

# Angebote für

Kinder und Jugendliche,  
Familien,  
Eltern | Pädagogik

Frühjahr/Sommer  
2026



# Inhalt

Seite

<b>Angebote für Kinder und Jugendliche</b>	
Lesungen .....	6
Kunst und Gestalten .....	7
Nähen .....	10
Tanz .....	12
Theater .....	13
Bewegung, Sport und Entspannung .....	14
Persönliche Kompetenzen .....	18
Schreiben .....	19
Sprachen .....	20
Digitale Kompetenzen .....	22
<b>Angebote für Familien</b>	
Kunst und Gestalten .....	24
Musik .....	25
Tanz .....	25
Bewegung, Sport und Entspannung .....	26
Persönliche und digitale Kompetenzen .....	28
Abenteuer .....	29
Backen .....	30
<b>Angebote für Eltern   Pädagogik</b>	
Seminare und Vorträge .....	30

Sie wollen sich/Ihr Kind anmelden? Das geht

- telefonisch unter 0561 1003-1681 oder
- im Internet unter [www.vhs-region-kassel.de](http://www.vhs-region-kassel.de)



Sie haben Fragen zu den Kursen? Kontaktieren Sie gern das Team der jungen vhs:

**Anna Rein**  
(Programmplanung)

0561 1003-1692

[anna-rein@landkreiskassel.de](mailto:anna-rein@landkreiskassel.de)

**Milva Schweitzer**  
(Sachbearbeiterin)

0561 1003-2222

[milva-schweitzer@landkreiskassel.de](mailto:milva-schweitzer@landkreiskassel.de)

Folgen Sie unseren Kanälen:



@vhskassel



@vhsregionkassel

# OSTERFERIENKURSE



FROHE  
Ostern

## Fröhliche Ostersachen nähen

Nähkurs für Kinder von 8 - 12 Jahren  
Sa. 28.3. in Kassel

Seite  
10

## Fröhliche Ostersachen nähen

Nähkurs für Kinder von 8 - 12 Jahren  
Mo. 30.3. in Wolfhagen

Seite  
10

## Kreative Ferien mit Pappmaché, Knete und Malen

Für Kinder von 8 - 12 Jahren  
Mo. 30.3. - Do. 2.4. in Reinhardshagen

Seite  
8

## Erste Nähübungen mit Hand und Nähmaschine

Für Kinder von 8 - 12 Jahren  
Mo. 30.3. - Do. 2.4. in Kassel

Seite  
10

## Hip-Hop-Tanzen

Für Kinder von 8 - 12 Jahren  
Mo. 30.3. - Do. 2.4. in Kassel

Seite  
13

## Kreativ und clever durch die Ferien

Kreativität und Lernspaß für Kinder im  
Grundschulalter  
Mo. 30.3. - Do. 2.4. in Wolfhagen

Seite  
20

## Englisch: English Fun for Beginners

Für Kinder und Jugendliche von  
8 - 12 Jahren  
Mo. 30.3. - Do. 2.4. in Kassel

Seite  
20

## Französisch: Mon premier cours de français

Für Kinder und Jugendliche von  
8 - 12 Jahren  
Mo. 30.3. - Do. 2.4. in Kassel

Seite  
21

## Tastschreiben am Computer

Für Kinder und Jugendliche ab Klasse 4  
Mo. 30.3. - Do. 2.4. in Wolfhagen

Seite  
22

## Bausteindruck - Kreativ drucken mit Lego

Für Kinder im Alter von 6 - 10 Jahren  
Mi. 1.4. und Do. 2.4. in Kassel

Seite  
9

## In der Osterbäckerei

Für Kinder ab 8 Jahren mit einer  
Begleitperson  
Sa. 4.4. in Kassel

Seite  
30

## Mut, Monster und viel Theater

Theaterworkshop für Kinder von 6 - 8 Jahren  
Di. 7.4. - Do. 9.4. in Kassel

Seite  
13

## Tastschreiben am Computer

Für Kinder und Jugendliche ab Klasse 4  
Di. 7.4. - Fr. 10.4. in Lohfelden

Seite  
22

## Menschenbilder malen in lebensgroß

Für Kinder von 7 - 11 Jahren  
Mi. 8.4. und Do. 9.4. in Kassel

Seite  
7

## Raus aus dem Zeichenblock – rein ins Großformat

Menschenbilder malen für Jugendliche von  
12 - 16 Jahren  
Fr. 10.4. und Sa. 11.4. in Kassel

Seite  
8

# SOMMERFERIENKURSE



## **Erste Nähübungen mit Hand und Nähmaschine**

*Für Kinder von 8 - 12 Jahren*

Mo. 29.6. - Do. 2.7. in Kassel

Seite  
10

## **Elfen, Drachen und Androiden**

*Fantasy- und Science-Fiction Schreibwerkstatt*

*für Jugendliche ab 12 Jahren*

Mo. 29.6. - Fr. 3.7. in Kassel

Seite  
19

## **Kreative Ferien mit Pappmaché, Knete und Malen**

*Für Kinder von 8 - 12 Jahren*

Mo. 6.7. - Do. 9.7. in Reinhardshagen

Seite  
8

## **Tastschreiben am Computer**

*Für Kinder und Jugendliche ab Klasse 4*

Mo. 6.7. - Fr. 10.7. in Lohfelden

Seite  
22

## **Nähen mit der Nähmaschine: Kosmetiktasche**

*Für Kinder ab 8 Jahren*

Sa. 11.7. in Naumburg

Seite  
11

## **Englisch: English Fun for Beginners**

*Für Kinder und Jugendliche von 8 - 12 Jahren*

Mo. 13.7. - Fr. 17.7. in Kassel

Seite  
20

## **Französisch: Mon premier cours de français**

*Für Kinder und Jugendliche von 8 - 12 Jahren*

Mo. 13.7. - Fr. 17.7. in Kassel

Seite  
21

## **Knetkunst: Deko aus Salzteig**

*Für Kinder von 8 - 12 Jahren*

Sa. 1.8. in Kassel

Seite  
8

## **Kreativer Lernspaß mit Piratenabenteuer**

*Für Kinder im Grundschulalter*

Mo. 3.8. - Fr. 7.8. in Wolfhagen

Seite  
20

# Angebote für Kinder und Jugendliche

## Angebote für Kinder und Jugendliche

### Lila Lindwurm - „Hüpfvergnügt“

*Musik-Mitmach-Theater für Kinder von 3 - 11 Jahren*

Der Musikclown Anders ist richtig hüpfvergnügt. Sein Urlaubskoffer ist gepackt und bald geht es los in die Ferien. Während er an der Clownshaltestelle auf seinen Bus wartet, hat er aber noch reichlich Zeit mit den Zuschauern zu singen, zu tanzen und davon zu erzählen, was in den Ferien alles passieren kann. Eine fantastische, musikalische Reise vom Baggersee bis hin zum Fußballplatz. Abenteuer-geschichten über einen Detektiv, einen Ritter und die ganz schön pffiffige, jonglierende Annabella Ananas runden das Programm ab. Ein turbulentes, musikalisches Kinderlieder-Geschichten-Mitmach-programm, in der die Zuschauer – ob Groß oder Klein – aktiv in das Geschehen einbezogen werden und nach Herzenslust mitmachen können. Wir bitten um Anmeldung im Büro des Generationenhauses unter Tel: 05675 2519871 oder [office@generationenhaus-huemme.de](mailto:office@generationenhaus-huemme.de)

**Anders Orth**  
**Hofgeismar-Hümme**

Generationenhaus Bahnhof Hümme, Tiefenweg 12, Saal  
Fr. 30.1. / 16:00 - 17:00 Uhr / 5 €

### Der Mensch aus der Sicht eines Hamsters - und warum das Gehirn immer im Spiel ist

*Lesung mit kreativem Anteil für Kinder ab 6 Jahren*

Was ist ein Mensch? Poldi, der Hamster wundert sich. Seine menschliche Mitbewohnerin Maya schläft in der Nacht und teilt ihr Essen freiwillig mit anderen. Warum nur? Zum Glück weiß Sie eine Menge und erklärt gern. So erfährt Poldi, warum das Gehirn Schlaf braucht und wieso Bewegung Körper und Seele guttut. Oder weshalb Menschen sich gern ausprobieren und kreativ sind. Das versuchen wir doch auch gleich mal!

**Susanne Göhlich**  
**Immenhausen**

Glasmuseum, Am Bahnhof 3  
Fr. 12.6. / 16:00 - 17:00 Uhr / 5 €

### Ritter Rost

*Musikalische Lesung mit dem Burgfräulein Bö für alle ab 5 Jahren*

25 Jahre Ritter Rost und kein Ende in Sicht. Mit einem Kinofilm und der Fernsehserie sind die Autoren Jörg Hilbert und Felix Janosa und ihr „etwas anderer Superheld“ Ritter Rost in der Top-Liga der Kinderunterhaltung angekommen. Aber angefangen hat alles, wie so oft, mit einem guten Buch. Bei Ritter Rost sind daraus mittlerweile über 15 Bände geworden und Patricia Prawit, die Originalstimme des Burgfräuleins, möchte Kleine und auch Große in diese wunderbare Bücherwelt von Ritter Rost entführen. Zusammen mit Grafiken und Musik erweckt sie alle lustigen und schrulligen Charaktere der Geschichten in einer einzigartigen One-Woman-Show, die einem Mini-Musical ähnelt, zum Leben. Patricia Prawit - Pardon! - Das Burgfräulein Bö tanzt, tobt, wirbelt, trällert und rockt über die Bühne, bezieht die Kinder ins Geschehen ein und entführt sie in den Fabelwesenwald. Übrigens sind auch „große Kinder“ unbedingt bei den Veranstaltungen erlaubt und dringend erwünscht. Denn der Wortwitz richtet sich nicht immer und nur an die Kinder und so kommen auch Erwachsene bei den Veranstaltungen auf ihre Kosten. Lesungen und Konzerte von Patricia Prawit sind echte Familienprogramme. Wir bitten um Anmeldung im Büro des Generationenhauses unter Tel: 05675 2519871 oder [office@generationenhaus-huemme.de](mailto:office@generationenhaus-huemme.de)

**Patricia Prawit**  
**Hofgeismar-Hümme**

Generationenhaus Bahnhof Hümme, Tiefenweg 12, Saal  
Fr. 20.3. / 16:00 - 17:00 Uhr / 5 €



## Kunst und Gestalten

### Mensch und Tier zeichnen lernen

*Für Kinder und Jugendliche von 10 - 14 Jahren*

In diesem Kurs tauchen wir in die faszinierende Welt des Zeichnens ein! Egal, ob du dich für die Darstellung von Menschen, Tieren oder beidem interessierst - hier bekommst du die Grundlagen und Techniken vermittelt, um deine Zeichenskills auf das nächste Level zu bringen. Schritt für Schritt lernst du, wie du Proportionen, Perspektive und Schatten richtig einsetzt, um lebendige und ausdrucksstarke Zeichnungen zu erschaffen. Dabei erfährst du, wie man Anatomie und Bewegungen von Menschen und Tieren darstellt, wie man Details realistisch einfängt und gleichzeitig der Fantasie freien Lauf lässt. Bitte Stifte und Zeichenblock mitbringen!

**261-22100 / Frances Rose Kramer**

**Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 402

Sa. 14.3., Sa. 21.3., Sa. 28.3. / 12:30 - 14:30 Uhr / 3 Termine / 25 €  
Anmeldung bis: 23.2.

### Mensch und Tier zeichnen

*Für Kinder und Jugendliche von 10 - 14 Jahren*

Dieser Kurs bietet dir den Raum, deine Zeichnungen zu verbessern und neue Techniken auszuprobieren, ganz gleich, auf welchem Level du dich befindest. Am Ende wirst du nicht nur besser zeichnen, sondern auch deine eigene künstlerische Handschrift weiterentwickelt haben! Bitte Stifte und Zeichenblock mitbringen!

**261-22101 / Frances Rose Kramer**

**Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 402

Sa. 14.3., Sa. 21.3., Sa. 28.3. / 10:00 - 12:00 Uhr / 3 Termine / 25 €  
Anmeldung bis: 23.2.

**261-22102 / Frances Rose Kramer**

**Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 405

Sa. 25.4., Sa. 9.5., Sa. 30.5. / 10:00 - 12:00 Uhr / 3 Termine / 25 €  
Anmeldung bis: 13.4.

