

**Dein Einstieg  
in die Zukunft!**

**Bernd Mathieu,  
Dozent für KI**



**Programm  
1. Semester  
2026**



# Richtig alt werden.

## Die besten Lösungen für Ihre Altersvorsorge.

Vereinbaren Sie jetzt einen Termin  
für eine individuelle Beratung.  
Mehr dazu unter:

[sk-sb.de/altersvorsorge](https://sk-sb.de/altersvorsorge)



Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse  
Saarbrücken



Volkshochschule  
Sulzbach/Saar

## Volkshochschule der Stadt Sulzbach/Saar

Historische Salzhäuser  
Auf der Schmelz, 66280 Sulzbach/Saar

Staatlich anerkannte Einrichtung  
der Erwachsenenbildung gegründet 1948

Telefon: 0 68 97 / 508-500 oder 508-532

Telefax: 0 68 97 / 508-401

E-Mail: [vhs@stadt-sulzbach.de](mailto:vhs@stadt-sulzbach.de)

Website: [www.vhs-sulzbach.de](http://www.vhs-sulzbach.de)

Beginn der Kurse: Montag, 2. März 2026

Ende der Kurse: Freitag, 26. Juni 2026

vhs-Eröffnung: Freitag, 13. März 2026, 18.00 Uhr  
Salzbrunnenhaus Sulzbach

Osterferien: 7. April 2026 bis 17. April 2026  
(In den Ferien finden in der Regel keine Kurse statt!)

**Titelbild: Andreas Both**  
**Impressum:**

Herausgeber: vhs Sulzbach, Auf der Schmelz, 66280 Sulzbach  
Herstellung: reha GmbH, Dudweilerstraße 72, 66111 Saarbrücken

Gedruckt auf FSC®-zertifiziertem Papier mit dem blauen Umweltengel.

Der weltweite Waldverlust schreitet ungebremst voran. Dies treibt auch den Klimawandel voran: 18 bis 25 % der weltweiten CO<sub>2</sub>-Emissionen werden durch die Waldvernichtung und deren Folgen verursacht. Der globale Papierkonsum spielt dabei eine Hauptrolle.

Schlüssel zu einem nachhaltigen Papierverbrauch ist eine Reduzierung des Rohstoffverbrauchs sowie der verstärkte Einsatz von Recyclingpapier.



**Iris Bungert**  
Anmeldung, Verwaltung  
Tel.: 0 68 97 / 508-532  
i.bungert@stadt-sulzbach.de



**Lukas Zimmer**  
Anmeldung, Verwaltung  
Tel.: 0 68 97 / 508 500  
l.zimmer@stadt-sulzbach.de



**Olaf Bramer**  
Mediengestaltung  
Tel.: 0 68 97 / 508-531  
o.bramer@stadt-sulzbach.de



## Inhaltsverzeichnis



### Infoseiten

- Grußwort Ministerin 05
- Grußwort Bürgermeister 06
- Grußwort vhs-Team 08
- Chronologie 10
- Vorschau Kulturamt, Vorschau Tourismus 25
- Stadtbibliothek 26
- Allgemeine Geschäftsbedingungen 82



### Gesellschaft und Leben

- Angebote für die reifere Generation 12
- Geschichte 13
- Gesellschaft 14
- Online-Vorträge 19



### Kunst und Kultur

- Semestereröffnung, Literatur 29
- Konzert 30
- Tanz 32
- Kunst 41
- Fotografie 49



### Gesundheit und Ernährung

- Bewegung & Entspannung 50
- Kurse Kneipp-Verein 52



### Sprachen

- Englisch 65
- Italienisch 68
- Deutsch 69
- Spanisch, Französisch 70



### Arbeit und Beruf

- Excel, Smartphone und Tablets 71
- Vortrag: Crashkurs Rentensteuer 72
- Online-Workshop: Canva 73



### Junge vhs

- Sprache, Lesung, Kreativität, Tanzen 74



## Grußwort



### Liebe Leserinnen und Leser,

die allgemeine Weiterbildung hat eine Aufwertung innerhalb den reformierten Strukturen der Kultusministerkonferenz erfahren. Sie ist nun – gemeinsam mit der beruflichen Bildung – in der Kommission Berufliche Bildung und Weiterbildung verankert. Besonders freut mich, dass das Saarland in dieser Kommission den Co-Vorsitz innehat.

Diese Entscheidung ist ein starkes Zeichen: Sie würdigt die enorme Bedeutung, die Weiterbildung für unsere Gesellschaft hat. Denn Weiterbildung bedeutet weit mehr als die Vermittlung von Wissen. Sie schafft Begegnung, fördert Austausch und verbindet Menschen über Generationen und Lebenswelten hinweg. In Zeiten in denen gesellschaftliche Debatten häufig von Unsicherheit und Spaltung geprägt sind ist dieses verbindende Element von besonderer Bedeutung.

Weiterbildung stärkt das Verständnis für Demokratie, für kulturelle Vielfalt und für den respektvollen Umgang miteinander. Sie ist Ort gelebter Demokratie, weil sie Menschen befähigt, sich einzubringen, kritisch zu denken, sich eine Meinung zu bilden und diese fundiert zu vertreten.

Nutzen Sie das vielfältige Angebot und suchen Sie für sich die passende Veranstaltung heraus. Nutzen Sie die Chance, Neues zu lernen, sich auszutauschen und gemeinsam mit anderen die eigene Perspektive zu erweitern. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen eine schöne Zeit und viel Freude beim Lernen.

Ihre

Christine Streichert-Clivot  
Ministerin für Bildung und Kultur



# Grußwort

Liebe Leserinnen  
und Leser, liebe  
Freundinnen und  
Freunde der Sulzbacher  
Volkshochschule!,



ein neues Semester beginnt – und damit auch die Chance, Neugier, Wissen und Begegnung in den Alltag einzuladen. Bildung öffnet Türen, hält uns beweglich und verbindet Menschen miteinander. Umso mehr freut es mich, dass die vhs Sulzbach für das erste Halbjahr 2026 ein Programm vorlegt, das die Vielfalt unserer Stadt widerspiegelt und Menschen jeden Alters zum Mitmachen einlädt.

Mein herzlicher Dank gilt dem Team der vhs sowie unseren engagierten Dozentinnen und Dozenten, die mit ihrem Einsatz, ihrer Expertise und ihrer Begeisterung ein ebenso vielfältiges wie lebendiges Semesterprogramm geschaffen haben.

Das neue Programm verbindet bewährte Kurse mit vielen frischen Impulsen. Ein besonderer Akzent liegt in diesem Semester auf dem Thema Künstliche Intelligenz: Ein allgemeinverständlicher Einführungsvortrag und ein praxisnaher Workshop laden dazu ein, Chancen und Herausforderungen dieser Zukunftstechnologie gemeinsam zu erkunden. Weitergeführt wird die Online-Reihe zum Thema Klima, die den Blick auf globale Entwicklungen ebenso ermöglicht wie konkrete Anregungen für den Alltag.

Auch für junge Menschen bietet die vhs zur ersten Semesterhälfte attraktive neue Zugänge: Eine Kinderwanderung, die Naturbildung und Naturbegegnung spielerisch verbindet, sowie eine Lesung, in der spannende Geschichten mit dem Thema Achtsamkeit gegenüber der Natur verwoben sind, machen Lernen für Kinder zu einem Erlebnis.

Ob Fremdsprachen, Gesundheit, berufliche Weiterbildung, Kreativangebote oder die vielen Einzelveranstaltungen – in diesem Programm steckt Inspiration für jedes Interesse. Ich lade Sie herzlich ein, zu entdecken, was Sie im kommenden Semester bereichern könnte.

Ihr Bürgermeister  
Michael Adam

Ihre Mitglieder im Kulturausschuss:

Carin Brück Kristina Gartner Petra von Ehren-Hiry Andrea Kallenbrunn

Da. Für Euch. Für Sulzbach.



Wir wünschen Euch viel Spaß  
mit dem vielfältigen  
Programm der VHS-Sulzbach

# Grußwort

**Liebe Interessierte,  
liebe Freundinnen und Freunde der Volkshochschule,**

ganz nach dem Motto „Die Zukunft gestalten“ haben wir uns, das Team der vhs Sulzbach, für das kommende Semester überlegt, welchen Themen die Menschen in dieser herausfordernden Welt begegnen. Besonders wichtig erschien uns, die Aktualität von Themen aufzugreifen, damit wir Bildungsinteressierten erneut ein attraktives Programm anbieten können. Wir möchten über die Altersgrenzen hinweg Bildung und Kultur mit Spaß und Expertise verbinden und weiterhin gemeinsam mit unseren Dozierenden dem Bildungsauftrag gerecht werden.

Haben Sie schonmal von ChatGPT oder Gemini gehört? Die künstliche Intelligenz ist allgegenwärtig: Z. B., um ein Anliegen im Alltag zu klären, sei es am Telefon, wenn es um den nächsten Arzt Termin geht, oder anonyme Chats beim Kundenservice von Internetanbietern. In der Medizin bietet sie neue Methoden in der Diagnostik, z.B. bei der Früherkennung von Tumoren. KI hat großes Potenzial, die Forschung grundlegend zu verändern und Neues zu ermöglichen. Daher war es uns ein Anliegen, diesem Thema Raum zu geben. Auf dem Titel finden Sie unseren Dozenten Bernd Mathieu, der sich dem Thema verschrieben hat und sowohl mit einem kritischen als auch enthusiastischen Selbstverständnis über seine Erfahrungen im Umgang mit der KI in seinen Kursangeboten berichtet. Lassen Sie sich auf ein digitales Abenteuer ein und lernen Sie mit KI Chatbots zu kommunizieren.

Unsere enge Zusammenarbeit mit der DJK Tanzkreis Sulzbach e.V. kommt im neuen Programm auch nicht zu kurz. Dem wollen wir Ausdruck verleihen und stellen den Verein in einer Interview Strecke im Mittelteil vor, um Ihnen einen bunten Eindruck von den zahlreichen Tanz- und Bewegungsangeboten zu vermitteln.

Besonderes Augenmerk liegt auf unserer „jungen vhs“: Junge Menschen „gestalten die Zukunft“ und gemäß dem oben beschriebenen Motto bieten wir für junge Leute spannende Kurserlebnisse an: Führung durch den Saarländischen Rundfunk, Workshops zu Naturpädagogik für Waldliebhaber, eine wertschätzende Kinderlesung über Hühner und vieles mehr.

