichi@uta-fuchs.info

Tai Chi 3 - Handform, Schwert, Doppelfächer

Leitung: Uta Fuchs

Locker weiter: Die Teilnehmer:innen genießen die Lange Form des Yang-Stils und die 42er-Form mit Doppelfächer. Wir starten mit der Arbeit an der passenden 42er-Schwertform.

Kursinformationen unter: taichi@uta-fuchs.info

**Pilates am Vormittag**

Leitung: Carolin Ewert

Pilates sind schonende, ineinanderfließende Bewegungsabläufe, kombiniert mit kontrollierter Atmung. Pilates hat zum Ziel, Beweglichkeit und Kraft im Körper harmonisch zu entwickeln und so die körpereigene Stabilität erheblich zu steigern.

Einsteiger und Fortgeschrittene jeden Alters sind willkommen. Empfohlen für Wiedereinsteiger und zur allgemeinen täglichen Fitness.

Bitte mitbringen: Pilatesmatte (Yogamatte), Kissen, bequeme Kleidung

Kursinformationen unter 04542/823444

Pilates am Abend

Leitung: Carolin Ewert

Pilates sind schonende, ineinanderfließende Bewegungsabläufe, kombiniert mit kontrollierter Atmung. Pilates hat zum Ziel, Beweglichkeit und Kraft im Körper harmonisch zu entwickeln und so die körpereigene Stabilität erheblich zu steigern.

Einsteiger und Fortgeschrittene jeden Alters sind willkommen. Empfohlen für Wiedereinsteiger und zur allgemeinen täglichen Fitness.

Bitte mitbringen: Pilatesmatte (Yogamatte), Kissen, bequeme Kleidung

Kursinformationen unter 04542/823444

ZENbo® Balance – Entspannung & Bewegung im Einklang (Schmilau)

Leitung: Astrid Kubitzki

Finde deine innere Balance und tauche ein in die wohlthuende Welt von ZENbo® Balance – einer sanften Kombination aus Meditation, fließenden Bewegungen und achtsamer Entspannung. Dieser Kurs vereint Elemente aus fernöstlichen Entspannungstechniken mit modernen Bewegungskonzepten und schenkt dir mehr Ruhe, Kraft und Gelassenheit.

Was erwartet dich:

Sanfte Körperübungen aus dem Qi Gong, Hatha-Yoga und Tai Chi für mehr Beweglichkeit; Achtsamkeit & Meditation zur

Stressreduktion; Atemtechniken für innere Ruhe;

Tiefenentspannung für mehr Wohlbefinden

Was du mitbringen solltest:

Isomatte, Decke und Kissen für deine Komfortzone und etwas zu trinken für deine Pausen;

Schreibsachen für persönliche Notizen

Kursinformationen unter akubi@gmx.net

Kurs 327

Beginn: 21.09.2026

Termine: 8 x Mo.,

18:45 - 19:45 Uhr

Ort: Dorfgemeinschafts-

haus "Alte Schule",

Schmilau

Gebühr: 56,00 €

Zumba® Fitness - Tanz dich fit! (Schmilau)

Leitung: Astrid Kubitzki

Bewegung, Musik und ganz viel gute Laune! In diesem Zumba® Fitness Kurs erlebst du ein energiegeladenes Tanz-Workout zu mitreißenden Rhythmen aus Latin, Pop und internationalen Beats.

Jede Einheit kombiniert einfache Tanzschritte mit effektiven

Fitness-Elementen - ideal für alle, die sich fit halten und dabei

Spaß haben wollen. Der Kurs ist speziell für Einsteiger konzipiert:

Die Choreografien sind leicht zu erlernen und die Lieder werden

über mehrere Wochen hinweg wiederholt, damit du stressfrei

einsteigen und mit jeder Stunde sicherer tanzen kannst.

Was dich erwartet:

Einfache, wiederholbare Tanz-Choreos

Abwechslungsreiche Musik von Salsa bis Reggaeton

Herz-Kreislauf-Training & Koordination

Gute Stimmung und ganz viel Freude an der Bewegung

Mitzubringen sind bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken.

Kursinformationen unter akubi@gmx.net

Kurs 326

Beginn: 21.09.2026

Termine: 10 x Mo.,

17:30 - 18:30 Uhr

Ort: Dorfgemeinschafts-

haus "Alte Schule",

Schmilau

Gebühr: 70,00 €

Kurs 329.3

Beginn 18.08.2026

Kurs 329.4

Beginn: 27.10.2026

Termine: 8 x Di.,

16:15 - 17:00 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Aula

Gebühr: 45,00 €

Kurs 327.3

Beginn: 19.08.2026

Termine: 8 x Mi.,

18:00 - 19:00 Uhr

Kurs 327.4

Beginn: 28.10.2026

Termine: 8 x Mi.,

18:00 - 19:00 Uhr

Kurs 328.3

Beginn: 19.08.2026

Termine: 8 x, Mi.,

19:15 - 20:15 Uhr

Kurs 328.4

Beginn: 28.10.2026

Termine: 8 x, Mi.,

19:15 - 20:15 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Aula

Gebühr: 50,00 €

Zumba gold®

Leitung: Mareike Voigt

Zumba gold® ist die einfachere Form des Tanzfitnessprogramms zu lateinamerikanischer Musik. Der Kurs ist ideal für Zumba® / Sport Neueinsteigerinnen und Neueinsteiger, für aktive Ältere und für diejenigen, die ihre Kondition und Koordination wieder aufbauen möchten. Das Tempo ist angepasst und es wird auf Drehungen und Sprünge verzichtet. Zumba gold® verbindet Training, Entertainment und Kultur zu einem einzigartigen Tanz-Fitness-Erlebnis!