## Malen, Drucken, Basteln

*Eine Kreativwerkstatt für Kinder  
von 6 - 12 Jahren*

In diesem Kurs entdecken die Kinder verschiedene Gestaltungsarten auf Leinwand, von Pinsel- über Schwamm- bis hin zu Spachtel-techniken. Zusätzlich fertigen wir Linoldruckkarten an und gestalten gemeinsam ein Oster- oder Frühlingsnest aus Karton oder ähnlichen Materialien. In jeder Stunde steht ein freier Kreativbereich mit vielen unterschiedlichen Materialien, Verpackungen und Fundstücken bereit, der zum freien Gestalten einlädt und die Fantasie beflügelt. Die Stunden beinhalten Anleitung, Experimentieren und Raum für eigene Ideen!

Bitte mitbringen: Malkittel, altes Hemd oder Schürze sowie einen Schuhkarton.

**261-22103 / Friederike Micus**

**Ahnatal-Weimar**

Helfensteinschule, Schulstr. 12, Werkraum

Mo. 16.2. / 16:00 - 17:30 Uhr / 6 Termine / 38 €

Anmeldung bis: 5.2.

+ Material 15 Euro (vor Ort zu zahlen)

### Menschenbilder malen in lebensgroß



*Für Kinder von 7 - 11 Jahren*

Wollt ihr euch selbst oder eure Freunde auf riesengroßem Papier malen? Dann seid ihr hier genau richtig! Ihr verlasst den Zeichenblock und werdet richtig groß! Ihr könnt eure Kreativität voll ausleben und ganz ohne Leistungsdruck lernen, wie man Proportionen richtig darstellt und coole Menschenbilder malt. Spielerisch, malerisch, kritzelnd, mit Pinsel oder auch euren Händen. Ob realistisch oder abstrakt, das entscheidet ihr!

**261-22104 / Roza Rueb**

**Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 402

Mi. 8.4. und Do. 9.4. / 9:00 - 13:00 Uhr / 2 Termine / 32,50 €

Anmeldung bis: 30.3.

+ Material 4 Euro (vor Ort zu zahlen)

# Angebote für Kinder und Jugendliche

## Raus aus dem Zeichenblock - rein ins Großformat



*Menschenbilder malen in lebensgroß für Jugendliche  
von 12 - 16 Jahren*

Du hast Lust, dich selbst oder deine Freunde auf richtig großem Papier zu zeichnen? Du willst lernen, wie man Menschen cool und realistisch darstellt? Dann bist du in diesem Kurs genau richtig! Gemeinsam entdecken wir, wie aus einfachen Formen wie Kreisen, Rechtecken und Linien lebendige Figuren entstehen. Du lernst, wie man Proportionen richtig trifft und wie du deinen eigenen Zeichenstil entwickelst - ganz ohne Leistungsdruck, dafür mit jeder Menge Spaß und Kreativität. Also: Stifte spitzen, Ärmel hochkrepeln und los geht's - wir machen Menschenbilder in XXL!

**261-22105 / Roza Rueb**

**Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 402

Fr. 10.4. und Sa. 11.4. / 13:00 - 17:00 Uhr / 32,50 €

Anmeldung bis: 31.3.

+ Material 4 Euro (vor Ort zu zahlen)

## Knetkunst: Deko aus Salzteig



*Für Kinder von 8 - 12 Jahren*

In unserem fröhlichen Sommerkurs gestalten Kinder aus einfachem Salzteig tolle Dekorationen rund um Sonne, Meer und Sommerlaune. Ob Muscheln, Fische, Teelichter oder bunte Blumen-Anhänger, der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.

**261-22106 / Cornelia Cordt-Nimbs**

**Naumburg**

Haus des Gastes, Pavillon, Hattenhäuser Weg 10

Sa. 1.8. / 10:00 - 15:00 Uhr / 32,50 €

Anmeldung bis: 21.7.

+ Material 4 Euro (vor Ort zu zahlen)

## Kreative Ferien mit Pappmaché, Knete und Malen

*Für Kinder von 8 - 12 Jahren*

Eine Woche lang wollen wir gemeinsam künstlerisch kreativ werden! Mit Wasser, Kleister und Papier, aber vor allem mit viel Spaß, werden wir aus einfachen Materialien fantastische Wesen aus Pappmaché kreieren. Vielleicht gestalten wir eine Katze mit langen Ohren, einen Hasen mit langen Beinen und kunterbuntem Fell oder sogar etwas Ähnliches wie einen Drachen? Wenn diese getrocknet sind, werden wir ihnen mit Farbe ein buntes Aussehen verleihen.

Außerdem wollen wir selbst Knete herstellen! Das ist ganz einfach mit natürlichen Zutaten.

Danach kommt der Spaß am Kneten. Gemeinsam werden wir mit unseren Händen Formen und Tiere gestalten und kleine Welten erschaffen, ganz nach unserer Fantasie!

Aber auch das Malen kommt in dieser Woche nicht zu kurz. Ihr verlasst den Zeichenblock und werdet richtig groß - so habt ihr bestimmt noch nie gemalt! Auf riesengroßem Papier könnt ihr eure Kreativität voll ausleben und ohne Leistungsdruck lernen, wie man Proportionen richtig darstellt und coole Menschenbilder malt. Spielerisch, malerisch, kritzelnd, mit Pinsel oder auch euren Händen. Ob realistisch oder abstrakt, das entscheidet ihr!

Bringt alte Zeitungen und Kleidung mit, die beim Klecksen und Malen schmutzig werden darf. Außerdem bitte ausreichend Getränke und Verpflegung mitbringen.

**261-22109 / Roza Rueb**

**Reinhardshagen**

Wesertalhalle, Im Alten Hagen 1

Mo. 30.3. - Do. 2.4. / 9:15 - 13:00 Uhr / 60 €

Anmeldung bis: 18.3.

+ Material 6 Euro (vor Ort zu zahlen)



**261-22110 / Roza Rueb**

**Reinhardshagen**

Wesertalhalle, Im Alten Hagen 1

Mo. 6.7. - Do. 9.7. / 9:15 - 13:00 Uhr / 60 €

Anmeldung bis: 23.6.

+ Material 6 Euro (vor Ort zu zahlen)





## Bunte Botschaften

*Eigene Buttons gestalten gegen Vorurteile und Ausgrenzung*

Du hast Lust, kreative Symbole und Worte zu verwenden, die für Vielfalt, Respekt und Zusammenhalt stehen? Dann laden wir dich ein, eigene Buttons zu gestalten. Gemeinsam entdecken wir, wie kleine Botschaften große Wirkungen haben können und wie Vorurteile durch positiven Austausch sichtbar abgebaut werden. Vorkenntnisse sind nicht nötig - Offenheit, Neugier und Spaß am Gestalten reichen aus. Der Workshop findet im Rahmen der Internationalen Wochen gegen Rassismus statt und bietet Raum für Inspiration, Diskussion und gemeinsames Gestalten.

*Für Kinder im Alter von 6 - 10 Jahren*

**261-22114 / Seinab Danboos**

**Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal  
Mi. 18.3. / 16:30 - 18:30 Uhr / gebührenfrei  
Anmeldung bis: 11.3.

*Für Kinder und Jugendliche im Alter von 10 - 14 Jahren*

**261-22115 / Seinab Danboos**

**Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal  
Do. 19.3. / 16:30 - 18:30 Uhr / gebührenfrei  
Anmeldung bis: 11.3.

## Bausteindruck - Kreativ drucken mit Klemmbausteinen

*Für Kinder im Alter von 6 - 10 Jahren*

In diesem Workshop entdeckt ihr die Welt des Druckens auf spielerische Art: Mit Lego-Steinen entstehen bunte Muster, spannende Formen und kleine Kunstwerke. Ganz ohne Vorkenntnisse wird experimentiert, kombiniert und die eigene Fantasie aufs Papier gebracht - ein kreativer Spaß für kleine Kunstschaffende!

**261-22116 / Lis Walter**

**Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 402  
Mi. 1.4. und Do. 2.4. / 15:00 - 17:30 Uhr / 21 €  
Anmeldung bis: 22.3.  
+ Material 7 Euro (vor Ort zu zahlen)

## Comiczeichen: Panels, Sprechblasen und Abenteuer

*Für Kinder im Alter von 6 - 10 Jahren*

In diesem Workshop lernt ihr die Grundlagen des Comiczeichnens: von Figuren und Emotionen über Panels bis hin zu witzigen Sprechblasen. Mit einfachen Techniken lernt ihr, eigene Geschichten zu erzählen und eure Fantasie aufs Papier zu bringen. Kreativität, Spaß und erste kleine Comic-Abenteuer stehen dabei im Mittelpunkt.

**261-22117 / Lis Walter**

**Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 402  
Mi. 8.4. und Do. 9.4. / 15:00 - 17:30 Uhr / 21 €  
Anmeldung bis: 29.3.  
+ Material 3 Euro (vor Ort zu zahlen)



## Nähen

---

### Erste Nähübungen mit Hand und Nähmaschine

*Für Kinder von 8 - 12 Jahren*

Erste kleine Nähprojekte wie Taschen, Beutel, Handyhüllen, lustige Haarbänder und vieles mehr laden zum Mitmachen ein. Nähen mit der Hand aber auch an der Nähmaschine! Auch ein paar nützliche Techniken, wie Knöpfe annähen oder Sticken, können ausprobiert werden. Und wer sich mal mit Häkeln oder Stricken versuchen möchte - nur zu!

Bitte mitbringen (falls zuhause vorhanden): eine alte Jeans und ein altes T-Shirt zum Zerschneiden, alte Knöpfe, Wolle und eine Schere.

**261-22130 / Malali Rasa**

**Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303  
Mo. 30.3. - Do. 2.4. / 10:00 - 12:30 Uhr / 42,50 €  
Anmeldung bis: 22.3.  
+ Material 7 Euro (vor Ort zu zahlen)



**261-22131 / Malali Rasa**

**Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303  
Mo. 29.6. - Do. 2.7. / 10:00 - 12:30 Uhr / 42,50 €  
Anmeldung bis: 21.6.  
+ Material 7 Euro (vor Ort zu zahlen)



### Fröhliche Ostersachen nähen



*Nähkurs für Kinder von 8 - 12 Jahren*

*Tagesseminar*

In diesem fröhlichen Nähkurs entstehen tolle Ostersachen - zum Beispiel ein süßes Hasensäckchen, das sich perfekt als kleines Osterkörbchen eignet!

Ganz ohne Vorkenntnisse lernen die Kinder den Umgang mit Nähmaschine, Stoff und Faden und entdecken dabei, wie viel Spaß Selbermachen macht. Schritt für Schritt entstehen kleine, kreative Nähprojekte, die stolz mit nach Hause genommen werden können. Wer mag, bringt eine eigene Stoffschere und seinen Lieblingsbaumwollstoff mit - ansonsten ist alles vorhanden.

**261-22136 / Steffi Pfalzer**

**Wolfhagen**

vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 102  
Sa. 28.3. / 10:00 - 16:00 Uhr / 25 €  
Anmeldung bis: 16.3.  
+ Material 10 Euro (vor Ort zu zahlen)

**261-22138 / Steffi Pfalzer**

**Naumburg**

Haus des Gastes, Pavillon, Hattenhäuser Weg 10  
Mo. 30.3. / 10:00 - 16:00 Uhr / 25 €  
Anmeldung bis: 18.3.  
+ Material 10 Euro (vor Ort zu zahlen)



## Nähen mit der Nähmaschine: Kosmetiktasche



Für Kinder ab 8 Jahren

Wochenendseminar

In diesem Kurs lernst du, wie du deine eigene bunte Kosmetiktasche nähst - perfekt für Stifte, Schminke oder kleine Schätze. Wir lernen alles über die Nähmaschine und gestalten deine Tasche ganz nach deinem Geschmack. Am Ende kannst du ein einzigartiges Werk mit nach Hause nehmen. Wer hat, darf gerne die eigene Nähmaschine und Stoffschere mitbringen!

Bitte ausreichend zu trinken und zu essen einpacken.

**261-22140 / Cornelia Cordt-Nimbs**

**Lohfelden-Vollmarshausen**

vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9

Sa. 11.7. / 10:00 - 16:00 Uhr / 25 €

Anmeldung bis: 1.7.

+ Material 15 Euro (vor Ort zu zahlen)

## Von der Idee zur eigenen Tasche

*Ein Nähprojekt für Jugendliche ab 12 Jahren*

Du hast Lust, deine eigene Tasche zu designen und zu nähen? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für dich! Hier kannst du deine Kreativität ausleben und Schritt für Schritt lernen, wie du deine Traumtasche selbst machst.