Im Bereich Gesundheit sind wir durch die Zusammenarbeit mit dem Kneipp Verein sehr breit aufgestellt. Von Yoga bis Wassergymnastik ist alles dabei. Klimaschutz, Onlinebanking, Prävention und Bewegung sind ebenfalls Teil unseres vielseitigen Angebots. Bewährt haben sich unsere beliebten Sprachkurse für Groß und Klein. Mit Englisch bieten wir vier romanische Sprachen an, nämlich Spanisch, Französisch und Italienisch.

Wir laden Sie dazu ein, zu stöbern, Neues zu wagen und Ihrem inneren Antrieb nach Weiterentwicklung zu folgen. Bereichern Sie sich selbst mit Bildung, Kunst, Bewegung, Prävention oder KI und lernen Sie fürs Leben.

Ihr vhs Team

## Kulturausschuss der Stadt Sulzbach / Saar



Caroline Brück  
CDU



Kristina Garter  
CDU



Andrea Kallenbrunnen  
CDU



Petra von Ehren-Hiry  
CDU



Jörn Brandel  
SPD



Yasar Ünlü  
SPD



Andreas Latz  
SPD



Tamara Erhardt  
AfD



Torsten Wolfgang Schneider  
AfD



Mark Augustin  
Freie Wähler



Martin Munkelt  
Freie Wähler



Brunhilde Müller  
FDP



Barbara Klein-Braun  
Bündnis 90/Die Grünen



Monique Brogaard  
Die Linke

”

„Wir machen uns stark für die Kulturthemen in Sulzbach. Unsere Stadt hat sich über ihre Grenzen hinaus mit den vielfältigen kulturellen Angeboten einen Namen gemacht. Das wollen wir mit unserer Ratsarbeit tatkräftig unterstützen. Zahlreiche Veranstaltungen in den Bereichen Musik, Kunst, Bildung und Literatur haben sich als „Marke“ etabliert und sind zum Aushängeschild für Sulzbach geworden. Dazu gehören zum Beispiel der „Sulzbacher Kultursommer“, der „Eugen-Heimlé-Preis“ sowie die beliebten Märkte wie der „Salz- und Kräutermarkt“ oder die „Nacht der Engel“. Das neue vhs Programm ergänzt diese Angebote auf vielfältige Weise.“

**MÄRZ**

126-405 Englisch für Anfänger	Mo 02.03.2026	66
126-406 Englisch am Mittelstufe	Mo 02.03.2026	67
126-813 Englisch Grundschulkind	Mo 02.03.2026	77
126-116 Online: Einsamkeit Inspirationen	Di 03.03.2026	23
126-400 Englisch Anfänger (A1)	Di 03.03.2026	65
126-401 Englisch Vormittag (A2)	Di 03.03.2026	65
126-414 Französisch Anfänger	Di 03.03.2026	70
126-409 Italienisch für Anfänger (A1)	Mi 04.03.2026	68
126-408 Englisch Mittelstufe (B1)	Mi 04.03.2026	67
126-402 Englisch am Vormittag	Mi 04.03.2026	66
126-403 Englisch am Vormittag	Mi 04.03.2026	66
126-404 Englisch am Mittag	Mi 04.03.2026	66
126-412 Spanisch für Anfänger	Mi 04.03.2026	69
126-413 Französisch Fortgeschritten	Mi 04.03.2026	70
126-811 Französisch Grundschulkind	Mi 04.03.2026	77
126-410 Italienisch für Anfänger (A1)	Do 05.03.2026	68
126-407 Englisch am Vormittag - (A1)	Do 05.03.2026	67
126-238 Tausend und eine Masche	Do 05.03.2026	47
126-240A Workshop Mosaik	Fr 06.03.2026	48
126-207 DJK Salsa-Party	Sa 07.03.2026	32
126-229A KIS - Drechseln Block 1	Mo 09.03.2026	41
126-504 Canva Workshop	Mo 09.03.2026	73
126-201 Semestereröffnung	Fr 13.03.2026	29
126-817 Podcast-Workshop Jugendliche	Sa 14.03.2026	80
126-114 Online: Kinder & Medien	Mo 16.03.2026	21
126-229B KIS - Drechseln Block 2	Mo 16.03.2026	41
126-304 Sorge für dich - Selbstfürsorge	Di 17.03.2026	52
126-110 Online: Klima und Kultur	Mi 18.03.2026	18
126-303 Tai Chi und Qi Gong	Mi 18.03.2026	51
126-801 Kreative Malwerkstatt	Mi 18.03.2026	74
126-230 KIS - Offenes Atelier	Do 19.03.2026	42
126-203 Lesung Hans Bollinger	Fr 20.03.2026	30
126-232A KIS - Makramee	Sa 21.03.2026	43
126-233 KIS - Acryl-Spachteltechnik	Sa 21.03.2026	44
126-229C KIS - Drechseln Block 3	Mo 23.03.2026	41
126-104 Vortrag: Vorsorge und Betreuung	Di 24.03.2026	15
126-241 Fotografieren Grundlagen	Mi 25.03.2026	49
126-501 Excel Grundlagen	Do 26.03.2026	71
126-502 Smartphone/Tablet Android	Do 26.03.2026	71
126-235 KIS - Gemeinschaftsausstellung	Fr 27.03.2026	45
126-231 KIS - Kreative Auszeit Farbe	Sa 28.03.2026	43
126-232B KIS - Makramee	Sa 28.03.2026	43
126-229D KIS - Drechseln Block 4	Mo 30.03.2026	41
126-106 KI verstehen - Faszination...	Di 31.03.2026	16

**APRIL**

126-239 Strick oder Häkel für dich	Mi 08.04.2026	48
126-204 Konzert: Die Matthis-Show	Fr 10.04.2026	30
126-229E KIS - Drechseln Block 5	Mo 13.04.2026	41
126-103 Zu Besuch beim SR	Mi 15.04.2026	14
126-105 Online-Banking Einstieg	Do 16.04.2026	15
126-236 Ausstellung Margarete Petri	Fr 17.04.2026	46
126-102 Erholung und Heimatkunde im DFGSa	18.04.2026	14
126-229F KIS - Drechseln Block 6	Mo 20.04.2026	41
126-415 Intensivkurs Englisch	Mo 20.04.2026	70
126-108 Vortrag: Rad Ruhrgebiet	Di 21.04.2026	17
126-111 Online: Klima und Beteiligung	Mi 22.04.2026	19
126-814 Kinderlesung Kikeriki	Mi 22.04.2026	78
126-301 Taiji Qigong Shibashi	Do 23.04.2026	50
126-238A Tausend und eine Masche	Do 23.04.2026	47
126-205 Saarländischer Abend	Fr 24.04.2026	31
126-229G KIS - Drechseln Block 7	Mo 27.04.2026	41

**MAI**

126-112 Online: Klima und Psychologie	Do 07.05.2026	20
126-237 Ausstellung Joachim Hell	Fr 08.05.2026	47
126-240A Workshop Mosaik	Fr 08.05.2026	48
126-101 Heimatgeschichte Sulzbach ent...	Sa 09.05.2026	13
126-234 KIS - Eltern-Kind Aquarell	Sa 09.05.2026	45
126-816 Zeichnen Jugendliche	Sa 09.05.2026	79
126-232C KIS - Makramee	Sa 08.05.2026	43
126-229H KIS - Drechseln Block 8	Mo 11.05.2026	41
126-107 KI verstehen - Workshop	Di 12.05.2026	16
126-206 Musikkabarett Shakti & Matze	Mi 13.05.2026	31
126-229I KIS - Drechseln Block 9	Mo 18.05.2026	41
126-202 Lesung J.W. Gronius	Di 19.05.2026	29
126-117 Online: Edutainment Einsamkeit	Do 21.05.2026	24
126-109 Vortrag: Bodensee Impressionen	Di 26.05.2026	18

**JUNI**

126-229J KIS - Drechseln Block 10	Mo 01.06.2026	41
126-302 Vortrag Dr. Merloni	Di 02.06.2026	50
126-113 Online: Klima und Finanzen	Mi 03.06.2026	21
126-232D KIS - Makramee	Sa 06.06.2026	43
126-229K KIS - Drechseln Block 11	Mo 08.06.2026	41
126-238B Tausend und eine Masche	Do 11.06.2026	47
126-815 Kinderwanderung Urwald	Sa 13.06.2026	78
126-503 Vortrag: Rentensteuer	Di 16.06.2026	72
126-228 DJK Frühlingsball	Sa 20.06.2026	40

**JULI**

126-115 Online: Nein sagen für Frauen	Do 09.07.2026	22
---------------------------------------	---------------	----



# Gesellschaft und Leben

## Angebote für die reifere Generation



**Spiele-Nachmittag**, 2x monatlich donnerstags, 14.30 Uhr, Salzstubb Sulzbach in Kooperation mit der GWA Sulzbach  
Sie treffen sich zu verschiedenen Karten- und Brettspielen in freundlicher Runde

**Tanztee**, 1x monatlich donnerstags, 16 Uhr, Salzbrunnenhaus Sulzbach in Kooperation mit dem DJK Tanzkreis Sulzbachtal e.V.



**Kontakt:** Stefanie Bungart-Wickert  
Tel.: 06897/508-520  
s.bungart-wickert@stadt-sulzbach.de

**Senioren-Fitness-Tag**, 1. Mittwoch im Monat, 15 Uhr, Hallenbad und Sportzentrum Sulzbach  
Ein Projekt vom Seniorinnen- und Seniorenbeirat der Stadt Sulzbach.  
Wassergymnastik, Rückengymnastik, Indoor-Boule

WIR FÖRDERN KUNST UND KÜNSTLER



**KUNSTVEREIN  
SULZBACH-SAAR**

WIR LADEN SIE EIN UNSERE AUSSTELLUNGEN, LESUNGEN, KONZERTE  
UND VERANSTALTUNGEN ZU BESUCHEN

AUSGüterbus, Gärtnerei 12, 66280 Sulzbach - www.kunstverein-sulzbach-saar.wordpress.com  
Tel.: 06897/88032 - Mail: kunstverein-sulzbach-saar@web.de

WERDEN SIE FÖRDERNDES ODER AKTIVES MITGLIED!



## Geschichte



### 126-101 Heimatgeschichte Sulzbach entdecken - Ein unterhaltsamer Rundgang - Wolfgang Willems

Gruben, Preußischblau, Glas und Salz - all das hat die Geschichte Sulzbachs geprägt. Als kundiger „Flaneur“ führt Wolfgang Willems durch die Stadt und lässt vergangene Zeiten an historischen Bauwerken lebendig werden. Mit anschaulichen Geschichten und kleinen Anekdoten verbindet er Wissen und Unterhaltung auf charmante Weise. Der Rundgang beginnt am Rathaus, führt über den Ravanusaplatz zur Aula, weiter entlang des Bahnhofs bis zum ehemaligen Schlachthof. Auf dem Rückweg geht es durch den Salinenpark zum Salzbrunnen-Ensemble, wo die Geschichte Sulzbachs ihren Ursprung hat.