Bitte mitbringen: Sportschuhe, Handtuch, Getränk

Kursinformationen unter mareike@zumba-mit-mareike.de**Zumba® fitness: Tanzen, Spaß und Fitness!**

Leitung: Mareike Voigt

Der Kurs ist ein energiegeladenes Tanz-Fitness-Programm für jedermann!

Es werden spielerisch Kalorien verbrannt, in dem Du dich zu mitreißenden Rhythmen wie Salsa, Merengue, Bachata bewegst. Zumba® ist eine Kombination aus Aerobic und einfachen, intuitiven Tanzschritten, die den Körper formen und die Ausdauer verbessern. Keine Vorkenntnisse nötig – einfach tanzen, lachen und fit werden. Komm vorbei und hab Spaß an der Bewegung. Ich freue mich auf dich!

Bitte mitbringen: Sportschuhe, Handtuch, Getränk

Kursinformationen unter mareike@zumba-mit-mareike.de

Rückenfit - alles für einen gesunden Rücken

Leitung: Mareike Voigt

Dieser Kurs ist für alle, die bestehende Rückenschmerzen lindern oder vorbeugen möchten. Du lernst, wie du deine Wirbelsäule mobilisierst, Verspannungen löst, deine Rumpfmuskulatur kräftigst, deine Körperhaltung verbesserst und Rückschmerzen vorbeugst – alles für einen gesunden Rücken!

Bitte mitbringen: Sportschuhe, bequeme Kleidung, großes und kleines Handtuch, Sportmatte (wenn vorhanden)

Kursinformationen unter mareike@zumba-mit-mareike.de



Rückenfit- alles für einen gesunden Rücken

Leitung: Mareike Voigt

Dieser Kurs ist für alle, die bestehende Rückenschmerzen lindern oder vorbeugen möchten. Du lernst, wie du deine Wirbelsäule mobilisierst, Verspannungen löst, deine Rumpfmuskulatur kräftigst, deine Körperhaltung verbesserst und Rückschmerzen vorbeugst – alles für einen gesunden Rücken!

Bitte mitbringen: Sportschuhe, bequeme Kleidung, großes und kleines Handtuch, Sportmatte (wenn vorhanden)

Kursinformationen unter mareike@zumba-mit-mareike.de

Entdecke die Kunst des Aikido

Leitung: Werner Lättig

Tauche ein in die faszinierende Welt des Aikido, einer japanischen Kampfsportart, die Körper und Geist in Einklang bringt. Aikido lehrt nicht nur effektive Techniken zur Selbstverteidigung, sondern fördert, neben der Verbesserung der Fitness und der mentalen Stärke auch inneren Frieden und Selbstbewusstsein. In unseren Trainingseinheiten entdeckst du, wie du durch fließende Bewegungen und gezielte Atemtechnik deine Energie bündeln und kontrollieren kannst. Egal, ob du ganz am Anfang stehst oder bereits Bewegungserfahrungen mitbringst, unsere erfahrenen Trainer begleiten dich auf deinem Weg zu mehr Balance und innerer Ruhe.

Kursinformationen unter 0178-7817319

Kurs 330.3

Beginn: 18.08.2026

Kurs 330.4

Beginn: 27.10.2026

Termine: 8 x, Di.,

17:15 - 18:15 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule
Aula

Gebühr: 50,00 €

Kurs 331.3

Beginn: 20.08.2026

Kurs 331.4

Beginn: 29.10.2026

Termine: je 8 x Do.,

17:30 - 18:30 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule
Raum 37

Gebühr: 50,00 €

Kurs 360

Beginn: 09.09.2026

Termine: 12 x Mi,

19:00 - 21:00 Uhr

Treffpunkt: Eingang

Bundespolizei,

Mechower Straße 6

Gebühr: 84,00 €

Kurs 350

Beginn 05.09.2026

Termine: Sa.,

10:00 - 16:00 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Raum 28

ohne Gebühr

Anmeldung bei der
VHS Ratzeburg und
Umland e.V. oder direkt bei der
Angehörigenschule unter
<http://www.angehoerigenschule.de/buchung/>

Grundkurs Nachbarschaftshilfe

Leitung: Die Angehörigenschule

Wer als Pflegebedürftiger zu Hause lebt, hat gegenüber seiner Pflegekasse einen Anspruch auf einen Entlastungsbetrag von monatlich bis zu 125 Euro. Dieser Betrag kann unter anderem eingesetzt werden zur Aufwandsentschädigung für eine ehrenamtliche Unterstützung durch Nachbarn. Die Nachbarschaftshilfe kann zum Beispiel bedeuten: Begleitung und Betreuung beim Einkaufen, bei Arztbesuchen, zu einem Seniorennachmittag, einem Cafébesuch oder bei einem Spaziergang.

Um die Nachbarschaftshilfe zu fördern, bietet DIE ANGEHÖRIGENSCHULE diesen kostenlosen Grundkurs in Zusammenarbeit mit der BARMER GEK für ehrenamtlich Helfende an. Er besteht aus 8 Unterrichtseinheiten = 6 Stunden. Nach erfolgter Teilnahme erhält der/die Teilnehmende ein Zertifikat, welches als Qualifikationsnachweis bei der Pflegekasse dient.

Kursinformationen unter 040 25767450



Kurs 354

Beginn: 17.12.2026

Termine: Do.,

17:00 - 20:00 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Raum 28

ohne Gebühr

Anmeldung bei der
VHS Ratzeburg
oder direkt bei der
Angehörigenschule unter
<http://www.angehoerigenschule.de/buchung/>

Orientierungskurs Demenz

Leitung: Die Angehörigenschule

In diesem Kurs erhalten Sie ausführliche Grundlagen zum Krankheitsbild Demenz. Der Orientierungskurs Demenz bietet in 3 Stunden eine Kompakteinführung zum Thema Demenz. Erste Informationen zu Krankheitsbild, Diagnostik, Alltagsgestaltung und Kommunikation. Und natürlich werden auch Ihre aktuellen Fragen - soweit möglich - geklärt.