Zuerst geht es ans Entwerfen: Du hast die Möglichkeit, deine eigenen Ideen auf Papier zu bringen. Egal ob coole Umhängetasche, praktischer Rucksack oder stylischer Beutel - du entscheidest, wie deine Tasche aussehen soll! Dabei bekommst du Tipps zu verschiedenen Taschenformen, Farben und Mustern.

Dann geht es ans Eingemachte: Du wählst die Stoffe und Materialien aus, die am besten zu deinem Design passen. Gemeinsam schauen wir, welcher Stoff für deine Tasche am besten geeignet ist und wie du Farben und Muster gekonnt kombinierst. Am Ende hast du ein echtes Unikat, das du mit Stolz tragen kannst - eine selbst gemachte Tasche, die sonst niemand hat!

Natürlich lernst du auch den Umgang mit der Nähmaschine! Keine Sorge, auch wenn du noch nie genäht hast - wir zeigen dir die Basics: Stoff zuschneiden, Nähte setzen, Reißverschlüsse oder Knöpfe anbringen und wie du deine Tasche stabil und praktisch machst.

**261-22148 / Frances Rose Kramer**

**Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304

Fr. 6.3., Fr. 13.3., Fr. 20.3. / 16:00 - 19:00 Uhr / 3 Termine / 37,50 €

Anmeldung bis: 22.2.

+ Material 10 Euro (vor Ort zu zahlen)

## Tanz

### Ballett

#### *Waganowa-Methode*

Ballett-Unterricht ermöglicht einen einfachen Zugang für Kinder und Jugendliche in die Welt der Bewegung zur Musik. Im Raum der Musik entfalten sich Körperhaltung und Ausstrahlung auf dem Weg zur Harmonie von Musik und Bewegung. Im Ballett werden altersgemäß Körperbewusstsein, Gehör, Selbstvertrauen und Mobilität gefördert. Neben klassischem Ballett werden auch Volkstänze sowie Grundschritte von Standard- und Lateinamerikanischen Tänzen trainiert. In Konzentration kommen die Kinder zur Ruhe, und in der tänzerischen Bewegung kommunizieren sie intensiv.

*Für Kinder von 5 - 10 Jahren*

**261-22160 / Irina Kotovitch**

**Kassel-Niederzwehren**

Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298

Mo. 16.2. / 15:30 - 17:00 Uhr / 12 Termine / 73,50 €

Anmeldung nach Beratung durch die Kursleitung: 0561-4000265

Anmeldung bis: 4.2.

*Für Jugendliche von 11 - 17 Jahren*

**261-22162 / Irina Kotovitch**

**Kassel-Niederzwehren**

Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298

Fr. 20.2. / 16:30 - 18:00 Uhr / 12 Termine / 73,50 €

Anmeldung nach Beratung durch die Kursleitung: 0561-4000265

Anmeldung bis: 8.2.

### Tanzspaß Jazz & Modern Dance

*Für Kinder von 8 - 11 Jahren*

Entdecke die Vielfalt des Tanzes! In diesem Kurs bringen wir die coolen Moves des Jazz Dance und die fließenden Bewegungen des Modern Dance zusammen. Kinder haben einen natürlichen und emotionalen Zugang zum Tanz - es ist der Ausdruck ihres Körpergefühls, ihrer Emotionen und Fantasie. Was ist Jazz und Modern Dance?

- Jazz Dance: ein energiegeladener Tanzstil, der durch rhythmische Bewegungen und mitreißende Musik begeistert.
- Modern Dance: ausdrucksstarke Bewegungen, die viel Raum für Kreativität lassen.

Wir fangen mit Aufwärm- und Dehnübungen an und studieren anschließend eine Choreografie ein. Nebenbei werden Rhythmusgefühl, Koordination und die Freude an Bewegung gestärkt.

**261-22164 / Julia Häfner**

**Ahnatal-Heckershausen**

Gemeindezentrum, Dorfplatz 2

Mi. 18.2. / 16:15 - 17:15 Uhr / 12 Termine / 50 €

Anmeldung bis: 8.2.



## Teens Dance

### *Jazz Dance für Jugendliche von 12 - 17 Jahren*

Du liebst Musik, Bewegung und gute Laune? Dann ist Teens Dance genau das Richtige für dich! In diesem Kurs lernst du coole Jazz Dance Choreos, die voller Energie und Kreativität stecken. Es wird getanzt, ausprobiert und gemeinsam Neues entwickelt – ganz ohne Druck, aber mit jeder Menge Spaß! Wir starten jedes Training mit einem 20-minütigen Warm-up, um Muskeln und Kreislauf in Schwung zu bringen. Danach geht's an die Choreos: abwechslungsreich, rhythmisch und immer zu aktuellen Songs. Partner- und Bodenelemente sowie wechselnde Formationen sorgen für richtig gute Gruppendynamik.

Egal ob du schon Tanzerfahrung hast oder ganz neu dabei bist – alle Teens zwischen 12 und 17 Jahren sind herzlich willkommen! Im Mittelpunkt stehen Spaß, Bewegung und deine eigene Kreativität.

#### **261-22166 / Jasmin Wallendorf**

##### **Ahnatal-Weimar**

Helfensteinschule, Schulstr. 12, Mehrzweckraum  
Di. 17.2. / 17:00 - 18:00 Uhr / 12 Termine / 50 €  
Anmeldung bis: 8.2.

## Hip-Hop-Tanzen



### *Für Kinder von 8 - 12 Jahren*

Hip-Hop ist einfach cool! Wer sich gerne bewegt und auf funky, groovige Musik steht, ist beim Hip-Hop-Tanzen genau richtig! Gemeinsam erlernen wir innerhalb der vier Tage eine kleine Choreografie. Und was natürlich nicht fehlen darf, ist eine kleine Aufführung für Familie und Freunde am Ende des Workshops. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und etwas zu trinken.

#### **261-22170 / Jasmin Seehafer**

##### **Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum  
Mo. 30.3. - Do. 2.4. / 10:30 - 12:30 Uhr /  
4 Termine / 33,50 €  
Anmeldung bis: 7.4.

## Theater

### **Mut, Monster und viel Theater**



#### *Theaterworkshop für Kinder von 6 - 8 Jahren*

Gibt es eigentlich Monster? Wie sehen die überhaupt aus? Können die auch sprechen? Oder ist es doch „nur“ Dunkelheit, die blöd ist? Wir alle haben manchmal Angst. Oder uns ist etwas super peinlich und wir müssen uns ganz lange verstecken. Wisst ihr was? HIER NICHT!

Hier dürfen wir uns nämlich ausprobieren und machen, was man im Alltag oft nicht darf: schimpfen, schreien und gegen den Strom schwimmen. Und vor allem: Wir dürfen so sein, wie wir sind. Mutig, ängstlich, laut und leise.

Wir beschäftigen uns mit Theater-Spiel-Techniken, mit Sprache und mit unserem Körper. Am Ende werden wir mutiger sein als vorher. Und vielleicht schon wieder etwas größer...

Am Samstag, den 11. April, führen wir unser erarbeitetes Stück vor Familie und Freunden um 15 Uhr auf.

Du benötigst keine Vorkenntnisse.

#### **261-22180 / Verena Stier**

##### **Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal  
Di. 7.4. - Do. 9.4. / 10:00 - 13:00 Uhr  
Sa. 11.4. / 12:00 - 15:00 Uhr  
4 Termine / 50 €  
Anmeldung bis: 25.3.

## Bühne frei!

### *Theaterkurs für Kinder von 9 - 12 Jahren*

Dieser Kurs lädt theaterbegeisterte Kinder und Jugendliche ein, die Freude am Theaterspiel zu entdecken und auszuleben. Gemeinsam in der Gruppe erarbeiten wir erste Grundlagen des Schauspielens: Wie kann man mit Stimme, Körper und Ausdruck eine Rolle lebendig werden lassen? Welche Mittel braucht es, um Geschichten auf die Bühne zu bringen, die uns bewegen?

Im Mittelpunkt stehen Spielfreude, Fantasie und das gemeinsame Erleben. Ganz nebenbei werden Selbstvertrauen, Ausdruckskraft und Teamgeist gestärkt. Aus unseren Ideen und Szenen entsteht ein erstes kleines Theaterstück, das am Ende präsentiert wird.

**261-22186 / Sara Klapp**  
**Ahnatal-Weimar**

Helfensteinschule, Schulstr. 12

Fr. 20.2. / 16:00 - 17:30 Uhr / 12 Termine / 74,50 €

Anmeldung bis: 8.2.

## Spiel mit, wir machen Theater!

### *Für Kinder von 8 - 12 Jahren*

Hey Du! Ja, genau du! Du kannst irgendetwas supergut? Oder du kannst etwas, was sonst niemand kann? Oder du möchtest manchmal nicht du selbst sein und schlüpfst gern in andere Rollen? Es zieht dich auf oder hinter die Bühne? Dann brauchen wir dich. Ja, dich! Du bist nämlich genau richtig, wie du bist.

Wir möchten gerne eine kleine, große Theatergruppe gründen, uns zwei Mal im Monat zum Proben treffen und während dieser Zeit ein Stück entwickeln, dass wir dann am Ende zum Beispiel auf dem Brüder-Grimm-Festival vorstellen.

Wir wollen Spaß haben, so sein dürfen, wie wir sind, vor Ideen sprudeln, uns bereichern, ein bisschen übers Theater lernen und ein klitzekleines bisschen an uns arbeiten. Wir machen alles selbst: Von Bühne zu Maske über Kostüm und Spiel. Und wir werden groß, stark und mutig sein.

**261-22187 / Verena Stier**  
**Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal

Sa. 21.2. / 10:00 - 13:00 Uhr / 8 Termine / 99,50 €

Anmeldung bis: 10.2.

## Bewegung, Sport und Entspannung

### **Entdeckerraum für kleine Entdecker**

„Es sind wunderbare Momente, wenn unsere Babys uns zeigen, auf welche Weise sie die Welt entdecken, wie sie mit anderen Menschen Kontakt aufnehmen, was sie interessiert und wie sie freudig und offensichtlich unermüdlich ihre Bewegungsmöglichkeiten erproben.“  
(Emmi Pikler)

In der Kinderkrippe „Kleine Entdecker“ wird nach den Grundlagen der Pikler-Pädagogik ein „Entdeckerraum“ angeboten. Im Mittelpunkt steht nicht die von Erwachsenen gesteuerte Förderung, sondern das eigenaktive Spiel und die freie Bewegung der Kinder in einer sicheren, anregenden Umgebung, die viele Formen von „Fremd“-Förderung überflüssig macht.

Die Erwachsenen haben einen vorbereiteten Platz im Raum, von dem aus sie ihr Kind achtsam beobachten und auf seine Bedürfnisse eingehen können. Von dort aus starten die Kinder ihre Entdeckungsreise und kehren nach Bedarf zurück. So können die Entwicklungsbedürfnisse der Kinder bewusst wahrgenommen und begleitet werden.

Bitte mitbringen - bequeme und bewegungsfreundliche Kleidung, wärmende Socken für davor oder danach, denn wir bewegen uns barfuß.

### *Für Kleinkinder von 12 bis 18 Monaten*

**261-22202 / Monika Schilling**  
**Kassel-Kirchditmold**

Kleine Entdecker gGmbH, Dalwigkstr. 15a

Di. 21.4. / 16:30 - 17:30 Uhr / 6 Termine / 25 €

Anmeldung bis: 12.4.

### *Für Kleinkinder von 19 - 24 Monaten*

**261-22204 / Leonie Esefeld**  
**Kassel-Vorderer Westen**

Kleine Entdecker gGmbH, Goethestr. 96

Mi. 22.4. / 16:30 - 17:30 Uhr / 6 Termine / 25 €

Anmeldung bis: 12.4.

## Turnen für Kleinkinder

*Ab 1,5 Jahren mit einer Begleitperson*

Klettern, rollen, balancieren und springen: In diesem Kurs machen die Kleinkinder erste Erfahrungen in der Turnhalle. Durch altersgerechte Bewegungslandschaften und Spiele werden die motorische Entwicklung und Freude an Bewegung gefördert.

Bitte Sportsachen (Sportbekleidung oder angenehme Kleidung sowie Ballerina-Schuhe, Barfuß- oder Rutsche-Socken) und Getränk mitbringen.