Stadtführungen sind auch individuell für Gruppen buchbar.

#### Leitung: Wolfgang Willems

Samstag, 9. Mai 2026, 10:00 -  
12:00 Uhr

**Ort:** Treffpunkt laut Textausschreibung

**Gebühr:** 5,00 €

**Anmeldung:** erforderlich

### 126-102 Erholung und Heimatkunde im Deutsch- Französischen Garten

Am 18. April 2026 lädt der Sulzbacher Gästeführer Wolfgang Willems zu einem begleiteten Rundgang durch den Deutsch-Französischen Garten ein. Die unter Denkmalschutz stehende Anlage aus den 1960er Jahren zeigt sich im Herbstlicht von ihrer besonders stimmungsvollen Seite. Auf dem rund 2,5 Kilometer langen Spaziergang erfahren die Teilnehmenden Wissenswertes zur Geschichte des Gartens und genießen zugleich die



entspannte Atmosphäre am See mit Schwänen, Enten und Tretbooten.

**Leitung: Wolfgang Willems**

Samstag, 18. April 2026, 13:30 - 15:30 Uhr

**Ort:** Treffpunkt laut Textausschreibung

**Gebühr:** 5,00 €

**Anmeldung:** erforderlich

## Gesellschaft

SR

SAARLÄNDISCHER  
RUNDFUNK



### 126-103 Zu Besuch beim Saarländischen Rundfunk - Ein Blick hinter die Kulissen

Wie entsteht eigentlich eine Radiosendung, eine Nachrichtensendung oder ein Podcast? Bei einer spannenden Führung über den Saarbrücker Halberg entdecken Erwachsene und Familien mit Kindern ab 10 Jahren, wo und wie der SR seine Programme macht. Direkt in den Studios und Redaktionen erfahren die Teilnehmenden, wie ModeratorInnen, RedakteurInnen und TechnikerInnen täglich zusammenarbeiten - und dürfen dabei ganz nah dran sein.

Treffpunkt ist vor dem Haupteingang des Konferenzgebäudes auf dem SR-Gelände. Vor oder nach der Führung besteht die Möglichkeit, in der SR-Kantine einzukehren.

Info: Die Teilnehmenden der Führung erklären ihr Einverständnis zur Erstellung von Bildaufnahmen ihrer Person bei der Veranstaltung sowie zur eventuellen Veröffentlichung im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit des Saarländischen Rundfunks auf der Internetseite [www.SR.de](http://www.SR.de).

Mittwoch, 15. April 2026, 11:00 - 13:00 Uhr

**Gebühr:** kostenfrei

**Anmeldung:** erforderlich



### 126-104 Vortrag: Vorsorge und Betreuung

Nur eine Minderheit hat rechtliche Vorsorge für Alter, Unfall oder Krankheit getroffen. Dies führt zu unerwarteten Problemen, wenn Angehörige anlässlich eines Krankenhausaufenthalts plötzlich feststellen, dass sie keine Befugnis haben, die ärztliche Behandlung zu bestimmen sowie die notwendigen Entscheidungen zu treffen. Unabhängig vom Alter und der persönlichen Situation ist daher eine vernünftige und rechtssichere Vorsorgeregung unabdingbar. Dies betrifft Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung. So wahren Sie sich Ihr Selbstbestimmungsrecht und geben Ihren Angehörigen einen Leitfaden für schwierige Entscheidungen an die Hand. Nicht zuletzt vermeiden Sie, dass außenstehende Personen Sie betreuen und medizinische wie vermögensrechtliche Entscheidungen für Sie treffen.

**Leitung: Jürgen Metzger**

Dienstag, 24. März 2026, 18:00 - 19:30 Uhr

**Ort:** Salzbrunnenhaus EG Theatersaal

**Gebühr:** kostenfrei

**Anmeldung:** erforderlich

### 126-105 Online-Banking - so gelingt der Einstieg!

In Kooperation mit der Vereinigten Volksbank - meine VVB

Online-Banking erleichtert den Alltag - doch der Einstieg wirft oft Fragen auf. In dieser Informationsveranstaltung erklärt Andreas Both, Zahlungsverkehrsberater der Vereinigten Volksbank, wie Sie sicher und souverän online Ihre Bankgeschäfte erledigen.



meine VVB





Begriffe wie PIN, TAN, Kwitt oder Zwei-Faktor-Authentifizierung (2FA) werden verständlich erklärt. Außerdem erhalten Sie fünf praktische Tipps für sicheres Online-Banking und erfahren, wie Sie starke, aber leicht merkbare Passwörter erstellen. Zum Abschluss besteht Gelegenheit für individuelle Fragen rund ums Thema Online-Banking.

**Leitung: Andreas Both**

Zahlungsverkehrsberater, VVB

Donnerstag, 16. April 2026, 17:30 - 19:00 Uhr

**Ort:** Geschäftsstelle VVB Sulzbach

**Gebühr:** kostenfrei

**Anmeldung: erforderlich, über die vhs**



### 126-106 KI verstehen - zwischen Faszination und Verantwortung

Künstliche Intelligenz verändert unsere Arbeitswelt, unser Denken und unser Zusammenleben - und sorgt zugleich für Verunsicherung.

Auf Grundlage der Bücher von Bernd Mathieu („KI, Humor und Geister“, „KI-Gespräch mit Albert Geiststein“) lädt die Abend-Veranstaltung zu einem offenen Dialog über Chancen, Grenzen und ethische Fragen der KI ein.

Eine Live-Demonstration aktueller KI-Technik rundet den Abend ab und eröffnet Raum für Austausch und Staunen.

**Leitung: Bernd Mathieu**

Dienstag, 31. März 2026, 18:00 - 19:30 Uhr

**Ort:** Salzbrunnenhaus EG Theatersaal

**Gebühr:** 5,00 €

**Anmeldung: erforderlich**

### 126-107 Künstliche Intelligenz verstehen - Workshop mit Bernd Mathieu

Künstliche Intelligenz ist längst Teil unseres Alltags - ob in Textprogrammen,



Sprachassistenten oder Entscheidungsprozessen. Doch was bedeutet das für uns als Gesellschaft und für jeden Einzelnen?

Im Workshop lernen die Teilnehmenden KI-Werkzeuge wie ChatGPT praktisch kennen, tauschen Erfahrungen aus und diskutieren Chancen, Risiken und ethische Fragen: Was ist eigentlich „Intelligenz“? Wie verändert KI Arbeit, Bildung und Zusammenleben?

Der Kurs lädt ein, KI kritisch und neugierig zu entdecken - ganz ohne technisches Vorwissen. Eigene Geräte (Laptop, Tablet oder Handy) können gerne mitgebracht werden.

**Leitung: Bernd Mathieu**

Dienstag, 12. Mai 2026, 18:00 - 19:30 Uhr

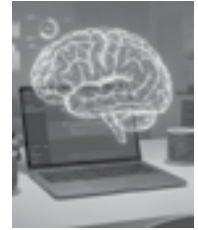
**Ort:** Salzherrenhaus OG1 Kursraum II

**Gebühr:** 5,00 €

**Anmeldung: erforderlich**

### 126-108 Vortrag: Mit dem Rad durchs Ruhrgebiet - Industriekultur, Landschaft und lebendige Geschichte

In diesem abwechslungsreichen Vortrag nimmt Sie der langjährige vhs-Dozent Werner Michaltzik mit auf eine faszinierende Radtour durch das Ruhrgebiet. Anhand eindrucksvoller Bilder zeigt er, wie sich ehemalige Industriestandorte in lebendige Kultur- und Freizeitlandschaften verwandelt haben, und beleuchtet ganz nebenbei spannende Aspekte der regionalen Landeskunde. Ob berühmte Landmarken, grüne Radtrassen auf alten Bahnlinien oder überraschend idyllische Ecken mitten im Revier - dieser Vortrag bietet inspirierende Eindrücke und praktische Anregungen für alle, die das Ruhrgebiet einmal aus einer neuen Perspektive erleben möchten.





### Leitung: Werner Michaltzik

Dienstag, 21. April 2026, 18:00 -  
19:30 Uhr

**Ort:** Salzbrunnenhaus EG Theatersaal

**Gebühr:** 5,00 €

**Anmeldung:** erforderlich



Foto Werner Michaltzik

### 126-109 Vortrag: Der Bodensee - Impressionen, Geschichten und Ausflugstipps

Der Bodensee zählt zu den schönsten und vielseitigsten Regionen Mitteleuropas - und genau dorthin nimmt Sie der erfahrene vhs-Dozent Werner Michaltzik in diesem bildreichen Vortrag mit. Freuen Sie sich auf stimmungsvolle Aufnahmen von Uferlandschaften, Inseln und historischen Städten sowie auf einen lebendigen Überblick über lohnende Ausflugsziele, kulturelle Highlights und Freizeitmöglichkeiten rund um das „Schwäbische Meer“. Mit seiner langjährigen Erfahrung und erzählerischen Begeisterung schafft Werner Michaltzik einen inspirierenden Abend, der Lust macht, den Bodensee neu oder wiederzuentdecken.

**Leitung: Werner Michaltzik**

Dienstag, 26. Mai 2026, 18:00 -  
19:30 Uhr

**Ort:** Salzbrunnenhaus EG Theatersaal

**Gebühr:** 5,00 €

**Anmeldung:** erforderlich

### Online-Vortrag



### 126-110 Online-Vortrag: Klima und Kultur: Für mehr Klimaschutz- und was wir dafür tun können

In der Webinar-Reihe „Klima und Wir“ spricht Franziska Mohaupt über den Zusammenhang zwischen Klima und Kultur. Sie ist Umweltingenieurin, Referentin für Nachhaltige Entwicklung im Bundesverband Soziokultur e.V. und freiberufliche



Beraterin. Sie entwickelte ökologische Mindeststandards und ein Weiterbildungsprogramm für Kultureinrichtungen und begleitet Organisationen auf ihrem Weg zu mehr ökologischer und sozialer Nachhaltigkeit. In ihrem Vortrag zeigt Franziska Mohaupt, wie Kultureinrichtungen mehr als nur Orte der Kunst sein können- sie haben das Potenzial, gesellschaftlichen Wandel aktiv mitzugestalten. Franziska Mohaupt zeigt, wie Klimaschutz in den Alltag von Kultureinrichtungen integriert werden kann, sei es durch nachhaltige Strukturen, ressourcenschonendes Arbeiten oder durch thematische Impulse in der Programmarbeit. Darüber hinaus wird die Rolle von Kulturorten als „Dritte Orte“ beleuchtet: als Räume, in denen Menschen zusammenkommen, Ideen teilen und gemeinsames Handeln für eine nachhaltige Zukunft erproben. Das Webinar richtet sich an Kulturschaffende und Interessierte, die Kultur als Motor für Klimaschutz und Transformation verstehen möchten.