Kursinformationen unter 040 25767450

Essen und Trinken

Das 1x1 des gesunden Sauerteigbrotbackens - auch glutenfrei (Anfänger)

Leitung: Natalie Kupper

Sauerteigbrot schmeckt nicht nur besser und ist viel bekömmlicher als andere Brotsorten, sondern bietet zusätzlich einige gesundheitliche Vorteile. Einer davon besteht darin, dass der Glutengehalt beim Gehen des Teiges durch die Fermentation deutlich reduziert wird, sodass viele glutensensible Menschen Sauerteigbrot vertragen. Auf die vielen weiteren Vorteile, Tipps & Tricks zur Erleichterung der Handhabung, sogar ungewöhnliche Anwendungen dieser Teigart wird in diesem Kurs näher eingegangen - damit dem Backgenuss nichts mehr im Wege steht! Die Teilnehmenden setzen Brot-Teige an und führen diese, erwerben theoretisches Wissen und bekommen Antworten auf die Fragen.

Zusätzlich zur Kursgebühr wird eine Umlage für die Zutaten erhoben, die an die Kursleiterin zu zahlen ist. Bitte mitbringen: mittlere Schüssel, Teigschaber und Getränk
Kursinformationen unter 0157 740 194 32

Wie das Backen mit Sauerteig sicher gelingt (Fortgeschrittene)

Leitung: Natalie Kupper

Sauerteigbrot schmeckt nicht nur besser und ist viel bekömmlicher, als andere Brotsorten, sondern bietet zusätzlich einige gesundheitliche Vorteile. Einer davon besteht darin, dass viele glutensensible Menschen Sauerteigbrot sogar wieder vertragen. Der einmal angesetzte Teig kann bis zu zwei Wochen im Kühlschrank aufbewahrt sowie zeitlich beliebig zum Backen eingesetzt werden. Die Teilnehmenden haben die Möglichkeit, (neue) Techniken / Backweisen / Rezepte kennen zu lernen, ihre Fragen zu stellen sowie Probleme zu klären damit dem Backgenuss nichts mehr im Wege steht! Damit das Ganze nicht nur Theorie bleibt und man in den Genuss von köstlichem selbstgebackenem Sauerteig-Gebäck kommen kann, werden gemeinsam Backwaren gebacken und mit Beilagen verköstigt. Eine vorherige Teilnahme an den Anfängerkursen ist nicht erforderlich.

Zusätzlich zur Kursgebühr wird eine Umlage für die Zutaten erhoben, die an die Kursleiterin zu zahlen ist. Bitte mitbringen: mittlere Schüssel, Teigschaber und Getränk
Kursinformationen unter 0157 740 194 32

Kurs 373.1

Beginn: 06.10.2026

Kurs 373.2

Beginn: 08.12.2026

Termin: Di.,

17:00 - 20:00 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Küche

Gebühr: 24,00 €

Kurs 374.1

Beginn: 10.11.2026

Termin: Di.,

17:00 - 20:00 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Küche

Gebühr: 24,00 €

Kurs 372

Beginn: 27.10.2026

Termin: Di.,

17:00 - 20:00 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Küche

Gebühr: 24,00 €

Abnehmen und Entgiften leicht in Alltag integrieren

Leitung Natalie Kupper

Bereits ein Entlastungstag pro Woche (Gemüse-/Reis-/Safttag) bringt wesentliche gesundheitliche Vorteile mit sich. Kaum eine Maßnahme ist so alltagstauglich und leicht umzusetzen, wenn es um abnehmen und entgiften geht. Fast nebenbei verbessert sich das Hautbild, die Verdauungsorgane werden entlastet, man fühlt sich vitaler und leistungsfähiger. Auch weitere wirkungsvolle Abnehm-Methoden ganz ohne lästiges Kalorienzählen und Jo-Jo-Effekt werden in diesem Kursus behandelt.

Kursinformationen unter 015774019432

Vortrag 379

Beginn: 14.09.2026

Termin: Mo.,

19:00 - 20:00 Uhr

Ort: Stadtbücherei

Ratzeburg

ohne Gebühr

Nachhaltig essen – aber richtig: Prioritäten statt Perfektion

Vortrag: Prof. Dr. Melanie Speck

Nachhaltig essen bedeutet nicht Perfektion, sondern kluge Prioritäten. Dieser Vortrag zeigt Verbraucherinnen und Verbrauchern, welche Entscheidungen im Alltag den größten Unterschied für Umwelt und Gesundheit machen. Statt komplizierter Regeln stehen praktikable Strategien im Mittelpunkt, die sich leicht umsetzen lassen. So wird nachhaltige Ernährung realistisch und alltagstauglich. Dieser Vortrag findet in Kooperation mit dem Lauenburgischen Kunstverein und dem Forum Kultur & Umwelt statt.



Gesunde Zähne von klein auf bis ins hohe Alter

Leitung Natalie Kupper

Regelmäßige Besuche beim Zahnarzt sind das A&O. Was aber als tatkräftige Unterstützung und Ergänzung von jeder/m selbständig getan werden kann, sind Zahngesundheit unterstützende Maßnahmen sowie Optimierung der zahnfreundlichen Ernährung. Weitere Faktoren spielen hier auch eine große Rolle – Stress, Atmen durch den Mund (besonders bei Kindern gefährlich), zeitiges Management sowie die Art des Putzens - um Einige zu nennen. Wir sprechen über alles Wichtige zu dem Thema aus ernährungswissenschaftlicher Sicht und gehen auf konkrete Probleme ein, sodass für alle Teilnehmenden passende Strategie ausgearbeitet wird.