**261-22211 / Ute Rost**

**Habichtswald-Ehlen**

Grundschule, Oderweg 7

Mo. 2.2. / 17:00 - 18:00 Uhr / 15 Termine / 42 €

Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung,

Tel. 05606-60 595 (Erreichbar ab 19 Uhr)

**261-22212 / Ute Rost**

**Habichtswald-Ehlen**

Grundschule, Oderweg 7

Di. 3.2. / 17:15 - 18:15 Uhr / 15 Termine / 42 €

Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung,

Tel. 05606-60 595 (Erreichbar ab 19 Uhr)

## Kinderturnen

*Für Kinder ab 3 Jahren mit einer Begleitperson*

In Kooperation mit Aeltere Casseler Turngemeinde e.V.

Das Kleinkinderturnen im Forstfeld richtet sich an Kinder im Alter von etwa drei bis fünf Jahren. Hier haben die Kinder die Möglichkeit, die Bewegungsräume zum ersten Mal eigenständig zu erkunden, während ihre Eltern oder Bezugspersonen dabei sein können. Vor Ort wartet eine magische Welt voller Spaß und Möglichkeiten. Jede Woche gibt es neue Spiele und Überraschungen, die darauf warten, entdeckt zu werden! Also schnappt euch die Turnschuhe und macht euch bereit für ein Abenteuer beim Kinderturnen!

Einstieg jederzeit möglich. Anmeldung ist direkt vor Ort oder per Mail an: [info@actkassel.de](mailto:info@actkassel.de)

**Kassel-Forstfeld**

Sporthalle Heinrich-Steul-Schule,

Forstbachweg 16

Do. 19.2. / 15:00 - 16:30 Uhr / 15 Termine

Die Teilnahme am Kurs läuft über eine Vereinsmitgliedschaft über den ACT (7 Euro pro Monat) und kann über das Bildungs- und Teilhabepaket erstattet werden.



# Angebote für Kinder und Jugendliche

## Sport, Spiel und Spaß an der Bewegung

### *Kinderturnen ab 3 Jahren*

Hier entdecken Kinder spielerisch die Freude an Bewegung. Mit abwechslungsreichen Übungen fördern wir Koordination, Motorik und Teamgeist. Ob klettern, balancieren oder springen - hier steht der Spaß im Vordergrund.

Bitte Sportsachen (Sportbekleidung oder angenehme Kleidung sowie Ballerina-Schuhe, Barfuß- oder Rutsche-Socken) und Getränk mitbringen.

**261-22213 / Ute Rost**

**Habichtswald-Ehlen**

Grundschule, Oderweg 7

Mo. 2.2. / 16:00 - 17:00 Uhr / 15 Termine / 42 €

Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung,

Tel. 05606-60 595 (Erreichbar ab 19 Uhr)

**261-22214 / Ute Rost**

**Habichtswald-Ehlen**

Grundschule, Oderweg 7

Di. 3.2. / 16:15 - 17:15 Uhr / 15 Termine / 42 €

Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung,

Tel. 05606-60 595 (Erreichbar ab 19 Uhr)

## Schwimmen in Hofgeismar

### *Sicherheit im Wasser und Spaß an der Bewegung*

Möglichst früh schwimmen zu lernen, ermöglicht es Kindern, sich frei, sicher und selbstbewusst im Wasser zu bewegen. Neben der Sicherheit fördert das Schwimmen die motorische Entwicklung, stärkt die Muskulatur und das Herz-Kreislauf-System.

### **Schwimmen Grundkurs (ab 4 Jahren)**

Ziel des Kurses ist es, das Schwimmen ohne Hilfsmittel zu erlernen sowie der Erwerb des Schwimmabzeichens „Seepferdchen“.

### **Schwimmen Aufbaukurs (ab 5 Jahren)**

Wir bauen die Schwimmfähigkeiten der Kinder aus. Durch intensives Training kann das Bronze- oder Silberabzeichen erworben werden.

*Die Kurse finden dienstags, donnerstags und samstags im Ganzjahresbad in Hofgeismar mit 15 Terminen á 60 Minuten statt und starten im Februar und im August.*

*Der Kurs kostet 46 Euro. Der Eintritt ist zusätzlich vor Ort zu zahlen.*

Die Anmeldung erfolgt nur nach Beratung durch die Kursleitung Frau Humburg.

Diese können Sie telefonisch erreichen unter: 05671-500079. Bitte hinterlassen Sie eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter. Sie werden zurückgerufen.







## Kinder-Yoga

*Für Yogis von 6 - 8 Jahren*

Kinder-Yoga macht nicht nur großen Spaß, sondern hilft euch auch, stark, mutig und selbstbewusst zu werden. Gemeinsam entdecken wir, wie wir unseren Körper auf spielerische Weise bewegen und zur Ruhe bringen können. Durch abwechslungsreiche Übungen, fantasievolle Traumreisen und viele lustige Momente stärkt ihr eure Muskeln und Gelenke - und bleibt dabei fit und gesund. Gleichzeitig lernt ihr, achtsam zu sein, zu entspannen und ein Gefühl der Gemeinschaft zu erleben.

Yoga gibt Kindern die Möglichkeit, ihre Aufmerksamkeit nach innen zu lenken, aber auch mal laut, stark und mutig zu sein. Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

### **261-22216 / Elfriede Schäth Habichtswald-Ehlen**

Physio Zentrum, Im Erlenhof 1

Do. 12.2. / 16:00 - 17:00 Uhr / 5 Termine / 21,50 €

Anmeldung bis: 1.2.

### **261-22217 / Elfriede Schäth Wolfhagen**

vhs, Raiffeisenweg 2, Gymnastikraum 202

Mi. 11.2. / 16:00 - 17:00 Uhr / 5 Termine / 21,50 €

Anmeldung bis: 1.2.

## Eine Yogareise durch die Welt

*Für Kinder im Alter von 6 - 9 Jahren*

Wir reisen nach Indien und lernen Yoga kennen, feiern im Faschingsland, gehen auf Expedition am Nordpol, besuchen die wilden Tiere in Afrika, treffen auf Piraten und erkunden das Weltall.

Am Ende jeder Yogastunde gibt es eine Entspannung mit einer Fantasiereise und zum Abschluss eine kurze Meditation oder ein Kreativangebot.

Bitte mitbringen: (wenn vorhanden) eine Yogamatte, bequeme Kleidung (Leggings), Wasserflasche und viel Freude am gemeinsamen Üben!

### **261-22218 / Anja Nicolaus**

#### **Kassel-Kirchditmold**

Kindergruppe Flohzirkus e.V., Brunnenstr. 23

Mo. 16.2. / 15:30 - 16:45 Uhr / 6 Termine / 31 €

Anmeldung bis: 4.2.

## Yoga trifft Zirkus

*Für Kinder im Alter von 6 - 9 Jahren*

Wir verbinden Kinder-Yoga mit Zirkuskünsten, üben Achtsamkeit, Akrobatik, Balance und spielen in Bewegungsgeschichten. Wir sind wild wie ein Löwe und lustig wie ein Clown, tanzen auf dem Seil und probieren gemeinsam Partnerübungen aus.

Am Ende jeder Yogastunde gibt es eine Entspannung mit einer Fantasiereise und zum Abschluss eine kurze Meditation oder ein Kreativangebot.

Bitte mitbringen: (wenn vorhanden) eine Yogamatte, bequeme Kleidung (Leggings), Wasserflasche und viel Freude am gemeinsamen Üben!

### **261-22219 / Anja Nicolaus**

#### **Kassel-Kirchditmold**

Kindergruppe Flohzirkus e.V., Brunnenstr. 23

Mo. 13.4. / 15:30 - 16:45 Uhr / 6 Termine / 31 €

Anmeldung bis: 1.4.

## Persönliche Kompetenzen

### Little Warrior Workshop

*Selbstverteidigung und Yoga für Kinder von 8 - 10 Jahren*

*Wochenendseminar*

Der Krieger ist (in der yogischen Tradition) ein Held, der stark und durchsetzungsfähig ist, sich selbst verteidigen, aber auch andere beschützen kann. Er bewegt sich sicher durch sein Leben und weiß, sich in schwierigen Situationen zu verteidigen. In diesem Kurs wird an der Schnittstelle von Selbstverteidigungstraining, Gewaltprävention, Yoga und sozialpädagogischen Inhalten die eigene Kraft und Beweglichkeit, aber auch das Verhalten in bedrohlich erlebten Situationen eingeübt. Im ersten Teil wird der „Kleine Krieger“ oder die „Kleine Kriegerin“ vorgestellt und mittels Yoga-Übungen am eigenen Körper erfahren. Wir gehen der Frage nach, wann eine Situation ein „Notfall“ ist und wann sich Kinder (auch gegen Erwachsene) körperlich wehren müssen. Selbstverteidigungstechniken, Hilfe holen oder „Nein-sagen“ werden hierzu erlernt. Im Rollenspiel werden brisante Situationen nachgespielt, in denen die Durchsetzungsfähigkeit der Kinder trainiert wird. Der zweite Teil beschäftigt sich voranging mit sozialen Schwierigkeiten unter Gleichaltrigen. Auch hier wird die innere und äußere Haltung des Little Warriors ein Vorbild sein. Mädchen sind besonders herzlich eingeladen. Ein Gespräch vorab mit den Eltern ist für die Anmeldung notwendig. Hierzu wird es eine einstündige Online-Konferenz am 24.3. um 19 Uhr geben. Nach dem Gespräch haben Sie noch die Möglichkeit sich abzumelden, sollte der Kurs nicht zu Ihnen passen. Eine Teilnahme ist nur möglich, wenn Sie am Elternabend teilnehmen! Bitte mitbringen: Sportzeug, eine Wolldecke, ausstreichend Flüssigkeit und eine kleine Stärkung.

#### **261-22220 / Maïke Sonntag Lohfelden-Vollmarshausen**

vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9

Di. 24.3. / 19:00 - 20:00 Uhr (Elterngespräch via Zoom)

Fr. 17.4. / 16:00 - 19:00 Uhr

Sa. 18.4. / 10:30 - 13:30 Uhr

2 Termine / 28 €

Anmeldung bis: 15.3.

## MutICH & WIRKUNGSVOLL

*Selbstbehauptung für Kinder von 5 - 8 Jahren*

Die Schule bringt viele neue Herausforderungen mit sich: Selbstständigkeit, Konfliktlösung und der Aufbau von Freundschaften werden wichtig. Innere Stärke, Selbstvertrauen und soziale Kompetenz sind entscheidend für eine gesunde Entwicklung. Im Training für Resilienz, Lebenskompetenz und Selbstbehauptung lernst dein Kind spielerisch, sicher aufzutreten, eigene Grenzen zu setzen und Konflikte eigenständig zu lösen.

Das lernt dein Kind:

- Konflikte selbstbewusst und konstruktiv meistern,
- Herausforderungen selbstbestimmt annehmen und eigene Stärken nutzen,
- soziale Stärke und Mitgefühl entwickeln,
- mit Zuversicht Rückschläge meistern und Freude im Alltag finden.

Diese Fähigkeiten fördern innere Stärke und Selbstwirksamkeit - Grundlagen für eine starke, gesunde Entwicklung.

Hinweis: Die letzten 30 Minuten findet eine Elterninfo innerhalb des Trainings statt, indem Sie die Chance haben, die Inhalte näher kennenzulernen und zuhause weiterzuführen. Die Kinder sind währenddessen anwesend.

#### **261-22221 / Hanna Salzmann Hofgeismar**

vhs, Kasinoweg 22, Raum 012

So. 22.3. / 9:00 - 13:00 Uhr / 17 €

Anmeldung bis: 9.3.

#### **261-22222 / Hanna Salzmann Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum

So. 31.5. / 9:00 - 13:00 Uhr / 17 €

Anmeldung bis: 18.5.

## Leichter lernen mit Freude und Selbstvertrauen

Für Kinder von 6 - 10 Jahren

In diesem liebevoll gestalteten Kurs entdecken Kinder, wie Lernen leicht und mit Spaß gelingen kann:

- Selbstbewusstsein stärken
- Selbstregulation
- Eigene Fähigkeiten entdecken
- Gehirnhälften besser vernetzen
- Prüfungsangst abbauen
- Mit Lerntechniken, die wirklich Freude machen
- Spielerische Brain Gym® und Kinesiologie-Übungen

In einer kleinen Gruppe lernen wir, wie man sich besser konzentriert, mit stressigen Situationen umgeht und an sich glaubt - eine starke Basis für schulischen Erfolg!