**Leitung: Franziska Mohaupt**

Mittwoch, 18. März 2026, 18:00 -  
19:30 Uhr

**Ort:** Online

**Gebühr:** kostenfrei

**Anmeldung:** erforderlich

### 126-111 Online-Vortrag: Klima und Beteiligung: Wie können wir vor Ort wirksam werden?

In der Webinar-Reihe „Klima und Wir“ spricht Dr. Jonathan Seim, Referat Bürgerbeteiligung der Stadt Wuppertal, darüber, wie wir in unserer Gemeinde konkret etwas für den Klimaschutz tun können. Ob beim Einkauf, in lokalen Initiativen oder an der Wahlurne - jede und jeder von uns kann sich einbringen. Doch wie behält man in dieser Vielfalt den Überblick? Dr. Jonathan Seim zeigt, welche Handlungs- und vor allem politischen Beteiligungsmöglichkeiten es gibt, ordnet sie syste-

### Online-Vortrag





## Gesellschaft und Leben

matisch und macht sie mit anschaulichen Praxisbeispielen greifbar. Der Vortrag lädt dazu ein, eigene Ideen zu entwickeln und zu entdecken, wo wir vor Ort gemeinsam wirksam werden können.“

**Leitung: Jonathan Seim**

Mittwoch, 22. April 2026, 18:00 - 19:30 Uhr

**Ort:** Online

**Gebühr:** kostenfrei

**Anmeldung:** erforderlich

## Online-Vortrag



### 126-112 Online-Vortrag: Klima und Psychologie: Warum Wissen allein nicht reicht

In der Webinar-Reihe „Klima und Wir“ des Formates „vhs goes green“ spricht Anna-Sophie von Agris über den Zusammenhang von klimabewusstem Handeln und psychologischen Aspekten. Sophie von Agris ist Umweltpsychologin sowie angehende systemische Psychotherapeutin. Was treibt jede\*n Einzelne\*n an, sich klimaschützend zu verhalten? Warum gelingt sozial-ökologisches/nachhaltiges Verhalten nicht immer - trotz positiver Einstellungen und bereits viel vorhandenem Wissen? Diese Fragen treiben Einige um! Mit einem Blick auf umweltpsychologische Forschung vermittelt die Referentin passend dazu in diesem Workshop Wissen und praktische Ansätze, um Menschen besser zu verstehen und so Klimaschutzkampagnen und -aktionen wirksamer zu gestalten.

**Leitung: Anna-Sophie Von Agris**

Donnerstag, 7. Mai 2026, 18:00 - 19:30 Uhr

**Ort:** Online

**Gebühr:** kostenfrei

**Anmeldung:** erforderlich

## Gesellschaft und Leben



## Online-Vortrag



### 126-113 Online-Vortrag: Klima und Finanzen: Grün investieren - aber wie?

In der Webinar-Reihe „Klima und Wir“ des Formates „vhs goes green“ stellt Michael Herte von der Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein die wachsende Bedeutung von Umweltbewusstsein bei privaten Geldanlagen vor. Immer mehr Anlegerinnen und Anleger legen nicht nur Wert auf Rendite und Sicherheit, sondern möchten mit ihren Investitionen auch einen positiven Beitrag zum Klima- und Umweltschutz leisten. Der Vortrag zeigt auf, wie groß das Interesse an nachhaltigen Finanzprodukten inzwischen ist, welche Chancen sich dadurch eröffnen und worauf Verbraucher\*innen achten sollten. Gleichzeitig hilft er, typische Barrieren abzubauen: Viele Menschen fühlen sich unsicher, weil die Begriffe „nachhaltig“ oder „grün“ im Finanzbereich oft unterschiedlich verwendet werden. Michael Herte gibt hier Orientierung, erklärt gängige Nachhaltigkeitskriterien und zeigt praxisnah, wie man problematische Produkte erkennt und vermeidet. Damit bietet die Veranstaltung eine wertvolle Entscheidungshilfe für alle, die ihr Geld klimabewusst anlegen möchten - und dabei nicht in die Falle von Greenwashing oder undurchsichtigen Angeboten geraten wollen.

**Leitung: Michael Herte**

Mittwoch, 3. Juni 2026, 18:00 - 19:30 Uhr

**Ort:** Online

**Gebühr:** kostenfrei

**Anmeldung:** erforderlich

### 126-114 Online-Vortrag: Ein Orientierungskurs für den digitalen Familienalltag.

Smartphone, Tablet, soziale Medien und Online-Spiele gehören heute selbstverständlich zum Alltag von Kindern und

## Online-Vortrag





## Gesellschaft und Leben



Foto Robin Weniger

Jugendlichen. Sie bieten Chancen, Kreativität, Lernmöglichkeiten und soziale Verbindungen - gleichzeitig können sie Eltern vor Fragen und Unsicherheiten stellen. In diesem interaktiven Online-Kurs erhalten Sie einen verständlichen Überblick über die wichtigsten Themen der digitalen Medienwelt:

- Soziale Netzwerke & Chat-Plattformen
- Online-Spiele und In-Game-Käufe
- Cybermobbing & Cybergrooming
- Datenschutz und Privatsphäre
- Grenzen setzen, begleiten & stärken
- Was tun, wenn „schon etwas passiert ist“?

Sie lernen, wie Sie Ihr Kind sicher, selbstbewusst und kompetent im Umgang mit Medien begleiten können - ohne Verbote oder Dauerstress. Stattdessen geht es um Orientierung, praktische Tipps und alltags-taugliche Strategien für Zuhause.

Der Kurs wird von einem Betriebswirt mit Schwerpunkt Marketing und digitaler Medienkompetenz geleitet, der Wissen verständlich und praxisnah vermittelt. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich - nur Offenheit und Interesse. Für Eltern, Großeltern und Erziehungsberechtigte. Ein Raum für Fragen, Austausch und Aha-Momente.

**Leitung: Robin Weniger**

Montag, 16. März 2026, 17:30 - 20:15 Uhr

**Ort:** Online

**Gebühr:** 30,00 €

**Anmeldung:** erforderlich

### Online-Vortrag



### 126-115 Online-Vortrag: Nein sagen für Frauen: Aus der Harmoniefalle ausbrechen

Dozent und Dipl.-Ök. Matthias Dahms widmet sich moderner Fragestellungen aus dem Bereich Persönlichkeit- und Empowerment. Der Führungs- und Kommunikationstrainer ist hauptberuflicher Dozent in der Erwachsenenbildung und Lehrbeauftragter der Hochschule Heilbronn.



## Gesellschaft und Leben



Die Teilnehmerinnen lernen in diesem Onlineworkshop, respektvoll, klar und selbstbewusst Nein zu sagen - im Job wie privat. Es werden konkrete Formulierungen geübt, die innere Haltung gestärkt und so neue Handlungsspielräume geschaffen.

**Leitung: Matthias Dahms**

Donnerstag, 9. Juli 2026, 18:30 - 21:30 Uhr

**Ort:** Online

**Gebühr:** 55,00 €

**Anmeldung:** erforderlich

### 126-116 Online: Einsamkeit: Inspirationen gegen Einsamkeit aus der Erwachsenenbildung

In Kooperation mit dem Niedersächsischen Institut für Frühkindliche Bildung und Entwicklung.

Neugierig auf kreative Ansätze und wirk-same Projekte gegen Einsamkeit?

Unsere digitale Praxisbörse bringt Bildungseinrichtungen, Initiativen und engagierte Menschen aus ganz Niedersachsen und darüber hinaus zusammen. In kurzen, lebendigen Einblicken stellen Akteur/-innen ihre Formate und Ideen vor - von Begegnungsangeboten bis hin zu innovativen Mitmachprojekten. Was erwartet Sie? Vielfältige Praxisbeispiele aus der Erwachsenenbildung, Gelegenheit zum Austausch mit Projektverantwortlichen, Raum für Fragen, Diskussion und Vernetzung.

**Leitung: Antonia Werschke**

Dienstag, 3. März 2026, 09:30 - 12:30 Uhr

**Ort:** Online

**Gebühr:** kostenfrei

**Anmeldung:** erforderlich

### Online-Vortrag





## Online-Vortrag



## Gesellschaft und Leben

### 126-117 Online: Mit Edutainment für weniger Einsamkeit und mehr Verbundenheit

In Kooperation mit dem Niedersächsischen Institut für Frühkindliche Bildung und Entwicklung.

44 % aller jungen Menschen in Deutschland fühlen sich einsam. Gerade in der Erwachsenenbildung können wir mit Edutainment (= Education & Entertainment) viel dagegen tun - durch Begegnung, Interaktivität und echte Verbindung. Es lohnt sich, die Fragen zu stellen: Interessiere ich mich wirklich für meine Teilnehmenden und welche Beziehung habe ich zu ihnen? Wie stark ist deren Selbstbewusstsein?

In dieser Veranstaltung in der Reihe zur Einsamkeit lernen wir, Spaß und Freude in jede Lerngruppe Erwachsener einzubringen - unabhängig von Inhalten und Zielgruppe. Es werden Wege vorgestellt, wie mit interaktiven Formaten und Werkzeugen die Verbundenheit und Motivation der Teilnehmenden gesteigert und ein Zusammengehörigkeitsgefühl hinter den Bildschirmen oder persönlich vor Ort geschaffen werden können. Edutainment ist viel mehr als "nur" Interaktivität und nachhaltiges Wissen: Es ist ein Katalysator für zwischenmenschliche Beziehungen in Präsenz und online.

**Leitung: Martina Maciejewski**

Donnerstag, 21. Mai 2026, 14:00 - 15:30 Uhr

**Ort:** Online

**Gebühr:** kostenfrei

**Anmeldung:** erforderlich

## Vorschau Kulturamt/Tourismus

## Vorschau Kulturamt



### Salz- und Kräutermarkt

Erleben Sie ein vielfältiges Angebot an Kräutern, Gewürzen, Leckereien und wohltuende Wellnessangebote aus der Kräuterküche und nette Standbetreiber, die gerne Auskünfte und Tipps geben.