Bitte mitbringen: mittlere Schüssel, Backform, Teigschaber und ein Getränk

Kursinformationen unter 015774019432



Das 1x1 des gelungenen Fermentierens

Leitung: Natalie Kupper

Das gute alte Sauerkraut kennt (fast) jede/r, dass es auch mit vielen Lebensmitteln funktioniert, wissen eher wenige. Gemüse-/Obstsorten, aber auch Teige, Milch, Nüsse usw. eignen sich hervorragend zum Selbstfermentieren. Sogar... Wasser! Bekömmlichkeit steigt, neue Vitalstoffe entstehen, die Bioverfügbarkeit bereits enthaltener Stoffe steigt. Zucker und Kohlenhydrate werden dabei abgebaut - ein Vorteil für den zuckerkranken/figurbewussten Menschen. Selbstfermentieren ist eine günstige, einfache sowie schonende Konservierungsmethode. Der Zeitaufwand ist gering, Kosten minimal, Ergebnis hervorragend. Ein Kurs mit praktischer Anleitung und Mitmachen mit gemeinsamen Schlemmen.

Zusätzlich zur Kursgebühr wird eine Umlage für die Zutaten erhoben, die an die Kursleiterin zu zahlen ist. Bitte mitbringen: mittlere Schüssel, Teigschaber und Getränk

Kursinformationen unter 0157 740 194 32

Kurs 371

Beginn: 03.11.2026

Termin: 1 x Di.,

17:00 - 21:00 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Küche

Gebühr: 32,00 €

Kurs 376.1

Beginn: 08.09.2026

Termin: Di.,

17:00 - 20:00 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Küche

Gebühr: 24,00 €

Kurs 378

Beginn: 25.09.2026

Termine: Fr.,

17:00 - 21:00 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Küche

ohne Gebühr

Länderküche - Syrien

Leitung: Tarek Al Shadidi

Ein kulinarisches Vergnügen für Freunde der syrischen Küche!

Deftig, gesund und mit wenig Fett werden Sie eine Auswahl syrischer Gerichte kennenlernen!

Es erwartet Sie diesem Abend nicht nur eine kulinarische, sondern auch eine informative Reise durch Syrien.



**Interkulturelle
Woche 2026**

dafür!

Interkulturelle Woche

27. Sept – 04. Okt 2026

Tag des Flüchtlings:

02. Oktober 2026



Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und sich verstärkende Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen. Die herkunftssprachliche und fremdsprachliche Kompetenz gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens. Wie keine andere Bildungseinrichtung unterstützen die Volkshochschulen die Menschen in Europa dabei, das sprachenpolitische Ziel „Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas zu fördern.

Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen die Volkshochschulen den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) in Kursplanung, Sprachberatung und Unterricht ein. Der GER beschreibt die Sprachkompetenz in sechs verschiedenen Niveaustufen und steht für einen kommunikations- und handlungsorientierten Sprachunterricht.



EOK.SH und STAFF.SH

STAFF.SH-Kurse (Starterpaket für Flüchtlinge in Schleswig-Holstein) und EOK.SH-Kurse (Erstorientierungskurse in Schleswig-Holstein) dienen der sprachlichen Erstorientierung. Zugangsvoraussetzungen zu den Kursen:

- Zugang zu STAFF-Kursen haben Personen mit einer Duldung und unter bestimmten Voraussetzungen Personen mit Wartezeit zum Integrationskurs.
- Zugang zu EOK-Kursen haben Personen mit einer Aufenthaltsgestattung und mit Wartezeit zum Integrationskurs. Keinen Zugang haben Personen aus sicheren Herkunftsländern, Personen, die im Rahmen des Familiennachzugs nach Deutschland gekommen sind, sowie Personen mit Duldung (Ausnahme: bei Duldung nach §60a Abs. 2 Satz 3 besteht die Teilnahmeberechtigung).

Seit 2015 führt die Volkshochschule Ratzeburg und Umland e.V. Sprachkurse für Zuwanderer und Geflüchtete durch. Nach den Sommerferien starten neue Kurse, der genaue Termin stand bei Drucklegung noch nicht fest

Die Sprachprüfungen werden bei uns durch das telc-Institut abgenommen.

Bei Interesse wenden Sie sich bitte zu den Öffnungszeiten

Montag und Freitag von 9.30 - 11.30 Uhr

Donnerstag von 16.00 - 18.00 Uhr

(in den Ferien nur nach Terminabsprache)

an unser Büro im Seminarweg 1, Raum 26.

Ihre Ansprechpartnerin für die Sprachkurse ist Frau Tessmer



Kursportal Schleswig-Holstein

- Den richtigen Kurs finden
- Informieren und vergleichen
- Über 1.000 Anbietende

www.sh-kursportal.de

Gefördert durch: SH  Schleswig-Holstein
Ministerium für Wirtschaft,
Verkehr, Arbeit, Technologie
und Tourismus

Dozent:innen / Kursleiter:innen gesucht

Haben Sie Lust Kursleiter:in bei uns zu werden?

Teilen Sie ihr Wissen oder ihr besonderes Talent und gestalten Sie mit uns lebendige Lernwelten:

- **Ob Sprache, Technik, Natur oder Kreativität – bei uns finden Sie ein Forum, um Ihr Fachwissen oder Hobby mit anderen zu teilen.**
- **Ob Kurs, Workshop oder Vortrag – bei uns können Sie Ihre Ideen kreativ umsetzen und Menschen begeistern.**
- **Sie lieben es, mit Menschen zu arbeiten und sie zu fördern? Dann sind Sie bei uns willkommen!**
- **Ob als Nebenverdienst oder ehrenamtliches Engagement – bei uns finden Sie spannende Herausforderungen.**

Haben Sie schon eine konkrete Vorstellung? Dann melden Sie sich direkt bei uns, wir freuen uns auch über neue Ideen!

Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung telefonisch unter 04541 891386 oder per mail an info@vhs-ratzeburg.de

Sprach-Cafe

Leitung: Marianne Bettelhäuser / Hans-Jörg Bettelhäuser

Im Sprach-Café können Menschen mit Migrationshintergrund in einer entspannten Atmosphäre ihre Kommunikationsfähigkeiten mithilfe von Muttersprachler*innen verbessern und lockerer darin werden, sich in der deutschen Sprache zu unterhalten. Das Sprach-Café bietet eine wertvolle zusätzliche Möglichkeit, die Sprache außerhalb eines Klassenraums zu vertiefen. Diese Lerngruppe ist als Unterstützung und Treffpunkt für Selbstlerner*innen im Bereich Deutsch gedacht.

Kurs 444

Beginn: 19.08.2026
Termine: mittwochs,
10:30 - 12:00 Uhr
Ort: Stadtbücherei
Ratzeburg
ohne Gebühr

keine Anmeldung
erforderlich



Englisch

Kurs 416

Beginn: 03.09.2026

Termine: 14 x Do.,

19:00 - 20:30 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Raum 27

Gebühr: 84,00 €

Englisch für Wiedereinsteiger

Leitung: Thomas Gemmecke

Das Schulenglisch vergessen und nicht mehr angewendet?

In diesem Kurs frischen wir Ihre Kenntnisse auf.

Unterrichtsmaterial: Wird bei Unterrichtsbeginn bekannt gegeben



Kurs 403

Beginn: 26.08.2026

Termine: 15 x Mi.,

9:30 - 11:00 Uhr

Ort: Schragenstraße 5,

Ratzeburg

Gebühr: 90,00 €

Englisch Conversation für Fortgeschrittene

Leitung: Iain Macnab

Use and improve your good English in this "read and discuss" group.

We explore topical news stories, classical texts, even poems and examine words, phrases, idioms and dialects.

Kurs 418

Beginn: 26.10.2026

Termine: 10 x Mo.,

16:00 - 17:30 Uhr

Ort: Ernst-Barlach-Schule

Raum 28

Gebühr 65,00 €

Englisch Aufbaukurs (B1)

Leitung: Manfred Neuber



Der Kurs führt zu Stufe B1 und behandelt die gesamte Grundgrammatik des Englischen. Bei der mündlichen Kommunikation geht es um die Themen aus dem "kleinen Lebenskreis" Alltag, Familie, Beruf und Freizeit.

Lehrbuch: "headway pre-intermediate Part B"

Französisch

Visite guidée - Stadtführung Ratzeburg

Französisch ab Niveau A2

Leitung: Ulrike Spangenberg

Bei diesem Spaziergang durch die Innenstadt erfahren Sie Wissenswertes über Ratzeburg – in einfachem Französisch. Diesmal erkunden wir die Innenstadt rund um den Marktplatz. Vielleicht mögen Sie selbst eigene Erinnerungen oder Erlebnisse beitragen? Ganz auf französisch – wie im Urlaub. Sie bekommen eine kleine Vokabelliste mit wichtigen Begriffen an die Hand.

Informationen bei der Kursleitung: Tel. 04541/83214

Französisch Leichte Konversation A2

Leitung: Ulrike Spangenberg

Sie haben das Niveau A2 erreicht und können sich bereits mit einfachen Sätzen in alltäglichen Situationen verständigen. Wir festigen das bisher Erreichte mit Übungen zum Verstehen, zu Wortschatz und Grammatik, vor allem jedoch, indem wir viel sprechen.

Unterrichtsmaterial: wird zu Kursbeginn bekanntgegeben.

Kursinformationen unter 04541/83214



Matinée française (Stufe B2)

Leitung: Ulrike Spangenberg

Un cours de conversation et de lecture avec beaucoup de plaisir. Nous lisons et discutons un roman français ainsi que des textes sur des sujets divers.

Dazu je nach Interessen Spiele, Musik, kurze Videos o.ä. Der Schwerpunkt liegt auf dem Sprechen.

Unterrichtsmaterial: in Abstimmung mit den Teilnehmern

Kursinformationen unter 04541/83214

Kurs 406

Beginn: 19.09.2026
Anmeldung: bis 14.09.2026
bei der VHS
Termin: Sa.,
10:30 - 12:00 Uhr
Treffpunkt: Marktplatz
"Altes Rathaus"
Gebühr: 10,00 €

Kurs 407

Beginn: 15.09.2026
Termine: 14 x Di.,
18:00 - 19:30 Uhr
Ort: Schrankenstraße 5,
Ratzeburg
Gebühr: 84,00 €

Kurs 408

Beginn: 15.09.2026
Termine: 14 x Di.,
10:00 - 11:30 Uhr
Ort: Schrankenstraße 5,
Ratzeburg
Gebühr: 112,00 €, gestaffelt nach Teilnehmerzahl
ab 8 TN 84,00 €
ab 7 TN 96,00 €
ab 6 TN 112,00 €
ab 5 TN 135,00 €

Kurs 411

Beginn: 15.09.2026
Termine: 12 x Di.,
18:00 - 19:30 Uhr
Ort: Gemeindehaus
Groß Grönau
Gebühr: 126,00 €

Kurs 405

Beginn: 03.09.2026
Termine: 10 x Do.,
17:00 - 18:30 Uhr
Ort: Ernst-Barlach-Schule
Raum 35
Gebühr: 68,00 €

Kurs 420

Beginn: 31.08.2026
Termine: 14 x Mo.,
18:00 - 19:30 Uhr
Ort: Ernst-Barlach-Schule
Raum 27
Gebühr: 84,00 €

Kurs 421

Beginn: 31.08.2026
Termine: 14 x montags,
19:30 - 21:00 Uhr
Ort: Ernst-Barlach-Schule
Raum 27
Gebühr: 84,00 €