Nach Anmeldeschluss können Sie Rücksprache mit der Kursleitung für eine individuelle Förderung halten.

**261-22260 / Birgit Willig  
Hofgeismar**

vhs, Kasinoweg 22, Raum 012

Do. 19.2., Do. 26.2., Do. 5.3. / 16:30 - 17:30 Uhr / 3 Termine / 12,50 €

Anmeldung bis: 9.2.

+ Material 5 Euro (vor Ort zu zahlen)

## Schreiben

### Elfen, Drachen und Androiden



*Fantasy- und Science-Fiction  
Schreibwerkstatt für Jugendliche ab 12 Jahren*

Ohne Angst vorm Rotstift und (fast) ohne Regeln schreiben, das geht in der Ferienschreibwerkstatt! Die Kursleitungen haben viele spannende Anregungen im Gepäck, um kleine und große Geschichten und deren BewohnerInnen mit euren Texten zum Leben zu erwecken. Wir bauen gemeinsam fantastische Welten und erfinden Figuren zum Beispiel mithilfe von Magic The Gathering Karten. Bei schönem Wetter gehen wir auch in den Park und lassen uns von mystischen Orten inspirieren. Für Schülerinnen und Schüler, die Spaß am Schreiben haben und sich ausprobieren möchten. Der Fantasie freien Lauf lassen, sich gruseln, herzlich lachen und mitfiebern - das alles ist ausdrücklich erlaubt. Kursleitungen sind die Krimiautorin Nicole Braun und der Fantasy-Autor Karsten D. Fricke. Das Angebot richtet sich an Jugendliche ab 12 Jahren. Bei Fragen bitte vorab die Kursleitung kontaktieren (Nicole Braun, [nicole@autorin-braun.de](mailto:nicole@autorin-braun.de)).

**261-22270 / Nicole Braun; Karsten D. Fricke  
Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 308

Mo. 29.6. - Fr. 3.7. / 9:00 - 12:45 Uhr / 77,50 €

Anmeldung bis: 17.6.



# Angebote für Kinder und Jugendliche

## Kreativ und clever durch die Ferien



*Kreativität und Lernspaß für Kinder im Grundschulalter*

Habt ihr Lust auf eine Woche voller Kreativität und Lernspaß? Dann seid ihr hier genau richtig! Wir gestalten eigene Osterdekoration, experimentieren mit Farben und Formen, lösen knifflige Rätsel, hören gemeinsam Geschichten und vieles mehr!

Ganz nebenbei stärken wir das Lesen, Schreiben und Rechnen - natürlich spielerisch und mit viel Spaß! Ob beim Knobeln, Malen oder Entdecken: Hier wird's garantiert nie langweilig!

Bitte mitbringen: Verpflegung und Getränk, Mäppchen mit Stiften, Bleistift, Radiergummi, Schere und Kleber.

**261-22280 / Kristina Krause  
Wolfhagen**

vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 103

Mo. 30.3. - Do. 2.4. / 10:00 - 14:00 Uhr / 67 €

Anmeldung bis: 18.3.

+ Material 20 Euro (vor Ort zu zahlen)

## Kreativer Lernspaß mit Piratenabenteuer



*Für Kinder im Grundschulalter*

Ahoi, mutige Piraten! Keine Lust auf langweilige Ferien? Dann kommt mit an Bord und erlebt eine Woche voller spannender Abenteuer!

Gemeinsam tauchen wir ein in die aufregende Welt der Piraten: Wir lesen Piratenabenteuer, lösen knifflige Mathe- und Sprachrätsel und gestalten kreative Schätze – von Schatzkarten bis hin zur eigenen Piratentruhe. Ob Lesen, Rechnen, Basteln oder Toben – alles dreht sich um das große Thema Piraten, altersgerecht, mit viel Raum für Fantasie und mit jeder Menge Spaß! Das Lernen läuft da ganz nebenbei! Bitte mitbringen: Verpflegung und Getränk, Mäppchen mit Stiften, Bleistift, Radiergummi, Schere und Kleber.

**261-22282 / Kristina Krause  
Wolfhagen**

vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 102

Mo. 3.8. - Fr. 7.8. / 10:00 - 14:00 Uhr / 5 Termine / 85 €

Anmeldung bis: 22.7.

+ Material 25 Euro (vor Ort zu zahlen)

## Sprachen

### Englisch: English Fun for Beginners

*Für Kinder und Jugendliche von 8 - 12 Jahren*

Kannst du dir vorstellen, eine Menükarte im Urlaub auf Englisch zu verstehen? Ganz einfache Sachen wie diese kannst du easy in diesem spielerischen Englischkurs lernen, der dich auf eine Entdeckungsreise durch die englische Sprache mitnimmt. Mit Liedern, Spielen und Geschichten lernst du neue Wörter und die Sprache Stück für Stück kennen. Das Wichtigste bleibt aber dein Spaß an der Sprache. See you... ;)

Dieser Kurs ist ein Einstieg in die englische Sprache und setzt keine Vorkenntnisse voraus!

**261-22302 / Remi Leon Peters  
Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 404

Mo. 30.3. - Do. 2.4. / 9:00 - 12:00 Uhr / 50 €

Anmeldung bis: 18.3.



**261-22303 / Remi Leon Peters  
Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 404

Mo. 13.7. - Fr. 17.7. / 9:00 - 12:00 Uhr / 62 €

Anmeldung bis: 1.7.





## **Französisch: Mon premier cours de français**

*Für Kinder und Jugendliche von 8 - 12 Jahren*

Kannst du dir vorstellen, dir selbst ein Eis im Urlaub auf Französisch zu bestellen? Das wäre doch mega! Ganz einfache Sachen wie diese lernst du in diesem lebendigen Französischkurs, der dich dazu ermutigt, deine Sprachkenntnisse durch lustige und interaktive Methoden zu entwickeln. Lernt man einmal Französisch zu lieben, nimmt das Interesse nur noch zu und Französisch lernt sich wie von selbst. D'ici là...

Dieser Kurs ist ein Einstieg in die französische Sprache und setzt keine Vorkenntnisse voraus!

**261-22310 / Remi Leon Peters**

**Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 404  
Mo. 30.3. - Do. 2.4. / 13:00 - 16:00 Uhr / 50 €  
Anmeldung bis: 18.3.



**261-22312 / Remi Leon Peters**

**Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 404  
Mo. 13.7. - Fr. 17.7. / 13:00 - 16:00 Uhr / 62 €  
Anmeldung bis: 1.7.



## **Französisch: Mon deuxième cours de français**

*Für Jugendliche mit geringen Vorkenntnissen von 9 - 13 Jahren*

Hast du schon die ersten Schritte in Französisch gemacht und willst nun deine Sprachfähigkeiten auf das nächste Level bringen? Dann bist du in diesem Kurs genau richtig! Hier geht es darum, dein Vokabular zu erweitern, längere Sätze zu bilden und das Gelernte sicher in Gesprächen anzuwenden - alles auf spielerische Weise. Mit unterhaltsamen Aktivitäten, kreativen Rollenspielen und interaktiven Übungen wirst du deine Französischkenntnisse vertiefen. Ein Kurs, der euch auf spielerische Weise dazu anregt, eure Französischkenntnisse zu erweitern und sicher anzuwenden.

Vorkenntnisse aus dem Einsteigerkurs oder vergleichbare Kenntnisse (zum Beispiel ein halbes Schuljahr Französischunterricht) sind erforderlich. Bon courage - du schaffst das!

**261-22316 / Remi Leon Peters**

**Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303  
Do. 19.2. / 18:30 - 19:45 Uhr / 12 Termine / 70 €  
Anmeldung bis: 8.2.

## **Chinesisch für Fortgeschrittene**

*Für Kinder und Jugendliche*

Dieser Chinesisch Kurs für Fortgeschrittene baut auf den bisherigen Kenntnissen der Kinder und Jugendlichen auf. Wir konzentrieren uns darauf, den Wortschatz zu vertiefen sowie die Schriftzeichen und einfache Dialoge zu üben. Mit Spaß und Abwechslung werden das Sprechen, Lesen und Schreiben gefördert.

Für Kinder und Jugendliche, die bereits Grundkenntnisse mitbringen!

**261-22322 / Hong Fan-Hofmeister**

**Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 308  
Fr. 20.2. / 15:00 - 16:00 Uhr / 12 Termine / 56 €  
Anmeldung bis: 9.2.

## Digitale Kompetenzen

### Animiere deine Ideen!

#### *Animations-Apps ausprobieren für Kinder ab 6 Jahren*

Der Nachmittag bietet Kindern und Jugendlichen an mehreren Stationen die Möglichkeit, unterschiedliche Animations-Apps am iPad und Laptop auszuprobieren, Spaß zu haben und neue Dinge zu lernen. Im Vordergrund steht hier die kreative und unterhaltsame Nutzung der verschiedenen Apps und Anwendungen. Die eigenen Ideen können so zum Leben erweckt werden und es entstehen erste Animationen. In Kooperation mit dem Medienbildungszentrum Nord.

**261-22400 / Sibylle Roth; Christina Ecknick  
Kassel-Mitte**

Medienbildungszentrum Nord, Rainer-Dierichs-Platz 1  
Fr. 20.3. / 15:00 - 17:00 Uhr / gebührenfrei  
Anmeldung bis: 16.3.



## Tastschreiben am Computer

### *Für Kinder und Jugendliche ab Klasse 4*

Wer, ohne auf die Tastatur zu schauen, Texte am Computer verfasst, kann sich auf Inhalte konzentrieren und muss weniger korrigieren! Das Tastschreiben nach dem Zehnfingersystem erleichtert es, den Computer zu bedienen. Mit vielen Sinnen wird gelernt (multi-sensorisches Lernen), die Tastatur effektiv zu bedienen und in kurzer Zeit „blind“ zu schreiben. Es wird die Tastenzuordnung zu den einzelnen Fingern gelernt sowie schnell, sicher und fehlerfrei kurze Texte zu schreiben und zu gestalten.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte Buntstifte mitbringen.

**261-22420 / Angelika Wolnarek  
Lohfelden-Vollmarshausen**

vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9, EDV-Raum  
Di. 7.4. - Fr. 10.4. / 9:00 - 13:00 Uhr / 78 €  
Anmeldung bis: 25.3.  
Inkl. Fachbuch 16 Euro



**261-22421 / Elfriede Schäth  
Wolfhagen**

vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205  
Mo. 30.3. - Do. 2.4. / 9:00 - 13:00 Uhr / 78 €  
Anmeldung bis: 17.3.  
Inkl. Fachbuch 16 Euro