**Sonntag, 17. Mai 2026, 11-18 Uhr**  
**Salzbrunnen-Ensemble**  
**Auf der Schmelz, Sulzbach**

### Nacht der Stimmen

Die menschliche Stimme ist das ursprünglichste aller Instrumente! Ihr widmet DIE NACHT DER STIMMEN am Samstag, dem 9. Mai 2026 einen klangvollen Abend in der Sulzbacher AULA.

Vokal-Ensembles werden die Zuhörenden mit ihren Stimmen begeistern und Pop-, Rock- oder Swing & Blues Titel zu Gehör bringen.

**Samstag, 9. Mai 2026, 19.30 Uhr**  
**AULA Sulzbach**

### Waldwerkstatt

Abenteuer- und Erlebnistag für Kinder und Eltern

Einen unvergesslichen Tag in der Natur erleben! Bei der Waldwerkstatt können Kinder und Eltern gemeinsam Stockbrot backen, mit Holz basteln und den Wald spielerisch erkunden. Freuen Sie sich auf kreative Aktivitäten und spannende Erlebnisse in der freien Natur!

**Freitag 1. Mai 2026,**  
**ab 10 Uhr**  
**Eingang Waldparkplatz**  
**gegenüber Forsthaus**  
**Sulzbacher Weg 1 Sulzbach**



# Stadtbibliothek|Sulzbach

Mühlenstraße 4-10  
66280 Sulzbach/Saar  
Tel. | Ausleihe 0 68 97 / 508-570  
E-Mail | [stadtbibliothek@stadt-sulzbach.de](mailto:stadtbibliothek@stadt-sulzbach.de)  
Internet | [www.stadt-sulzbach.de](http://www.stadt-sulzbach.de)

## Bibliotheksbestand, Online-Katalog und Benutzerkonto

<https://stadtbibliothek-sulzbach.internetopac.de>



Foto: Pixabay

Über das Internet haben Sie auch von zu Hause aus Zugriff auf den Bibliothekskatalog und ihr Benutzerkonto. So lässt sich im Bestand recherchieren, Medien können - unabhängig von den Öffnungszeiten - verlängert oder vorbestellt werden. Der Bibliotheksbestand umfasst derzeit 24.000 Medien. Neben Printmedien wie Büchern und Zeitschriftenheften umfasst das Ausleihangebot auch Hörbücher (CD), Filme (DVD), Hörstifte, Tonies und Tonieboxen, Konsolenspiele (Nintendo Switch) und Gesellschaftsspiele.

## Onleihe

[www.onleihe.de/onleihesaar](http://www.onleihe.de/onleihesaar)



Ob zu Hause am PC oder unterwegs mit Ihrem E-Book Reader und der Onleihe-App: Unser Medienangebot beläuft sich bereits auf rund 30.000 E-Books, elektronische Hörbücher, Zeitungen und Zeitschriften. Der Zugriff auf die digitale Bibliothek ist rund um die Uhr und ohne weitere Kosten möglich.

## filmfreund - Filme und Serien streamen

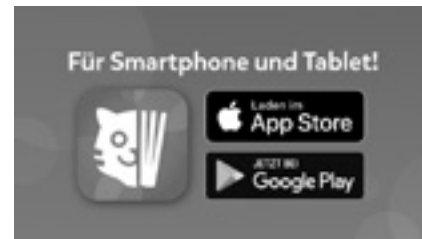
<https://www.filmfreund.de>



Foto: Filmwerte

Mit dem Filmstreaming-Dienst filmfreund haben Sie Zugriff auf ca. 3.000 Filme und Serien, kostenlos mit Ihrem gültigen Bibliotheksausweis! Filmfreund bietet deutsche Filme, internationales Arthouse-Kino, Kurzfilme, anspruchsvolle Dokumentarfilme sowie ein Angebot für Kinder und Jugendliche - unbegrenzt und ohne Werbung.

## tigerbooks – Unser digitales Highlight für Kinder



Hinter der kostenlosen tigerbooks-App verbergen sich beliebte Kinderbuch-Titel in einer kindgerechten Umgebung und mit vielen tollen Entdeckerfunktionen. Kinder können die Geschichten der beliebtesten Kinderbuch-Helden auf Smartphone oder Tablet lesen oder vorlesen lassen – zuhause oder unterwegs. Die Anwendung ist dabei völlig kindersicher, werbefrei und bietet keine Kaufmöglichkeiten. Mehr als 8.000 Top-Titel als Lese- und Hörspaß!

## Mobile Bibliothek - Alle Medien frei Haus!

Mit der **Mobilen Bibliothek** bietet die Stadtbibliothek Menschen, die in ihrer Mobilität eingeschränkt sind, eine regelmäßige Versorgung mit Lektüre an. Die Lieferung und Abholung der Medien erfolgt einmal im Monat.

## Für Menschen mit Sehbehinderung

<https://www.wbh-online.de/wbh.html>

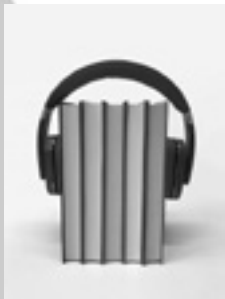


Foto: Pixabay

Als Partnerbibliothek der **Westdeutschen Blindenhörbücherei** ermöglichen wir Menschen mit einer Sehbehinderung den Zugang zu mehr als 50.000 Hörbücher. Die Lieferung erfolgt für Sie bequem und kostenfrei über den Postweg.

Hinweis:

**Onleihe**, **filmfreund** und **tigerbooks** sind Angebote des Vereins **Saarland Bibliotheken e.V.** Der Verein wird vom **Ministerium für Bildung und Kultur** des Saarlandes gefördert. Die Nutzung dieser Angebote erfordert einen gültigen Bibliotheksausweis. Zum Einloggen einfach die Ausweisnummer (8-stellig auf der Rückseite des Bibliotheksausweises) sowie Ihr Passwort für die Online-Angebote (Geburtsdatum 10-stellig: tt.mm.jjjj) eingeben.

**Öffnungszeiten:**  
**Montag, Freitag**  
**10 – 17 Uhr**  
**Dienstag, Donnerstag**  
**10 – 18 Uhr**  
**Mittwoch**  
**geschlossen!**

# Kunst und Kultur

## 126-201 Semestereröffnung

Mit zahlreichen Angeboten, darunter unsere Sprachkurse, sowie neue Kurse für die Kreativität, Workshops und Veranstaltungen starten wir in das neue vhs-Semester: Es gibt viel Neues zu entdecken, Bewährtes wieder anzutreffen, interessante Vorträge oder Ausstellungen zu besuchen und das lebenslange Lernen mit Spaß an der Sache anzupacken. Schnuppern Sie rein.

Freitag, 13. März 2026, 18:00 - 20:00 Uhr  
**Ort:** Salzbrunnenhaus EG Theatersaal  
**Gebühr:** kostenfrei  
**Anmeldung:** erforderlich

## 126-202 Lesung in der Stadtbibliothek- Jörg W. Gronius

Der Tod ist die Zukunft, die niemals gegenwärtig ist, schreibt Vladimir Jankélévitch, der französische Philosoph, der den Tod zu denken versucht: vergeblich, wie er einräumt. Wenn man den Tod nicht denken kann, versuchen wir, von ihm zu erzählen. Oder besser: von der Zeit davor, von den letzten Tagen also. Dunkle Geschichten vom Leben, dessen Ende jedem bevorsteht. Was versäumt man, was bleibt einem womöglich erspart? Hinderlich wie überall ist der eigne Todesfall, resümierte Wilhelm Busch. Auch Jörg W. Gronius sieht das Ende letzten Endes mit Humor. Man darf gespannt sein auf die letzten Tage und darauf, wer zuletzt lacht.

Dienstag, 19. Mai 2026, 19:00 - 21:00 Uhr  
**Ort:** Lesesaal der Stadtbibliothek  
**Gebühr:** kostenfrei  
**Anmeldung:** erforderlich

## Eröffnung



## Literatur



Foto Astrid Karger



### 126-203 „Wir Nachkriegskinder“ - Lesung mit Hans Bollinger

Wie war das eigentlich, Kind zu sein im Saarland der Nachkriegszeit - zwischen Trümmern, französischem Franc und Familiengeheimnissen?

Hans Bollinger, Jahrgang 1949, erzählt in seinem Buch „Wir Nachkriegskinder“ von einer Kindheit voller Widersprüche - und von Geborgenheit trotz schwieriger Zeiten. Der Musiker, Lehrer und Gründer der Folkgruppe „Espe“ liest aus seinen Erinnerungen und schlägt dabei auch musikalische Töne an.

Eine eindrückliche Lesung über Heimat, Kindheit und die Kraft der Erinnerung.

**Leitung: Hans Bollinger**

Freitag, 20. März 2026, 18:00 -  
19:30 Uhr

**Ort:** Salzbrunnenhaus EG Theatersaal

**Gebühr:** 5,00 €

**Anmeldung: erforderlich**

## Konzert



Foto Zippo Zimmermann

### 126-204 Konzert: "Die Matthis- Show" - Harfe, Gesang und Haltung

Von Zippo Zimmermann kürzlich als "einzigartiger Singer-Songwriter und Saarbrücker Queer-Ikone" bezeichnet, sieht man Matthis Löw eher am St. Johanner Markt mit seiner Harfe. Doch er ist auch von den Bühnen Saarbrückens nicht mehr wegzudenken. Die Kreation seiner eigenen Show zeigt: Er ist mehr als die Harfe. Denn er erzählt Geschichten in 3 Sprachen, die ihm andere komplexe Gefühlsräume eröffnen. Mit viel Humor legt er einen Seelenstrip-tease hin in immer neuen Kostümen, fürs Auge und fürs Ohr.

Freitag, 10. April 2026, 18:00 -  
21:00 Uhr

**Ort:** Salzbrunnenhaus EG Theatersaal

**Gebühr:** 10,00 €

**Anmeldung: erforderlich**



### 126-205 Saarländischer Abend

„Unn?“ „Jo, muss!“ - und damit ist unter Saarländern schon alles gesagt. Manche Begriffe, Situationen oder Reaktionen lassen sich am besten in unserem Dialekt ausdrücken: „Graadselääds“, „Eschdamiert“ oder „Geheischnis“. Grund genug, unserer eigentlichen Muttersprache einen unterhaltsamen Abend zu widmen. Mit Musik, Comedy und Kunst wird das Saarland in den Mittelpunkt gestellt. Musikalisch bringen Langhals & Dickkopp, das saarländische Comedy-Duo bestehend aus Jürgen Brill und Uli Schu, mächtig Humor in den Abend. Sie sind bekannt für ihre Mischung aus Mundartcomedy, Musik und Kabarett. Und de Scherer Erwin, alias SR-Moderator Joachim Weyand, wird sich live im Salzbrunnenhaus in seinen blauen Kittel schwingen und aus seinem ereignisreichen Leben erzählen und Stellung zu aktuellen Themen nehmen.