Italienisch

Italienisch für Fortgeschrittene (Groß Grönau)

Leitung: Dr. Luciana Luzi-Wünsch

Lehrbuch: Qua e là per l' Italia
(Kleingruppe/Kursgebühr bei 5 Teilnehmern)
Kursinformationen unter 04509/712256



Russisch

Russisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

Leitung: Galina Olenberg

"Weiter mit Russisch" ist der Kurs für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen. Herzlich willkommen an alle, die ihre Russischkenntnisse auffrischen möchten. In entspannter Atmosphäre werden Sie mit einer Muttersprachlehrerin Ihren Wortschatz und das freie Sprechen üben und erweitern.
Kursinformationen unter 04541/858092

Spanisch

Spanisch für Anfänger

Leitung: Thomas Gemmecke

In entspannter Atmosphäre lernen wir Spanisch!
Lehrbuch- und Übungsbuch: Espanol Actual 1 ab Lektion 1



Spanisch für Fortgeschrittene

Leitung: Thomas Gemmecke

In entspannter Atmosphäre lernen wir Spanisch! Fortsetzung
Lehrbuch und Übungsbuch: Espanol Actual 1 ab Lektion 4
(Kursgebühr ab 8 Teilnehmer)



Beruf und IT



Programmbereich „Qualifikation für das Arbeitsleben – IT – Organisation/Management“
Fit für den Beruf – Weiterkommen mit der VHS
Beruf und Arbeit sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung und Bewahrung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil der Volkshochschularbeit.

Berufliche Weiterbildung setzt an bei Kompetenzen wie Lernfähigkeit und Sprachkenntnissen und reicht bis zu abschlussbezogenen Qualifizierungslehrgängen. Der kompetente Umgang mit Informationstechnologie und den Neuen Medien ist ein Schwerpunkt des Programmbereichs „Arbeit und Beruf“. Ebenfalls stark vertreten: Fachlehrgänge für das berufliche Weiterkommen in kaufmännischen, betriebswirtschaftlichen und technischen Bereichen sowie zur Optimierung von Managementkompetenzen. Angebote zu Querschnitts-Themen, wie Rhetorik, Selbstmarketing und Kreativitätstrainings stärken berufliche und persönliche Kompetenzen. Beruflich qualifizierende und verwertbare Kurse finden sich aber auch im Angebot anderer Programmbereiche: zum Beispiel interkulturelle Kompetenztrainings, Angebote der Betrieblichen Gesundheitsvorsorge, Vorträge zum Thema Kind und Karriere oder berufsbezogene Sprachkurse.

Erste Hilfe im Umgang mit Computer/Tablet & Co

Leitung: Danny-Patrick Sturm

Die Digitalisierung schreitet immer weiter voran, doch sie kann auch Vorteile bringen. Nicht selten fühlt man sich jedoch überfordert und benötigt Unterstützung. Meist sind die Grundlagen da, doch erscheint eine unbekannte Maske, folgt die Angst etwas falsch zu machen. Der Kursleiter hilft hier bei der Lösung des Problems.

Da es sich um ein offenes, 14-tägiges Angebot handelt, ist der Einstieg jederzeit möglich. Wir bitten jedoch um eine Voranmeldung. Die Teilnehmer brauchen keine Vorkenntnisse zu haben. Für jeden Teilnehmer steht ein eigener Laptop zur Verfügung.

Kurs 501

Beginn: 21.08.2026

Termine: 8 x 14tägig, Fr.,
10:00 - 11:30 Uhr

Ort: Schrangestraße 5,
Ratzeburg
ohne Gebühr

barrierefreier Zugang



Kurs 513

Beginn: 14.08.2026
Termine: 10 x 14tägig, Fr.,
10:00 - 11:30 Uhr
Ort: Schragenstraße 5,
Ratzeburg
ohne Gebühr

barrierefreier Zugang

Kurs 508.1

Beginn: 15.09.2026

Kurs 508.2

Beginn: 03.11.2026

Termine:

5 x dienstags,
bereits ausgebucht
Ort: Schragenstraße 5,
Ratzeburg
Gebühr: 52,00 €

Kurs 509.1

Beginn: 14.09.2026

Kurs 509.2

Beginn: 02.11.2026

Termine: 5 x Mo.,
15:00 - 17:00 Uhr
Ort: Schragenstraße 5,
Ratzeburg
Gebühr: 52,00 €

**Smartphone-Workshop für Android-Geräte**

Leitung: Dr. Herwig Nöthel

In diesen Workshops erhalten Sie einen Überblick über die Arbeitsweisen und Funktionen Ihres Smartphones. Insbesondere werden an den einzelnen Terminen Hilfestellungen auf Ihre individuellen Fragen gegeben, wie z.B. ein Google-Konto erstellen oder Apps aus dem Playstore installieren.

Es sind alle Marken und Modelle möglich, auf denen ein Android-Betriebssystem installiert ist. Bringen Sie bitte das Smartphone mit Ladegerät und falls vorhanden Betriebsanleitung mit und halten Sie die Entsperr- und Pin-Codes bereit.

Die Termine finden vierzehntägig statt.

Die Teilnehmerzahl ist pro Termin auf 6 Personen begrenzt.

Mein Smartphone/iPhone im täglichen Gebrauch

Leitung: Elena Balfanz-Fattakhova

Diese Workshop-Reihe wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Grundkenntnissen bei der Nutzung des Smartphones. Die Teilnehmenden können ihre persönlichen Themen und Fragen aus den Erfahrungen im Umgang mit dem Smartphone einbringen. Weitere Themen, wie z. B. das Herunterladen und die Einrichtung neuer Apps, der Austausch von Dateien, Fotos und Videos zwischen Smartphone und PC, werden erläutert.

Die zusätzlichen Materialkosten in Höhe von 5,00 € werden direkt an die Dozentin gezahlt.