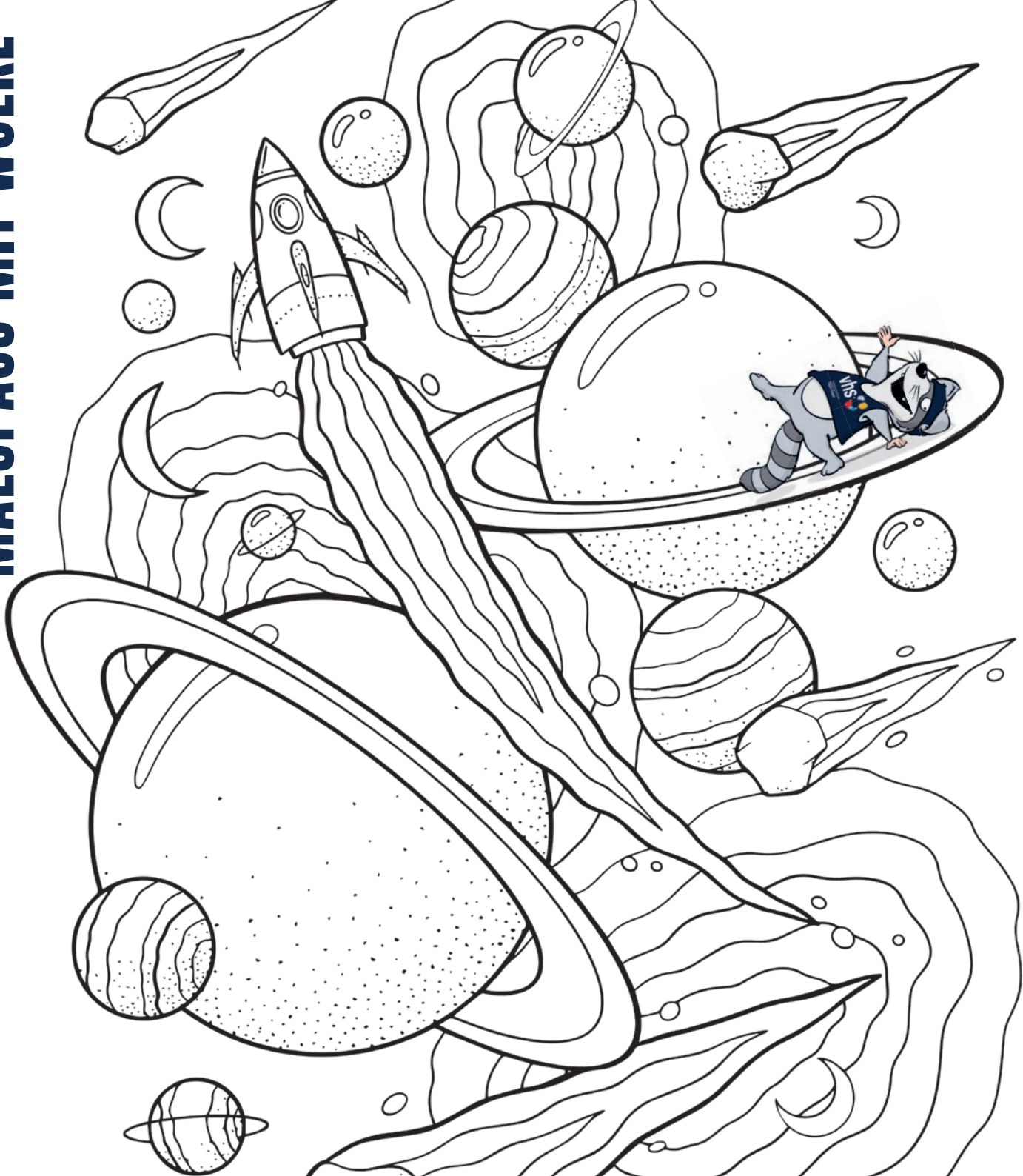


**261-22422 / Angelika Wolnarek  
Lohfelden-Vollmarshausen**

vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9, EDV-Raum  
Mo. 6.7. - Fr. 10.7. / 9:00 - 12:15 Uhr / 78 €  
Anmeldung bis: 24.6.  
Inkl. Fachbuch 16 Euro



# MALSPASS MIT WOLKE



## Angebote für Familien

### Kunst und Gestalten

#### Kreativwerkstatt für Kleinkinder

*Ab 3 Jahren mit einer Begleitperson*

Gemeinsam mit einer Begleitperson haben Kinder ab drei Jahren die Möglichkeit, einen kreativen Nachmittag voller Spaß und Entdeckungen zu erleben. Bei diesem abwechslungsreichen Kurs werden wir gemeinsam malen, basteln und spielen, um die Fantasie der Kinder zu fördern und schöne Erinnerungen zu schaffen. Das können Leinwandkunstwerke, Malen mit Fingerfarben, Figuren aus Knete, Basteln von jahreszeitpassenden Kreationen oder das Erstellen von DIY-Spielzeugen aus Alltagsmaterialien sein. Dieser Nachmittag bietet nicht nur kreative Entfaltung, sondern auch wertvolle gemeinsame Momente, bei denen Kinder spielerisch lernen und Spaß haben können. Lassen Sie sich überraschen!

**261-22550 / Kristina Krause**

**Wolfhagen**

vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 102

Fr. 27.3. / 15:00 - 17:00 Uhr / 8,50 € pro Person

Anmeldung bis: 15.3.

+ Material 5 Euro pro Person (vor Ort zu zahlen)

**261-22551 / Kristina Krause**

**Wolfhagen**

vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 102

Fr. 8.5. / 15:00 - 17:00 Uhr / 8,50 € pro Person

Anmeldung bis: 26.4.

+ Material 5 Euro pro Person (vor Ort zu zahlen)

#### Kleine Hände, große Kunst - ein Töpferkurs für Groß und Klein

*Für Kinder von 6 - 10 Jahren mit einer Begleitperson*

*Wochenendseminar*

Ton eignet sich hervorragend, um seiner Kreativität und Fantasie freien Lauf zu lassen. Mit den Händen und einfachen Werkzeugen können unterschiedlichste Objekte geschaffen werden: eine Schale, kleine Tierfiguren, Blumen oder eine bunte Vase. Die Möglichkeiten sind fast grenzenlos! An diesem Wochenende lernen Sie und Ihr Kind, wie man den Ton gut bearbeiten kann, Formen verbindet und notwendige Techniken. Spielerisch werden Sie an das Material Ton herangeführt und gestalten zusammen kleine Kunstwerke. Das Hauptaugenmerk liegt auf dem Tun der Kinder, bei dem Sie unterstützend zur Seite stehen und nebenbei auch selbst zum Zuge kommen. Am zweiten Tag bemalen wir die Werke. Anschließend werden sie von mir gebrannt. Nach zwei Wochen Trockenzeit können diese dann noch glasiert oder gleich abgeholt werden.

**261-22572 / Silvina Tignani**

**Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 2

Sa. 14.2. und So. 15.2. / 14:30 - 17:30 Uhr / 2 Termine

26 € pro Person

Anmeldung bis: 9.2.

+ Material nach Verbrauch ca. 15 Euro (vor Ort zu zahlen)

**261-22573 / Silvina Tignani**

**Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 2

Sa. 7.3. und So. 8.3. / 14:30 - 17:30 Uhr / 2 Termine

26 € pro Person

Anmeldung bis: 22.2.

+ Material nach Verbrauch ca. 15 Euro (vor Ort zu zahlen)

**261-22574 / Silvina Tignani**

**Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 2

Sa. 20.6. und So. 21.6. / 14:30 - 17:30 Uhr / 2 Termine

26 € pro Person

Anmeldung bis: 7.6.

+ Material nach Verbrauch ca. 15 Euro (vor Ort zu zahlen)



## Musik

### Mit Musik durch die Jahreszeiten

*Für Kinder von 2 - 6 Jahren und eine Begleitperson*

Tauchen Sie mit Ihrem Kind ein in die ganzheitliche Welt der Musik. Wir wollen hier gemeinsam bildnerisch, musikalisch und/oder bewegt aktiv werden. Im Rahmen dieses Angebotes dürfen Ihre Kinder erste Bekanntschaft mit Rhythmus-Instrumenten machen. Dazu gehören zum Beispiel die Triangel, Klanghölzer, wie auch Rahmentrommeln. Ab und an werden wir uns auch an Melodie-Instrumenten ausprobieren. Dazu gehören zum Beispiel Glockenspiele und kleine Flöten. Dabei nehmen wir uns pro vierteljährlichem Thema an zwei aufeinanderfolgenden Tagen zwei Stunden Zeit, um auszuprobieren und zu üben. Wir gehen vom Herbst in den Winter und runden mit der „3. Jahreszeit“, mit Fasching, ab!  
Bitte halten Sie einen kleinen Snack sowie Schere und Kleber bereit.

**261-22580 / Petra Zilch  
Wolfhagen**

vhs, Raiffeisenweg 2, Gymnastikraum 202  
Fr. 27.3./Sa. 28.3., Fr. 24.4./Sa. 25.4., Fr. 29.5./Sa. 30.5. /  
15:00 - 16:30 Uhr / 6 Termine / 36 € pro Person  
Anmeldung bis: 16.3.

## Tanz

### Gemeinsam im Rhythmus

In diesem Kurs tanzen Groß und Klein gemeinsam im Rhythmus, entdecken spielerisch Bewegungen und stärken dabei Koordination, Gleichgewicht und Teamgeist. Durch abwechslungsreiche Übungen zu passender Musik lernen alle zusammen zur Musik zu tanzen, verschiedene Tanzstile auszuprobieren und kleinere Choreografien mit Spaß zu meistern. Die Stunde fördert sowohl die motorische Entwicklung der Kinder als auch die Inspiration der Erwachsenen, sodass Familien Spaß am Tanzen finden. Offene, freundliche Atmosphäre, in der jeder mitgehen kann - egal ob neu beginnend oder fortgeschritten.

*Tanzen für Kinder von 6 - 10 Jahren und Erwachsene*

**261-22635 / Mykola Hrushetsky  
Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum  
Fr. 20.2. / 15:00 - 16:00 Uhr / 12 Termine / 48 € pro Person  
Anmeldung bis: 9.2.

*Tanzen für Jugendliche von 11 - 18 Jahren und Erwachsene*

**261-22636 / Mykola Hrushetsky  
Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum  
Fr. 20.2. / 16:15 - 17:15 Uhr / 12 Termine / 48 € pro Person  
Anmeldung bis: 9.2.



## Bewegung, Sport und Entspannung

### Familien-Yoga

*Für Kinder von 5 - 10 Jahren mit einer Begleitperson*

Wir wollen gemeinsam eine Yoga-Einheit erleben - für Kinder im Alter von fünf bis zehn Jahren begleitet von einem vertrauten Erwachsenen.

Lasst uns gemeinsam spielen, lachen, singen, spielerisch Yoga-Übungen entdecken und zu sanften Klängen in eine Massage und Fantasiereise eintauchen. Gemeinsam stärken wir Körper, Atem und Fantasie – und genießen wertvolle gemeinsame Momente. In gemeinsamen, lustigen und entspannenden Yoga-Übungen unterstützt ihr euch gegenseitig. So findet ihr einen neuen Zugang zueinander und nehmt die positiven Erfahrungen und Emotionen mit in den Alltag. Bitte mitbringen: (wenn vorhanden) eine Yogamatte pro Erwachsenen-Kind Paar, bequeme Kleidung und Wasserflasche.

*Motto: Hurra, der Frühling ist da!*

**261-22628 / Anja Nicolaus**

**Kassel-Kirchditmold**

Kindergruppe Flohzirkus e.V., Brunnenstr. 23  
Fr. 27.3. / 16:00 - 17:30 Uhr / 7 € pro Person  
Anmeldung bis: 16.3.

*Motto: Sei frech und wild und wunderbar wie Pippi Langstrumpf!*

**261-22629 / Anja Nicolaus**

**Kassel-Kirchditmold**

Kindergruppe Flohzirkus e.V., Brunnenstr. 23  
Fr. 26.6. / 16:00 - 17:30 Uhr / 7 € pro Person  
Anmeldung bis: 15.6.

### Yoganachmittag für Groß und Klein

*Für Kinder ab 4 Jahren und einer Begleitperson*

Erlebe gemeinsam mit deinen (Enkel-)Kindern einen entspannten und bewegten Yoganachmittag, bei dem alle auf ihre Kosten kommen. Während du eine Hatha-Yogastunde genießt, darf dein (Enkel-)Kind in einer Kinder-Yogastunde (erste) Yogaerfahrung sammeln. Gemeinsam starten wir als große Gruppe in unser Yoga-Abenteuer. Groß und Klein stimmen sich mit Liedern und gemeinsamen Bewegungsabläufen auf die folgende Yoga-Einheit ein. Danach teilt sich die Gruppe und Kinder und Erwachsene erleben räumlich getrennt voneinander eine Yogastunde, die auf ihre Bedürfnisse zugeschnitten ist. Zum Schluss kommen wir wieder in der großen Runde zusammen und lassen den Yoganachmittag mit passenden Angeboten zur Jahreszeit gemeinsam ausklingen.

Bitte bequeme Kleidung, wärmende Socken und etwas zu trinken mitbringen.

**261-22630 / Madlen Lorenz; Carina Wagener**

**Kassel-Mitte**

Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26  
So. 1.3. / 15:30 - 17:00 Uhr / 9 € pro Person  
Anmeldung bis: 9.2.

**261-22632 / Madlen Lorenz; Carina Wagener**

**Kassel-Mitte**

Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.24  
So. 19.4. / 15:30 - 17:00 Uhr / 9 € pro Person  
Anmeldung bis: 8.4.



## Wandern mit Lamas

*Für Kinder ab 8 Jahre mit einem vertrauten Erwachsenen*

### *Tagesseminar*

Bei diesem Spaziergang auf Feld- und Waldwegen rund um Ahnatal-Heckershausen begleiten uns zwei große, sanftmütige Südamerikaner mit weichem Fell. Die Lamas Henry und Pele geben die Gelegenheit, ganz neue Erfahrungen in der Natur zu machen. Nach etwa einstündiger Wanderung erreichen wir den Rastplatz, hier ist Raum und Zeit für Spiele in der Gruppe und wer möchte, kann einer Geschichte über Lamas lauschen. Bitte mitbringen: Trinkflasche und festes Schuhwerk. Treffpunkt: Stallgebäude Harleshäuser Str. 8 in Heckershausen.