Freuen Sie sich auf einen knallbunten Abend voller Lebensfreude und Humor!

Freitag, 24. April 2026, 19:30 -  
23:00 Uhr

**Ort:** Salzbrunnenhaus EG Theatersaal

**Gebühr:** 15,00 €

**Anmeldung: erforderlich**

### 126-206 Musikkabarett aus der Pfalz - Shakti & Matze live

Am 13. Mai 2026 um 18 Uhr präsentiert die vhs ein besonderes musikalisches Highlight: Das Duo Shakti & Matze bringt Lieder und Geschichten mitten aus dem Pfälzer Wald auf die Bühne - charmant, witzig und mit einem liebevoll-bissigen Blick auf den Alltag. In ihren Songs geht es um gute Vorsätze, schräge Nachbarschaften, die Tücken moderner Matratzen oder sogar um die Liebe - stets begleitet von humorvollen Erzählungen, die das Publikum augenzwinkernd mitnehmen. Die



Foto\_Isabelle Girard De Soucanton



beiden Musiker bewegen sich mühelos zwischen Liedermachertradition und Musikkabarett, was ihnen bereits den Comedy-Preis Belziger Bachstelze und einen Platz auf der Liederbestenliste eingebracht hat. Ein Abend für alle, die sich von originellen Songs und herrlich skurrilen Geschichten verzaubern lassen möchten.

Mittwoch, 13. Mai 2026, 19:00 - 22:30 Uhr

**Ort:** Salzbrunnenhaus EG Theatersaal

**Gebühr:** 15,00 €

**Anmeldung:** erforderlich

## Tanz



### In Kooperation mit dem DJK Tanzkreis Sulzbachtal e.V.

Anmeldung bei: Alexander Becker,  
info@tanzkreis-sulzbach.de

Die Tanzkurse finden alle im Trainingsraum des DJK im Schnappacher Weg 24 statt! Der Einstieg in die Tanzkurse ist jederzeit möglich.



### 126-207 DJK Salsa-Bachata-Kizomba Party mit Workshop

Am 07.03.26 veranstaltet der DJK Tanzkreis Sulzbachtal e.V. in Zusammenarbeit mit der VHS Sulzbach eine Salsa-Bachata-Kizomba-Party im historischen Salzbrunnenhaus. Zur Party legt DJane U.R.Rebel passende Latino-Musik auf. Im Vorfeld zur Party gibt es einen Salsa Workshop mit Iris. Zur Teilnahme am Workshop werden Mittelstufenkenntnisse in Salsa vorausgesetzt. Das Team vom DJK Tanzkreis Sulzbachtal und der VHS Sulzbach freut sich auf Eure Teilnahme!



Terminplan:

18:30 Uhr Einlass

19:30 - 20:00 Uhr: Salsa-Workshop mit Iris

Ab 20:30 Uhr: Salsa-Bachata-Kizomba-Party mit DJane U.R.Rebel

Samstag, 7. März 2026, ab 18:30 Uhr  
Workshop: 8,00 €

(Mitglieder/Studenten: 6,00 €)

Party: 7,00 €

(Mitglieder/Studenten: 5,00 €)

Kombi Workshop + Party: 13,00 €

(Mitglieder/Studenten: 10,00 €)

**Ort:** Salzbrunnenhaus EG Theatersaal

**Gebühr:** 13,00 € in Kombination

**Anmeldung:** nicht erforderlich, nur

**Abendkasse**

### 126-208 DJK Tanzkreis - Salsa und Bachata Anfänger

Salsa & Bachata zählen zur großen Familie der lateinamerikanischen Tänze. Salsa bringt mehr Lebensfreude und Schwung in die Beziehung. Bachata entfacht Gefühle und Leidenschaft. Sie verbessern Ihre Kondition, Koordination, Tanz- und Rhythmusgefühl in lockerer Atmosphäre.

**Leitung:** Iris

Montags, 17:00 - 18:00 Uhr

ab 02.03.2026

**Dauer:** 27 Abende

**Ort:** Trainingsraum DJK

**Gebühr:** 14,00 € monatlich



**126-209 DJK Tanzkreis - Salsa und Bachata Mittelstufe**

Salsa & Bachata zählen zur großen Familie der lateinamerikanischen Tänze. Salsa bringt mehr Lebensfreude und Schwung in die Beziehung. Bachata entfacht Gefühle und Leidenschaft. Sie verbessern Ihre Kondition, Koordination, Tanz- und Rhythmusgefühl in lockerer Atmosphäre.

**Leitung: Iris**

Montags, 18:00 - 19:00 Uhr

ab 02.03.2026

**Dauer:** 27 Abende**Ort:** Trainingsraum DJK**Gebühr:** 14,00 € monatlich**126-210 DJK Tanzkreis - Salsa und Bachata Fortgeschrittene**

Salsa & Bachata zählen zur großen Familie der lateinamerikanischen Tänze. Salsa bringt mehr Lebensfreude und Schwung in die Beziehung. Bachata entfacht Gefühle und Leidenschaft. Sie verbessern Ihre Kondition, Koordination, Tanz- und Rhythmusgefühl in lockerer Atmosphäre.

**Leitung: Iris**

Montags, 19:00 - 20:00 Uhr

ab 02.03.2026

**Dauer:** 27 Abende**Ort:** Trainingsraum DJK**Gebühr:** 14,00 € monatlich**126-211 DJK Tanzkreis - Modern Line Dance Mittelstufe 2**

Der Kurs richtet sich an alle, die bereits Erfahrungen und Grundkenntnisse im Modern Line-Dance haben. Man bewegt sich zu Country Musik in Linien hinter- und nebeneinander. Modern Line-Dance macht großen Spaß und wirkt positiv auf



Konzentration und Koordination.

**Leitung: N.N.**

Dienstags, 18:00 - 19:00 Uhr

ab 03.03.2026

**Dauer:** 26 Abende**Ort:** Trainingsraum DJK**Gebühr:** 14,00 € monatlich**126-212 DJK Tanzkreis - Modern Line Dance Fortgeschrittene**

Der Kurs richtet sich an alle, die bereits erste Erfahrungen und Grundkenntnisse im Modern Line-Dance haben. Man bewegt sich zu Country Musik in Linien hinter- und nebeneinander. Modern Line-Dance macht großen Spaß und wirkt positiv auf Konzentration und Koordination.

**Leitung: N.N.**

Dienstags, 19:00 - 20:00 Uhr

ab 03.03.2026

**Dauer:** 26 Abende**Ort:** Trainingsraum DJK**Gebühr:** 14,00 € monatlich**126-213 DJK Tanzkreis- Modern Line Dance Anfänger**

Für Modern Line-Dance braucht man keine/n Tanzpartner/in und auch keinen Cowboyhut.

Alle tanzen eigenständig, aber auch gleichzeitig zusammen in der Gruppe. Die Tänze haben schnell erlernbare Schrittfolgen und sind für alle Tanzbegeisterte bestens geeignet.

**Leitung: Anja**

Freitags, 17:00 - 18:00 Uhr

ab 06.03.2026

**Dauer:** 26 Abende**Ort:** Trainingsraum DJK**Gebühr:** 14,00 € monatlich



### 126-214 DJK Tanzkreis- Modern Line Dance Mittelstufe 1

Für Modern Line-Dance braucht man keine/n Tanzpartner/in und auch keinen Cowboyhut.

Alle tanzen eigenständig, aber auch gleichzeitig zusammen in der Gruppe. Die Tänze haben schnell erlernbare Schrittfolgen und sind für alle Tanzbegeisterte bestens geeignet.

**Leitung: Anja**

Freitags, 18:15 - 19:15 Uhr

ab 06.03.2026

**Dauer:** 26 Abende

**Ort:** Trainingsraum DJK

**Gebühr:** 14,00 € monatlich

### 126-215 DJK Tanzkreis - Discofox Anfänger

Der Discofox ist bei vielen beliebt und kann unter anderem bestens zu Schlager und Pop getanzt werden. Der einfache Grundschritt, verschiedene Figuren und die beliebte Musik machen den Reiz des Discofox aus. Wer sich gerne zu Musik bewegt und das Tanzen lernen möchte, findet über den Discofox einen guten Einstieg.

**Leitung: Iris**

Mittwochs, 17:00 - 18:00 Uhr

ab 04.03.2026

**Dauer:** 26 Abende

**Ort:** Trainingsraum DJK

**Gebühr:** 14,00 € monatlich

### 126-216 DJK Tanzkreis - Discofox Mittelstufe

Der Discofox ist bei vielen beliebt und kann unter anderem bestens zu Schlager und Pop getanzt werden. Der einfache Grundschritt, verschiedene Figuren und die beliebte Musik machen den Reiz des Discofox aus. Wer sich



gerne zu Musik bewegt und das Tanzen lernen möchte, findet über den Discofox einen guten Einstieg.

**Leitung: Iris**

Mittwochs, 18:00 - 19:00 Uhr

ab 04.03.2026

**Dauer:** 26 Abende

**Ort:** Trainingsraum DJK

**Gebühr:** 14,00 € monatlich

### 126-217 DJK Tanzkreis - Discofox Fortgeschrittene

Dieser Kurs richtet sich an bereits erprobte Discofox-Fans, die ihr Können noch erweitern und ihren Tanzstil mit anderen effektvollen Kombinationen bereichern möchten.

Der Discofox ist bei vielen beliebt und kann unter anderem bestens zu Schlager und Pop getanzt werden. Wer sich gerne zu Musik bewegt und das Tanzen lernen möchte, findet über den Discofox einen guten Einstieg.

**Leitung: Iris**

Mittwochs, 19:00 - 20:00 Uhr

ab 04.03.2026

**Dauer:** 26 Abende

**Ort:** Trainingsraum DJK

**Gebühr:** 14,00 € monatlich

### 126-218 DJK Tanzkreis - Hip Hop Kurs Erwachsene

Entdecken Sie den Rhythmus, die Energie und die Moves des Hip-Hop. Dieser Kurs ist perfekt für Erwachsene, die Spaß an Bewegung haben und coole Choreografien zu mitreißender Musik lernen möchten. Egal, ob Sie Anfänger sind oder schon Erfahrung haben - hier stehen Freude am Tanzen, Ausdruck und ein lockerer, motivierender Unterricht im Vordergrund. Lassen Sie den Alltag hinter sich und erleben Sie die Dynamik der Hip-Hop-Kultur!