Kursinformationen unter 04541 840102

Computerkurs für Senioren (Anfänger)

Leitung: Elena Balfanz-Fattakhova

Wenn Sie schon erste Kenntnisse in den Office-Programmen haben, aber dennoch Hilfe brauchen, haben Sie hier die Möglichkeit, Ihre Kenntnisse zu festigen. Oder wollen Sie Ihre Grundkenntnisse auffrischen oder vertiefen? Dann sind Sie in diesem Workshop richtig. Bringen Sie bitte Ihren Laptop mit. Inhalte: Texte schreiben, korrigieren, speichern, drucken; Rechtschreibung und Grammatik; Aufzählungszeichen und Nummerierung; Kopf- und Fußzeile; Tabelle erstellen, füllen, formatieren, sortieren von Daten nach Alphabet; Einfügen von Grafiken (ClipArt und WordArt); Eine Karte erstellen, Visitenkarten, Adressetikette. Der Unterricht wird individuell durchgeführt.

Eine Gebühr für Materialkosten in Höhe von 5,00 € sind direkt an die Kursleiterin zu zahlen.

Kursinformationen unter 04541 840102

Einführung in EXCEL

Leitung: Dr. Herwig Nöthel

Eine Einführung in die Handhabung der wichtigsten Funktionen des Tabellenkalkulationsprogramms MS Excel 2021: Folgende Themen werden behandelt: Aufbau-, Funktions- und Arbeitsweise des Programms, Tabellen erstellen, formatieren und Layout-Gestaltung, sortieren von Daten, Formeln und Funktionen anwenden, Tabellen und Kalkulationen grafisch darstellen, Autofunktionen.

Die Teilnehmer sollten Vorkenntnisse im Betriebssystem Windows 11 haben. Für jeden Teilnehmer steht ein eigener Laptop zur Verfügung.

Kursinformationen unter 0157/31711651

Einführung in Word

Leitung: Dr. Herwig Nöthel

Eine Einführung in die Handhabung der wichtigsten Funktionen des Textverarbeitungsprogramms MS Word 2021. Folgende Themen werden behandelt: Aufbau, Arbeits- und Funktionsweise des Programmes, Texte erstellen und formatieren, Gliederungen erstellen, Formatvorlagen, Grafik- und Textelemente, Tabellen, Serienbriefe und Adressetiketten.

Die Teilnehmer sollten Vorkenntnisse im Betriebssystem Windows 11 haben.

Für jeden Teilnehmer steht ein eigener Laptop zur Verfügung.

Kursinformationen unter 0157/31711651

Digitalisierung - Digitale Teilhabe für alle

Digitalisierung ist weit mehr als die Nutzung von digitalen Endgeräten wie Smartphone oder Tablet. Das Angebot der Volkshochschulen umfasst deshalb sowohl die vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten als auch die Auseinandersetzung mit den Folgen von Digitalisierung für Gesellschaft und Umwelt. Dazu gehört auch die Integration digitaler Instrumente und Ressourcen in die Weiterbildung. Mit der Schaffung einer technischen Infrastruktur für digitale Lernangebote können die Teilnehmenden ihre digitale Medienkompetenz nicht nur im Präsenzangebot sondern auch im individuellen Lernprozess zu entwickeln.

Kurs 511

Beginn: 14.09.2026

Termine: 6 x Mo.,

19:30 - 21:30 Uhr

Ort: Schrankenstraße 5,

Ratzeburg

Gebühr: 56,00 €

(Kleingruppe)

Kurs 512

Beginn: 10.11.2026

Termine: 4 x Di.,

19:30 - 21:30 Uhr

Ort: Schrankenstraße 5,

Ratzeburg

Gebühr: 40,00 €

(Kleingruppe)

Kurs 502

Beginn: 09.09.2026

Termine: 6 x Mi.,

18:30 - 20:00 Uhr

Ort: Schragenstraße 5,

Ratzeburg

Gebühr: 42,00 €

Linux für Einsteiger –

Kostenlos, sicher und einfach – die smarte Alternative zu Windows

Leitung: Danny-Patrick Sturm

Ihr Computer wird langsam, Windows macht Probleme oder Ihr Gerät wird nicht mehr unterstützt? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie! Linux ist ein kostenloses Betriebssystem, das besonders zuverlässig, sicher und auch für ältere Computer hervorragend geeignet ist.

In diesem Kurs zeigen wir Ihnen Schritt für Schritt, wie Sie Linux auf Ihrem Laptop einrichten und im Alltag ganz einfach nutzen können. Ob Internet, E-Mails, Dokumente oder Fotos – Linux kann alles, was Sie brauchen, und das völlig kostenlos.

Dabei müssen Sie sich keine Sorgen machen: Wir arbeiten in kleiner Gruppe, ganz in Ihrem Tempo, und niemand wird allein gelassen. Fragen sind jederzeit willkommen – denn genau dafür sind wir da!

Das lernen Sie in diesem Kurs:

?? Was Linux ist und warum es eine echte Alternative zu Windows ist

?? Welche Linux-Varianten es gibt und welche am besten zu Ihnen passt

?? Wie Sie im Alltag surfen, E-Mails schreiben und Dokumente bearbeiten

?? Wie Sie Fotos und eigene Dateien verwalten und übertragen

?? Wie Sie Linux sicher und aktuell halten



Digitale Fotografie und Fotobuchgestaltung

Leitung: Elena Balfanz-Fattakhova

Sie haben eine Digitalkamera und wollen Ihre Bilder gern bearbeiten, auf PC oder CD bringen, per E-Mail versenden oder ein Fotobuch erstellen? Dann sind Sie bei uns richtig! In diesem Kurs erhalten Sie einen Überblick über die Software der Firma CEWE, mit der auch die gängigen Fotomärkte und Drogerieketten arbeiten. Grundkenntnisse am PC sind Voraussetzung - bitte bringen Sie Ihre Kamera und ein USB-Kabel mit sowie ca. 50 Fotos auf Stick oder CD mit, die Sie zu einem Buch zusammenstellen möchten. Die zusätzlichen Materialkosten in Höhe von 5,00 € werden direkt an die Dozentin gezahlt.