**261-22637 / Claudia Scheffler**

### **Ahnatal-Heckershausen**

Lamatherapie Claudia Scheffler, Harleshäuser Str. 8

Di. 13.6. / 15:00 - 17:00 Uhr / 8,50 € pro Person

Anmeldung bis: 1.6.

## Spiel, Spaß und Bewegung mit der Spieltonne

*Für Familien mit Kindern im Alter von 3 - 10 Jahren*

Immer Freitag nachmittags vom 17. April bis zum 26. Juni 2026, außer am 1.5. (Feiertag) sowie 15.05.26 und 19.06.26 (Feierabendmarkt) wird die Spieltonne auf dem Marktplatz ausgepackt! Alle Familien sind herzlich eingeladen vorbeizukommen und die verschiedenen Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten auszuprobieren. Ob Bobbycar-Parcour, Seilspringen oder Wurfspiele - für jeden ist etwas dabei und Spaß ist garantiert! Kostenfrei und ohne Anmeldung!

In Kooperation mit dem Quartier am Markt

**Kirsten Köster**

### **Hofgeismar**

Marktplatz, Markt 4

Fr. 17.4. / 15:00 - 16:30 Uhr / 8 Termine





### Persönliche und digitale Kompetenzen

#### Starke Familie

##### *Selbstbehauptung für Kinder von 5 - 12 Jahren mit einem Elternteil*

In einer schnellen und anspruchsvollen Welt brauchen Kinder einen stabilen Rückhalt. Eltern stehen dabei selbst oft unter Druck. Dieses besondere Eltern-Kind-Training stärkt euch beide: Spielerisch und aktiv lernt ihr neue Strategien für Selbstbehauptung, Konfliktbewältigung und Resilienz. So gewinnt ihr mehr Sicherheit, Klarheit und Freude im Familienalltag.

Was ihr lernt:

- stärkeres Vertrauen und ein harmonisches Miteinander,
- konstruktiver Umgang mit Konflikten,
- mehr Freude, Verbindung und entspannte gemeinsame Zeit.

#### **261-22639 / Hanna Salzmann**

##### **Wolfhagen**

vhs, Raiffeisenweg 2, Gymnastikraum 202  
Mi. 8.4. / 9:00 - 13:00 Uhr / 17 € pro Person  
Anmeldung bis: 30.3.

#### Nur noch 5 Minuten

##### *Das Gaming-Angebot für die ganze Familie ab 6 Jahren*

Wir möchten das Thema Videospiele raus aus dem Kinderzimmer bringen und uns gemeinsam mit der Faszination dahinter beschäftigen. Dazu begeben wir uns auf eine kleine Zeitreise und schauen uns an, was Mama und Papa früher so gespielt haben. Dann reisen wir in die Gegenwart und schauen auf aktuelle Spiele, die den Familien-Spieleabend bereichern können. Bei Interesse zeigen wir euch auch einige Tools, mit denen ihr selbst kreativ werden und zu eigenen SpieleentwicklerInnen werden könnt. Alles das passiert spielerisch und locker, mit viel Raum für den Austausch und Fragen rund um das Medium Games. Wir stellen den Raum und die Expertise und laden euch ein mitzumachen. Ihr müsst dafür keine Experten sein oder E-Sport betreiben, sondern ihr braucht nur Neugierde und Interesse, neue Dinge auszuprobieren. Ganz nebenbei werden auch Spieleempfehlungen gegeben, die USK erklärt und auch Sorge rund um den Spielkonsum besprochen. Eingeladen sind Kinder mit einer Begleitperson.

#### **261-22500 / Pascal Spohn**

##### **Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102  
Sa. 7.3. und So. 8.3. / 14:00 - 18:00 Uhr / 33,50 € pro Person  
Anmeldung bis: 24.2.  
+ Material 5 Euro pro Person (vor Ort zu zahlen)

## Abenteuer

### Nichts für Angsthassen!

*Ein gruseliges Vater-Kind-Wochen-ende (ab 6 Jahren)*

Väter oder Großväter mit ihren Kindern können sich hier ausgiebig im Gruseln üben. Selbst hergestellte Kürbislaternen, Gruselgeschichten am Lagerfeuer mit Stockbrot, Würstchen und Gespensterpunsch sowie ein Gang durch finstere Gemäuer des alten Wasserschlosses und dunkle Wälder mit Schatzsuche lassen es einem eiskalt den Rücken herunter laufen.

**262-22792 / Tobias Hoose; Dennis Beer  
Trendelburg-Wülmersen**

Wasserschloss

So. 2.11. / 17:30 - 21:00 Uhr / 3 Termine

110 € + 75 € je Kind

Anmeldung bis: 17.8.

Leistungen inbegriffen:

Seminargebühr, Übernachtungskosten

Hinzu kommen:

+ 25 Euro Material- und Verpflegungskosten pro Person, vor Ort zu bezahlen

+ Bitte das Grillgut für Samstagabend selbst mitbringen.

Preisanpassungen von Drittanbietern führen zu einer Erhöhung des Endpreises.

## Meine erste Übernachtung mit Papa

*Ein ganzes Wochenende „Papazeit“ mit meinem Kind im Alter bis 3 Jahren*

Ein besonderes Abenteuer für Papas und ihre kleinen Entdecker. Bei dieser Übernachtung stehen gemeinsame Zeit, Nähe und Spaß im Mittelpunkt. Auf der Decke spielen, gemeinsam lachen, essen, draußen auf dem Spielplatz toben oder einfach die Natur genießen. All das bietet Raum für wertvolle Vater-Kind-Momente. Abends machen wir es uns gemütlich, lesen zusammen eine kleine Geschichte und erleben die erste gemeinsame Nacht. Ein Angebot, das die Bindung stärkt und schöne Erinnerungen schafft.

Vor dem Wochenende wird es ein Vorbereitungstreffen geben, zu dem Sie nach der Anmeldefrist eingeladen werden.

In Kooperation mit der Vätergruppe Kassel e.V.

**261-22645 / Dennis Beer; Achim Mathusek; Klaus Völker  
Meißner**

Feuerwehrheim Sankt Florian, Jugenddorf 1

Sa. 8.8. / 10:00 - 20:00 Uhr

So. 9.8. / 8:00 - 12:00 Uhr / 100 € + 45 € je Kind

Anmeldung bis: 10.6.

Leistungen inbegriffen:

Seminargebühren / Übernachtung

Hinzu kommen:

Verpflegungskosten ca. 20 € für Vater und Kind, vor Ort bezahlen.

Preisanpassungen von Drittanbietern führen zu einer Erhöhung des Endpreises.



## Backen

### In der Osterbäckerei

*Für Kinder ab 8 Jahren mit einer Begleitperson*



Gemeinsam backen macht doppelt so viel Spaß! In diesem liebevoll gestalteten Eltern-Kind-Backkurs dreht sich alles um die duftende Osterbäckerei. Zusammen lernen wir, wie aus einfachem Hefeteig wunderschöne Flechtgebäcke entstehen - vom klassischen Hefezopf über süße Osterhasen bis hin zu kleinen Nestern für bunte bemalte Eier.

Bitte mitbringen: Schürze, Transportbox, Ofenhandschuhe, Geschirrhandtuch.

**261-22650 / Cornelia Cordt-Nimbs**

**Kassel-Oberwehren**

Willy-Brandt-Schule, Außenstelle (Gebäude 5), Oberwehrener Str. 103

Sa. 4.4. / 10:00 - 15:00 Uhr / 25 € pro Person

Anmeldung bis: 22.3.

Die Gebühr fällt pro angemeldete Person an.

+ Material 15 Euro (vor Ort zu zahlen)



## Angebote für Eltern | Pädagogik

### Gelassen durch die Schulzeit

*Wie Eltern ihre Kinder entspannt und wirksam begleiten können*

#### Tagesseminar

Hausaufgabenstress, Lernfrust, ADHS, LRS oder einfach das Gefühl, dass das eigene Kind nicht „mitkommt“ - viele Familien erleben Schulzeit als belastend.

In diesem Workshop werden wirksame Methoden gezeigt, wie Sie ihr Kind mit Leichtigkeit unterstützen können.

- Spielerisch lernen statt pauken: Vokabeln, 1x1 & Co.
- Konzentration fördern - mit Bewegung und Spaß (Brain Gym®).
- Wie du dein Kind bei ADHS, LRS oder Lernblockaden stärken kannst.
- Schwierige Schulgespräche souverän führen.
- Selbstfürsorge & Entspannung für Eltern - denn gelassene Eltern = entspanntere Kinder!

Eltern sein ist Herausforderung und Geschenk zugleich - mit den richtigen Werkzeugen gelingt der Alltag leichter.

**261-22742 / Birgit Willig**

**Hofgeismar**

vhs, Kasinoweg 22, Raum 013

Sa. 28.2. / 10:00 - 14:00 Uhr / 17 €

Anmeldung bis: 18.2.

+ Skript 5 Euro (vor Ort zu zahlen)

## Selbstbewusstsein beim Kind fördern

*Für Eltern und Interessierte*

### Vortrag

Der Elternabend „Selbstbewusstsein beim Kind fördern“ bietet einen Überblick darüber, wie Eltern die innere Stärke und das Selbstwertgefühl ihrer Kinder positiv unterstützen können. Wir besprechen, wie wichtig eine wertschätzende Kommunikation und realistische Erwartungen im Familienalltag sind. Die Eltern erhalten praktische Ideen, wie sie ihren Kindern Mut machen und deren eigene Fähigkeiten sichtbar machen können. Außerdem geht es darum, wie Kinder lernen, Fehler als Teil des Lernprozesses zu sehen. Gemeinsam reflektieren wir, welche Haltung Kindern Sicherheit gibt und wie Lob sinnvoll eingesetzt werden sollte. Wir betrachten auch, wie Routinen, Verantwortung und kleine Erfolgserlebnisse das Selbstvertrauen stärken. In Austauschphasen können Eltern eigene Erfahrungen teilen und Fragen stellen. Ziel des Abends ist es, konkrete, alltagstaugliche Impulse mitzunehmen, die Kinder nachhaltig in ihrer Entwicklung unterstützen.

**Anna Seifried**  
**Immenhausen**

Glasmuseum, Am Bahnhof 3  
Fr. 17.4. / 18:30 - 20:00 Uhr / 5 €

## Kinder und Wut – warum Wut eine wichtige Emotion ist und wie du sie begleitest

*Für Eltern, pädagogisches Personal und Interessierte*

### Vortrag

Wut ist eine der kraftvollsten und gleichzeitig missverstandenen Emotionen – bei Kindern wie auch bei Erwachsenen. Viele Eltern und Fachkräfte erleben sie als Herausforderung, dabei steckt in der Wut ein wertvoller Schlüssel zur emotionalen Entwicklung und inneren Stärke. In diesem Vortrag geht es darum, Wut neu zu verstehen: Was passiert im kindlichen Gehirn, wenn starke Gefühle hochkochen? Welche Bedürfnisse stecken hinter Wutausbrüchen – und warum ist Wut für die Entwicklung von Autonomie, Selbstwert und Resilienz so wichtig? Aus bindungs- und beziehungsorientierter Sicht schauen wir darauf, wie Erwachsene Kinder in ihrer Wut liebevoll begleiten können, ohne selbst die Kontrolle zu verlieren. Du erhältst Impulse, um Wut als Ausdruck innerer Not oder Bedürfnis zu verstehen, dein eigenes Nervensystem zu regulieren, um handlungsfähig zu bleiben, und Kinder durch Verbundenheit, Sicherheit und klare Führung zu unterstützen. Ein Vortrag, der Verständnis vertieft, Entlastung schenkt und neue Wege zeigt, mit Wut verbunden statt machtlos umzugehen – im Familienalltag oder pädagogischen Kontext. Im Anschluss gibt es Raum für Fragen und Austausch.

**Silvana Triebstein**  
**Immenhausen**

Glasmuseum, Am Bahnhof 3  
Fr. 29.5. / 18:30 - 20:00 Uhr / 5 €



## Leserlernförderung in Nordhessen

MENTOR - Die Leselernhelfer Nordhessen e.V. fördert in Kooperation mit der Volkshochschule Region Kassel die Lese- und Sprachkompetenz von Kindern im Grundschulalter. Die Leselernhelfer Nordhessen sind seit mehreren Jahren an zahlreichen Schulen in Stadt und Landkreis Kassel ehrenamtlich in der Leseförderung engagiert. Unser Anliegen ist es, Kinder in der Leseförderung aktiv zu unterstützen und durch Lesen lernen Spaß an Geschichten und Büchern zu vermitteln.