**Leitung: Enrico von der Weide**

Dienstags, 19:50 - 20:50 Uhr  
ab 03.03.2026  
**Dauer:** 26 Abende  
**Ort:** AULA OG1 Foyer  
**Gebühr:** 14,00 € monatlich

**126-219 DJK Tanzkreis - Latein und Standard (Ballroom) Anfänger und Wiedereinsteiger**

Dieser Kurs ist für Tanzbegeisterte gedacht, die bereits über Grundkenntnisse in den Latein- und Standard Tänzen verfügen. Es wird zu aktueller Musik getanzt und garantiert den Spaß am Tanzen.

**Leitung: Patrick**

Donnerstags, 20:30 - 21:30 Uhr  
ab 05.03.2026  
**Dauer:** 26 Abende  
**Ort:** Trainingsraum DJK  
**Gebühr:** 14,00 € monatlich

**126-220 DJK Tanzkreis - Latein und Standard (Ballroom) Mittelstufe**

Dieser Kurs ist für Tanzbegeisterte gedacht, die bereits über Grundkenntnisse in den Latein- und Standard Tänzen verfügen. Es wird zu aktueller Musik getanzt und garantiert den Spaß am Tanzen.

**Leitung: Patrick**

Donnerstags, 18:30 - 19:30 Uhr  
ab 05.03.2026  
**Dauer:** 26 Abende  
**Ort:** Trainingsraum DJK  
**Gebühr:** 14,00 € monatlich

**126-221 DJK Tanzkreis - Latein und Standard (Ballroom) Fortgeschrittene**

Dieser Kurs ist für Tanzbegeisterte



gedacht, die bereits über Grundkenntnisse in den Latein- und Standard Tänzen verfügen. Es wird zu aktueller Musik getanzt und garantiert den Spaß am Tanzen.

**Leitung: Patrick**

Donnerstags, 19:30 - 20:30 Uhr  
ab 05.03.2026  
**Dauer:** 26 Abende  
**Ort:** Trainingsraum DJK  
**Gebühr:** 14,00 € monatlich

**126-225 DJK Tanzkreis Sulzbach - Kizomba**

Kizomba, ursprünglich aus Angola stammend, ist bekannt für seine sanfte, enge Verbindung und die hypnotisierenden, langsamen Rhythmen. Der Tanz wird oft als die „afrikanische Variante des Tangos“ beschrieben und hat in den letzten Jahren weltweit stark an Popularität gewonnen. Anne und Pedro Sarmiento Schmitt, ein erfahrenes Tanzpaar, werden den Kurs leiten und die Teilnehmer/innen in die Grundlagen dieses sinnlichen Paartanzes einführen. „Kizomba ist mehr als nur Schritte; es geht um die Kommunikation und die Harmonie zwischen den Tanzpartnern“, sagt Pedro. „Wir wollen den Teilnehmern beibringen, die Musik zu fühlen und sich in der Bewegung zu verlieren.“ Der Kurs richtet sich an alle, die eine neue Tanzform entdecken, ihre Tanzfähigkeiten erweitern oder einfach nur Spaß an Bewegung und Musik haben möchten. Eine Anmeldung als Paar ist erwünscht, aber nicht zwingend erforderlich, da die Partner im Unterricht regelmäßig gewechselt werden. Der Kurs findet wöchentlich donnerstags statt. Level: Anfänger oder Wiedereinsteiger, kontinuierlich steigend.

**Leitung: Anne und Pedro**

Donnerstags, 17:00 - 18:00 Uhr  
ab 05.03.2026  
**Dauer:** 16 Abende  
**Ort:** Trainingsraum DJK  
**Gebühr:** Kostenfrei



### 126-227 DJK Tanzkreis Sulzbach - Swing Tänze

Zur Gruppe der Swing-Tänze, einem Sammelbegriff für verschiedene Vintage-Tanzstile, zählen unter anderem Boogie Woogie, Lindy Hop, Rock 'N' Roll, West Coast Swing und im weiteren Sinne der Blues. West Coast Swing ist ein neuerer Tanz, der sich aus alten Swing-Tänzen entwickelt hat und ähnlich wie der Blues eher als harmonischer bis ruhiger Tanz gilt, der zu entsprechend stimmungsvoller Musik passt.

**Leitung: Sarah**

Sonntags, 18:00 - 19:00 Uhr  
ab 01.03.2026

**Dauer:** 21 Abende

**Ort:** Trainingsraum DJK

**Gebühr:** Kostenfrei

### 126-227A DJK Tanzkreis Sulzbach - Swing Tänze

Zur Gruppe der Swing-Tänze, einem Sammelbegriff für verschiedene Vintage-Tanzstile, zählen unter anderem Boogie Woogie, Lindy Hop, Rock 'N' Roll, West Coast Swing und im weiteren Sinne der Blues. Die Tänze werden zu Rock N Roll und Swing Musik getanzt und können auf vielen Partys und Festen wie Hochzeiten und Geburtstagen getanzt werden, da die Musik auch heute noch populär ist.

**Leitung: Sarah**

Sonntags, 17:00 - 18:00 Uhr  
ab 01.03.2026

**Dauer:** 21 x nachmittags

**Ort:** Treffpunkt laut Textausschreibung

**Gebühr:** Kostenfrei

### 126-228 DJK Sommernachtsball

Am 20.06.2026 findet ab 19 Uhr in der AULA in Sulzbach ein Sommernachtsball statt. Der Ball wird vom Verein DJK Tanz-



kreis Sulzbachtal e.V. in Zusammenarbeit mit VHS Sulzbach veranstaltet.

Er wird im Stil eines Gala-Balles mit Live-Musik vom Duo „Satchmo“ musikalisch gestaltet. Genießen Sie mit Walzer, Tango, Cha-Cha-Cha, Foxtrott, Rumba, Discofox und mehr einen schönen Abend. Ein wundervolles Tanzerlebnis mit Live-Band im Festsaal der AULA. Der Anlass, die feinste Abendrobe auszuführen. Lassen Sie uns beim gemeinsamen Tanz und guter Unterhaltung bestehende Freundschaften vertiefen und neue Freundschaften aufbauen.

Kartenvorverkauf solange Vorrat reicht: Es sind nur 120 Plätze vorhanden! Es wird keine Platznummerierung vorgenommen.

Samstag, 20. Juni 2026, 19:00 - 23:59 Uhr

**Ort:** AULA OG2 Festsaal

**Gebühr:** 18,00 € Nicht-Mitglieder  
Mitglieder 15 Euro

**Anmeldung: online: siehe Homepage**

**www.Tanzkreis-Sulzbach.de**

**per Mail an alex@tanzkreis-sulzbach.de beim Verein zu Trainingszeiten**



### 126-229 KIS - Intensiv-Workshop Drechseln für Einsteiger

In diesem Workshop lernen Sie die Grundlagen des Drechselns und fertigen Ihre ersten eigenen Werkstücke an. Unter professioneller Anleitung erhalten Sie eine Einführung in die sichere Handhabung der Drechselbank und verschiedener Werkzeuge und Techniken zur Holzgestaltung. Ein abgeschlossener Workshop findet immer montags und dienstags für jeweils zwei Teilnehmende statt. Wer Lust hat, kann sich auch mehrmals zu einem Workshop-Block anmelden und Drechselarbeiten für Fortgeschrittene angehen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Material und Werkzeuge werden gestellt und sind in den Kurskosten enthalten. Die Teilnehmer erhalten vor Kursbeginn Hinweise zur Bekleidung und zur Arbeitssicherheit.

## Kunst





Die Kurse finden in der Drechselstube des Kursleiters in Sulzbach, Goldene Au-Str. 27, statt.

**Leitung: Walter Schwingel**

montags und dienstags, 17:00 - 19:30 Uhr

**Dauer:** 2 Abende

**Ort:** Treffpunkt laut Textausschreibung

**Gebühr:** 37,50 €

**Anmeldung:** erforderlich

**126-229A Terminblock 1:**

ab 09.03.2026

**126-229B Terminblock 2:**

ab 16.03.2026

**126-229C Terminblock 3:**

ab 23.03.2026

**126-229D Terminblock 4:**

ab 30.03.2026

**126-229E Terminblock 5:**

ab 13.04.2026

**126-229F Terminblock 6:**

ab 20.04.2026

**126-229G Terminblock 7:**

ab 27.04.2026

**126-229H Terminblock 8:**

ab 11.05.2026

**126-229I Terminblock 9:**

ab 18.05.2026

**126-229J Terminblock 10:**

ab 01.06.2026

**126-229K Terminblock 11:**

ab 08.06.2026



### 126-230 Offenes Atelier der Künstlergemeinschaft „KIS“

Die Künstler-Interessengemeinschaft Sulzbach, kurz KIS, ist ein Zusammenschluss von Kunstschaffenden aus unterschiedlichen Bereichen der kreativen Kunst. Sie treffen sich zu Aktivitäten, zum fachlichen Austausch oder zur Organisation gemeinsamer Veranstaltungen.

Die künstlerischen Schwerpunkte der KIS sind vielfältig: Neben der Malerei umfasst das Spektrum auch Holzkunst, Glaskunst,



Photokunst und Pixelmalerei, Schmuckgestaltung, Makramee, Webkunst, botanische Gipsreliefs sowie vieles mehr.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann schauen Sie gerne vorbei oder nehmen Sie Kontakt mit uns auf. Wir würden uns freuen, Sie bei uns begrüßen zu dürfen.

**Leitung: Anastasiya Zimmermann**

Donnerstags, 15:00 - 17:00 Uhr  
ab 19.03.2026

**Dauer:** 11 x nachmittags

**Ort:** Evangelisches Gemeindezentrum  
Auf der Schmelz 20b

**Gebühr:** kostenfrei

### 126-231 KIS - Kreative Auszeit mit Farbe

Gönnen Sie sich eine farbenfrohe Pause vom Alltag! Unter Anleitung der Künstlerin Dorina Wonn-Beleiu entdecken Sie, wie Malen beflügelt und innere Ruhe schenkt. Mit einfachen, intuitiven Techniken können Sie spielerisch gestalten, zur Ruhe kommen und neue Energie schöpfen. Vorkenntnisse sind nicht nötig - hier zählt der freie Ausdruck, nicht das perfekte Bild.