Kursinformationen unter 04541 840102



Online Vorträge

Die Börsen-Basics - der einfache Start an den Aktienmärkten (Online-Vortrag)

Referentin: N.N.

Die Börse ist kein Buch mit sieben Siegeln. Wer in Aktien investieren möchte, braucht kein BWL- oder VWL-Studium. Ein paar Basics und die recht einfachen "goldenen Regeln der erfolgreichen Geldanlage" genügen, um an der Börse zu starten. In diesem Kurs lernen Sie die wichtigsten Begriffe und Zusammenhänge. Sie erfahren, wie Sie ihren Anlegertyp bestimmen und welche Anlagestrategie zu ihnen passt. Ob Sparplan oder Einmalanlage - Ihrem Start an der Börse dürfte nach diesem Kurs nichts mehr im Wege stehen. Der Zugangslink wird erst nach vorherigem Eingang der Zahlung der Kursgebühr übermittelt.

Kurs 507.1

Beginn: 17.09.2026

Kurs 507.2

Beginn: 05.11.2026

Termine: 5 x Do.,

15:00 - 17:00 Uhr

Ort: Schragenstraße 5,

Ratzeburg

Gebühr: 52,00 €

Vortrag 505

Beginn: 09.11.2026

Termin: Mo.,

19:00 - 20:00 Uhr

Gebühr: 10,00 €

Online - Anmeldung bei
der VHS

Dieser Online-Vortrag wird
in Kooperation mit der VHS
Böblingen-Sindelfingen
durchgeführt.

Vortrag 583

Beginn: 13.10.2026

Termin: Di.,

19:00 - 20:00 Uhr

Online-Vortrag

Gebühr 10,00 €

Anmeldung bei der VHS

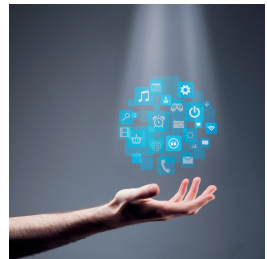
Dieser Online-Vortrag wird in Kooperation mit der VHS Böblingen-Sindelfingen durchgeführt.

Argumentieren ohne Druck (Online-Vortrag)

Referentin: N.N.

Veränderung scheitert selten an Ideen, sondern daran, wie darüber gesprochen wird. In dem Vortrag wird gezeigt, wie Kommunikation Menschen öffnen kann, statt Widerstand zu erzeugen. Auf Grundlage aktueller Forschung wird deutlich, dass gute Argumentation nicht Überzeugung um jeden Preis bedeutet, sondern Dialog ermöglicht, Sinn schafft und Perspektiven verbindet. Es wird erläutert, warum Widerstand häufig ein Kommunikationsproblem ist, wie Sprache Autonomie respektieren kann und weshalb Frames, Identität und Geschichten die Wahrnehmung von Veränderung prägen. Der Vortrag verbindet theoretische Erkenntnisse mit praktischen Impulsen und zeigt Wege zu klarer, offener und respektvoller Kommunikation, die Vertrauen stärkt und Veränderung gemeinsam möglich macht.

Der Zugangslink wird erst nach vorherigem Eingang der Zahlung der Kursgebühr übermittelt.



Vortrag 591

Beginn: 16.09.2026

Termine: Mi.,

19:00 - 20:00 Uhr

Online-Vortrag

Gebühr 10,00 €

Anmeldung bei der VHS

Dieser Online-Vortrag wird in Kooperation mit der VHS Böblingen-Sindelfingen durchgeführt.

Europas digitale Resilienz

Referentin: Nicole Klemens

Europa steht vor einer zentralen Frage: Wie können wir unsere digitale Zukunft selbst gestalten, statt sie anderen zu überlassen. In diesem Live-Online-Vortrag zeigt Martin Hullin, Direktor für das Netzwerk Technologische Resilienz & Souveränität bei der Bertelsmann Stiftung, warum technologische Resilienz und europäische Lösungen nicht nur möglich, sondern entscheidend für die Sicherung einer wettbewerbsfähigen Wirtschaft und stabilen Demokratie sind. Von Open-Source-Initiativen bis zu strategischen Partnerschaften: Erfahren Sie, wie wir gemeinsam eine widerstandsfähige Infrastruktur aufbauen - für mehr Sicherheit, Innovation und Selbstbestimmung.

Der Zugangslink wird erst nach vorherigem Eingang der Zahlung der Kursgebühr übermittelt.

Veranstaltungsorte



1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Volkshochschule Ratzeburg und Umland e.V., Seminarweg 1, 23909 Ratzeburg nachfolgend „VHS“ oder „wir“ genannt, ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Ohne die anzugebenden Daten kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer und der E-Mail-Adresse erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch weitere freiwillige Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet. Durch Angabe Ihrer IBAN können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen. Eine Barzahlung ist jedoch ausgeschlossen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

3. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung. Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

4. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die VHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

5. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

6. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.

Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen. In diesem Fall wird kein Vertrag geschlossen.



Seminarweg 1, 23909 Ratzeburg
Tel.: +49(0)4541-891386, Fax: +49(0)4541-891387
Email: info@vhs-ratzeburg.de
Webseite: www.vhs-ratzeburg.de

Öffnungszeiten:
Montag und Freitag von 9.30 - 11.30 Uhr
Donnerstag von 16.00 - 18.00 Uhr

Bankverbindung: IBAN: DE92 2006 9177 0000 7065 23
Raiffeisenbank Südstormarn Mölln