Die Veranstaltungen finden in Kooperation mit MENTOR - Die Leselernhelfer Nordhessen e.V. statt.

### Das Lesen lernen unterstützen

#### *Qualifizierung zur 1:1 Lesementorin / zum 1:1 Lesementor*

Lesen ist die Grundlage allen Lernens. Kinder und Jugendliche lernen so neue Sichtweisen kennen, bekommen Denkanstöße, entdecken neue Welten, entwickeln ihre Fantasie, Empathie und ihre Sprache. Wer die Bedeutung von gedruckten und digitalen Texten erfassen kann, kann einen Schulabschluss machen, sich eine eigene Meinung bilden und sein Leben selbst in die Hand nehmen.

In dieser Qualifizierung beschäftigen wir uns mit den theoretischen Grundlagen wie Lesen und Lesen lernen sowie Lesemotivation. Sie bekommen praktische Tipps zur Leselernförderung und erfahren, wie Sie eine Leselern-Stunde gestalten können, welche Materialien geeignet sind und wie eine Zusammenarbeit mit dem Kind aussehen könnte. Praktische Übungen ergänzen die Theorie, sodass Sie für diese anspruchsvolle Tätigkeit gut vorbereitet sind.

Sie bekommen außerdem Informationen über ein mögliches Ehrenamt und die damit verbundenen Rechte und Pflichten. Bei Bedarf unterstützt die MENTOR-Lesestiftung auch eine geeignete Möglichkeit zu finden, zum Beispiel an einer Grundschule in Stadt oder Landkreis Kassel, das Ehrenamt auszuprobieren.

#### **261-22720 / Peter Dunger**

##### **Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304  
Mi. 15.4. und Di. 21.4. / 18:00 - 21:00 Uhr / 25 €  
Anmeldung bis: 5.4.

### Vorlesen für Kinder und Erwachsene

#### *Ausbildung zur Vorlesepatin / zum Vorlesepaten*

Vorlesen fördert bei Kindern das sprachliche Ausdrucksvermögen, die Ausdauer und die Konzentration. Es trägt zur Entfaltung der Fantasie und der Kreativität bei. Kinder, denen regelmäßig vorgelesen wird, greifen erfahrungsgemäß später auch häufiger selbst zum Buch.

Nicht in allen Familien gehört das Vorlesen zur täglichen Routine. In diesen Fällen können Lesepatinnen und Lesepaten helfen, die Freude an Geschichten und Büchern zu wecken. Angebote zum Vorlesen für Kinder oder aber auch Vorlesezeiten beispielsweise im Seniorenheim bewegen viel: Erinnerungen werden geweckt, die Konzentration und das Gedächtnis werden angeregt.

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie durch lebendiges Vorlesen Ihr Publikum in den Bann ziehen. Auch die richtige Vorbereitung einer Vorlesung trägt zum Erfolg einer Veranstaltung bei. Durch praktische Übungen und Ausprobieren werden Sie eigene Erfahrungen sammeln können. Und damit Sie diese auch einsetzen können, bekommen Sie zahlreiche Tipps und Informationen, wie und wo Sie aktiv werden können.

#### **261-22722 / Peter Dunger**

##### **Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal  
Mi. 18.3. und Mi. 25.3. / 18:00 - 21:00 Uhr / 24 €  
Anmeldung bis: 8.3.



## Wie Kinder das Bücher lesen lieben lernen!

*Wie kann man Kindern mehr Lust auf Bücher und Lesespaß vermitteln?*

Dieser Kurs zeigt, wie Motivation entsteht und wie man Lust am Lesen weckt. Von der passenden Buchauswahl über den Einstieg ohne Druck mit kurzen, regelmäßigen Lesezeiten bis hin zu Leseerlebnissen wie Vorlesen, gemeinsames Lesen und spielerische Leseformen. Praktische Ideen, die Sie sofort ausprobieren können. Dazu gibt es altersgerechte Buchempfehlungen, Checklisten und einfache Übungsformen. Sie erfahren, was Kinder wirklich interessiert und Eltern nicht wissen. Warum steigt ein Kind aus einem Buch aus? Und wann greift ein Kind zum Buch? Das gesamte Paket muss stimmen. Kinder begeistern sich für Geschichten und Bücher, wenn sie Spaß am Lesen haben.

**261-22724 / Peter Dunger  
Ahnatal-Weimar**

Helpensteinschule, Schulstr. 12, Mehrzweckraum  
Fr. 19.6. / 17:00 - 20:00 Uhr / 12 €  
Anmeldung bis: 7.6.

## Leseförderung mit digitalen Medien

*Digitale Methoden und Anwendungen für die 1:1 Leseförderung*

Das Leben wird zunehmend digitaler und für viele Mitmenschen stellt diese Entwicklung eine große Herausforderung dar. Auch Schulen und Behörden sind da nicht immer ein Vorbild. Digitale Anwendungen bieten besonders in der Lern- und Leseförderung geeignete Methoden und Möglichkeiten, um Kinder individuell und gezielt zu fördern. Um Sicherheit im Umgang mit der Digitalisierung zu haben, Berührungspunkte zu nehmen und Hemmschwellen zu senken, bedarf es einer fortlaufenden Auseinandersetzung mit dem Thema. Im Fokus dieses Kurses steht die Stärkung Ihrer digitalen Medienkompetenz. Sie erfahren, welche digitalen Medien geeignet sind und wie digitale Methoden und Anwendungen nachhaltig und erfolgreich in der Leseförderung eingesetzt werden können.

**261-22726 / Peter Dunger  
Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal  
Mi. 25.2., Mi. 4.3. und Mi. 11.3. / 17:00 - 20:00 Uhr / 3 Termine / 36 €  
Anmeldung bis: 15.2.

## Mit Comics leichter lesen lernen

*Comics machen Lust aufs Lesen und öffnen Kindern den Weg in die Welt der Bücher*

Comics eröffnen Kindern einen spielerischen Zugang zur Welt des Lesens. Durch die Verbindung von Bild und Text fällt das Lesen leichter, die Motivation steigt und Geschichten werden lebendig. In diesem Weiterbildungsprogramm erfahren Sie, wie Comics gezielt eingesetzt werden können, um die Lesefreude und Sprachentwicklung von Kindern zu fördern. Sie lernen Methoden kennen, um Beobachten, Erzählen und Verstehen zu verbinden und über die Geschichten ins Gespräch zu kommen. Ziel ist es, mit Comics Begeisterung zu wecken – und so den Grundstein für eine nachhaltige Leselust zu legen.

**261-22728 / Peter Dunger  
Kassel-Mitte**

Stadtbibliothek-Jugendbücherei, Oberste  
Gasse 3, Seminarraum  
Di. 30.6. / 16:00 - 19:00 Uhr / 13 €  
Anmeldung bis: 21.6.

## Spielerisch lesen lernen

*Analoge Methoden für die Leseförderung*

Lesen lernen und dabei Spaß haben, ist für Kinder entscheidend, um eine positive Einstellung zum Lesen zu entwickeln. Das Einbinden von geeigneten analogen Spielen kann dabei eine wunderbare Methode sein, um das Lernen spielerisch und motivierend zu gestalten. In diesem Kurs lernen Sie dafür geeignete Ansätze kennen. Spiele wie Memory mit Buchstaben, Wort-Bingo oder Scrabble für Kinder helfen, Buchstaben und Wörter auf spielerische Weise zu erkennen und zu festigen. Geschichten nachspielen, Wort- und Buchstabenjagd, Buchstaben- und Wortpuzzels, sowie Lesen spielerisch in den Alltag integrieren. Das Ziel ist, das Lesen mit Bewegung, Spaß und Erfolgserlebnissen zu verbinden. So lernen Kinder, dass Lesen Freude macht und keine harte Arbeit ist. Sie lernen konkrete Spielideen und praktische Tipps zur Anwendung kennen.

**261-22729 / Peter Dunger  
Kassel-Mitte**

vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 409  
Mi. 27.5. / 16:00 - 19:00 Uhr / 13 €  
Anmeldung bis: 17.5.

### Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern: Wenn Verhalten zum Hilferuf wird

*Für Eltern, pädagogisches Personal und Interessierte*  
Vortrag

Immer mehr Kinder zeigen Verhaltensweisen, die als „auffällig“ oder „problematisch“ wahrgenommen werden – sei es im häuslichen Umfeld, in der Tagespflege, in Krippe, Kita oder Schule. Doch was steckt wirklich hinter diesem Verhalten? In diesem Vortrag werfen wir einen differenzierten Blick auf das, was häufig als „auffällig“ gilt – und zeigen auf, warum es sich oft vielmehr um einen stillen Hilferuf handelt. Die Referentin erläutert theoretische Grundlagen und klärt, warum es sinnvoll ist, statt von Verhaltensauffälligkeiten besser von herausforderndem Verhalten zu sprechen. Sie erklärt, welche Rolle eigene Werte und Erfahrungen in der Bewertung kindlichen Verhaltens spielen und wie wir zwischen entwicklungsbedingtem Verhalten und Anzeichen möglicher psychischer Belastungen unterscheiden können. Der Vortrag bietet wertvolle Impulse zu Fragen wie: Welche Formen herausfordernden Verhaltens sind entwicklungsbedingt – und welche deuten auf tieferliegende Themen hin? Was wollen uns Kinder mit ihrem Verhalten sagen? Wie können wir als Erwachsene angemessen, bindungs- und beziehungsorientiert darauf reagieren? Neben alltagsnahen Beispielen und wissenschaftlich fundierten Erkenntnissen gibt das Bild des Eisbergs Orientierung beim „Entschlüsseln“ kindlichen Verhaltens. Ziel ist es, Kinder besser zu verstehen – und ihnen auf Augenhöhe zu begegnen, auch wenn sie uns gerade besonders herausfordern.

**Silvana Triebstein**  
Naumburg

Haus des Gastes, Pavillon, Hattenhäuser Weg 10  
Fr. 6.3. / 18:30 - 20:00 Uhr / 5 €

### Haltung zeigen für demokratische Werte

*Lesung und Vortrag für pädagogisches Personal aus Kita, Ganztage und Schule*

Pädagogik ist politisch, denn es macht einen Unterschied, ob wir Kinder als „Befehlsempfänger“ oder als mündige, gleichwürdige Menschen sehen, die in bestimmten Bereichen unbedingt mit- oder auch selbstbestimmen dürfen. Eine Pädagogik, die Kinder stärkt, stärkt damit auch gleichzeitig unsere Demokratie - lange war das nicht mehr so notwendig wie heute.

Was genau Kinder brauchen und wie Fachkräfte das umsetzen können, stellt Inke Hummel vor. In einer Kombination aus Lesung und Vortrag stellt sie ihren Beitrag aus dem Sammelband „Haltung zeigen für demokratische Werte“ aus 2025 sowie „Demokratische Werte in der Praxis leben“, welches 2026 erscheint, vor und gibt konkrete Handlungsempfehlungen für die Praxis.

Inke Hummel ist Bestseller-Autorin, Pädagogin und Inhaberin der Familienbegleitung „sAchtsam Hummel“. Sie unterstützt Familien und Fachkräfte dabei, Kinder, ihre Entwicklung und ihre Bedürfnisse besser zu verstehen und sinnvoll zu begleiten. Sie ist selbst dreifache Mutter.

**Inke Hummel**

Fuldatal-Ihringshausen, Ludwig-Emil-Grimm-Schule  
Di. 3.11. / 19:00 - 20:30 Uhr / 9 €



**vhs**

Volkshochschule  
Region Kassel



Programm  
Frühjahr/Sommer  
2026

**LESEVERGNÜGEN**



vhs-region-kassel.de

Folgen Sie unseren Kanälen:



@vhskassel



@vhsregionkassel



**junge vhs**



Volkshochschule  
Region Kassel

### Impressum

vhs Region Kassel  
Wilhelmshöher Allee 19-21  
34117 Kassel

Telefon 0561 1003-1681  
[vhs@landkreiskassel.de](mailto:vhs@landkreiskassel.de)  
[www.vhs-region-kassel.de](http://www.vhs-region-kassel.de)