**Leitung: Dorina Wonn-Beleiu**

Samstags, 28.3., 11.4., 25.4., 11 - 15 Uhr

**Ort:** Salzherrenhaus EG Kursraum I

**Gebühr:** 66,00 €

**Anmeldung:** erforderlich

### 126-232 KIS - Makramee - kreativ und entspannend

In diesem Workshop erlernen Sie die Grundknoten der Makramee-Technik und gestalten Ihr eigenes kleines Kunstwerk, wie z.B. Schlüsselanhänger, Windlichter, Teelichthalten oder Vasen oder Blumenampel. Ein Kurs für alle, die Kreativität und Entspannung verbinden möchten. Die Materialien sind inklusive.

**Leitung: Anastasiya Zimmermann**





## Kunst und Kultur

Samstags, 11:00 - 17:00 Uhr  
**Dauer:** 1 Tag  
**Ort:** Evangelisches Gemeindezentrum  
**Gebühr:** 32,00 €  
**Anmeldung: erforderlich**

**126-232A:** 21. März 2026  
**126-232B:** 28. März 2026  
**126-232C:** 09. Mai 2026  
**126-232C:** 06. Juni 2026



### 126-233 KIS - Acryl-Spachteltechnik - Skylines und Architektur

In diesem kreativen Workshop entstehen eindrucksvolle Stadtansichten und Architekturen in Acryl-Spachteltechnik. Mit Spachtel, Struktur und Farbe bringen Sie lebendige Skylines auf die Leinwand - von modernen Silhouetten bis zu fantasievollen Gebäuden. Schritt für Schritt führt die erfahrene Dozentin, die auch im Bereich Aquarell und Gipsrelief arbeitet, durch den Entstehungsprozess. Der Kurs findet an zwei Terminen mit jeweils vier Stunden statt - ideal, um verschiedene Techniken auszuprobieren und Ihr eigenes Kunstwerk entstehen zu lassen.

#### Materialliste:

1. Acrylfarben (6-10 Farben, 30-60 ml, Künstlerqualität) weiß und schwarz unbedingt
2. Leinwand 50x70 cm
3. Pinsel (verschiedene Größen, Acrylpinsel im Set)
4. Palettenmesser-Set (verschiedene Größen)
5. Flachpinsel Nr. 6 (synthetisch, stabil, geeignet für Acryl)
6. Bleistift

#### Leitung: Alina Resch

Samstags, 11:00 - 15:00 Uhr  
 ab 21.03.2026  
**Dauer:** 2 Tagesseminar  
**Gebühr:** 43,00 €  
**Anmeldung: erforderlich**

## DJK Tanzkreis Sulzbachtal im Interview



Sarah

### Swingtänze

#### 1. Was fasziniert Sie an den Swing-Tänzen und warum passen sie so gut zur offenen und einladenden Philosophie des Vereins?

Swing-Tänze haben mich von Anfang an berührt, weil sie Begegnung und Gemeinschaft auf eine ganz natürliche Weise entstehen lassen. Über Musik und Bewegung kommen Menschen miteinander in Kontakt - oft ganz ohne viele Worte. Man begegnet sich auf Augenhöhe, hört aufeinander, reagiert spontan und entdeckt, wie viel Freude im gemeinsamen Tun steckt. Für mich geht es beim Swing weniger um Perfektion oder festgelegte Abläufe, sondern um das Miteinander: um Offenheit, gegenseitige Aufmerksamkeit und ein respektvolles Zusammenspiel.

#### 2. Der Swing hat viele Facetten: Lindy Hop, Rock'n'Roll und Boogie sind energiegeladen, West Coast Swing eher fließend - wie vermitteln Sie diese Vielfalt im Kurs?

Mir ist wichtig, dass die Teilnehmenden die unterschiedlichen Charaktere der Tänze wirklich spüren. Swing ist unglaublich vielfältig, und genau das liebe ich daran. Ich erkläre nicht nur Schritte, sondern auch das Gefühl dahinter: mal verspielt und dynamisch, mal ruhig und elegant. Durch diese Variationen wird die Vielfalt erlebbar und macht den Kurs abwechslungsreich und lebendig. Gerade durch die Unterschiedlichkeit der einzelnen Stile kann jede und jeder seinen eigenen Zugang finden und gleichzeitig Teil einer gemeinsamen Tanzgemeinschaft werden.

#### 3. Viele Menschen kennen Swing-Tänze nur aus Filmen oder Shows. Was erleben sie, wenn sie selbst mittanzen?

Viele Teilnehmende sind überrascht, wie offen und ungezwungen Swing-Tänze tatsächlich sind. Anfangs steht vielleicht noch die Frage im Raum, ob man „alles richtig macht“, doch das legt sich meist sehr schnell. Schon nach kurzer Zeit treten Schritte und Unsicherheiten in den Hintergrund, und es entsteht ein Gefühl von Leichtigkeit und Verbundenheit.

#### 4. Die neuen Swing-Kurse starten 2026. Was macht diese Kursreihe für Einsteiger besonders attraktiv?

Die einsteigerfreundlichen Kurse kommen ohne Vorkenntnisse oder festen Tanzpartner aus und bieten einen entspannten Einstieg ohne Leistungsdruck. Im eigenen Tempo entstehen Sicherheit, Freude am Tanzen und das Gefühl, Teil einer offenen, wertschätzenden Gemeinschaft zu sein.

#### 5. Wenn Sie den Swing-Tanz-Stil in einem Satz beschreiben müssten - was macht seinen Zauber aus?

Swing ist für mich pure Lebensfreude: Musik spüren, sich bewegen, miteinander lachen und für einen Moment alles andere loslassen.



Anne & Pedro

Kizomba

## 1. Anne & Pedro, was macht Kizomba für euch als Tanzpaar so besonders und was unterscheidet diesen Tanz von anderen Paartänzen?

Kizomba ist für uns ein sehr sinnlicher und ruhiger Paartanz, bei dem man bewusst entschleunigt und den Alltagsstress hinter sich lassen kann. Es geht darum, sich Zeit zu nehmen – für sich selbst, für die Musik und für den Tanzpartner. In fließenden, harmonischen Bewegungen entsteht eine tiefe Verbindung, bei der man lernt zur Musik zu tanzen und ganz im Moment anzukommen.

## 2. Ihr bietet Kizomba nun seit September 2025 an. Wie wurde das neue Angebot bisher angenommen und welche Rückmeldungen habt ihr erhalten?

Die Rückmeldungen sind durchweg sehr positiv. Die Tänzerinnen und Tänzer sind begeistert und kommen sehr gerne zum Unterricht. Zeitweise gibt es sogar einen Männerüberschuss – was in der Tanzszene eher selten ist. Wir freuen uns über jeden, der vorbeikommt.

## 3. Wie sieht ein typischer Kizomba-Kurs bei euch aus?

Wir starten immer mit einem gemeinsamen Warm-up. Dabei stehen Männer und Frauen einander gegenüber und üben zunächst die Schritte einzeln, die später im Paar getanzt werden. Anschließend tanzen wir die Bewegungen zu zweit in Tanzhaltung. Wir gehen intensiv auf Fragen ein, geben vor allem den Männern hilfreiche Tipps zur Führung und achten darauf, dass alle Schritte gut verständlich sind. Uns ist wichtig, dass sich alle beim Tanzen wohlfühlen.

## 4. Ein neuer Tanzstil bringt frischen Schwung in den Verein. Was dürfen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer von euren Kursen erwarten?

Die Teilnehmenden dürfen sich auf eine angenehme, offene Atmosphäre freuen, in der viel gelacht wird und der Spaß nicht zu kurz kommt. Wir erweitern kontinuierlich das Schrittrepertoire durch neue Kombinationen und helfen dabei, sich immer besser zur Musik zu bewegen. Auch bei der Musikauswahl legen wir Wert auf Abwechslung – eine Mischung aus klassischen Kizomba-Songs und modernen Titeln.

## 5. Warum lohnt es sich, Kizomba einmal auszuprobieren?

Kizomba bietet die Möglichkeit loszulassen, dem Alltag zu entfliehen und sich einfach treiben zu lassen. Vorkenntnisse sind nicht nötig, da man jederzeit einsteigen kann und wir großen Wert auf Wiederholungen legen. Jeder kann in seinem eigenen Tempo lernen.



Patrick

Standard/Latein

## 1. Was begeistert Sie persönlich an Standard- und Lateintänzen – und wie vermitteln Sie diese Freude an Ihre Teilnehmenden?

Mich begeistern viele verschiedene Aspekte wie Präzision, Technik, Energie, Ausdruck und nicht zuletzt Spaß und Freude an harmonischer Bewegung zur Musik. Mit viel Freude vermittele ich diese Vielfalt in einer entspannten und motivierenden Atmosphäre. Ich habe Freude daran, komplexe Inhalte in verständliche, einfache Schritte zu übersetzen und präzise Anleitungen sowie technische Erklärungen zu vermitteln.

## 2. Viele Menschen glauben, Tanzen sei kompliziert oder „nur für Könner“. Wie nehmen Sie Anfängern diese Hemmungen?

Die Freude an der Bewegung und die Gemeinschaftserfahrung stehen im Vordergrund. Das Ziel ist es, Spaß an der Bewegung und am Rhythmus zu haben, nicht sofort ein Profi zu sein. Jeder der tanzt, hat einmal klein angefangen. Es geht darum, die eigene Körperwahrnehmung zu verbessern und ein Gefühl für die Musik zu entwickeln.

## 3. Ihr Verein lebt das Motto „Tanzen ist für jeden da“. Wie spürt man das konkret im Standard/Latein-Unterricht?

Unser Verein steht für Offenheit, Vielfalt und Freude am Tanzen – mit Kursen für alle Niveaus, einer entspannten Atmosphäre ohne Leistungsdruck und engagierten Trainern, die ihre Begeisterung weitergeben. Das Angebot richtet sich an Anfänger, Wiedereinsteiger und Fortgeschrittene jeden Alters. Im Mittelpunkt stehen Spaß an der Bewegung, individuelles Lernen im eigenen Tempo und ein unterstützendes Miteinander.

## 4. Welche positiven Veränderungen beobachten Sie häufig bei Menschen, die regelmäßig tanzen?

Tanzen ist ein ganzheitliches Herz-Kreislauf-Training, das die Fitness steigert, verschiedene Muskelgruppen trainiert, die Beweglichkeit und Körperbeherrschung fördert, die Haltung verbessert und beim Gewichtsmanagement unterstützen kann. Gleichzeitig schüttet der Körper Glückshormone aus, wodurch Stress abnimmt und die Stimmung steigt; zudem werden Aufmerksamkeit, Gedächtnis und Raumwahrnehmung gefördert.

## 5. Welchen Tipp geben Sie Paaren oder Einzelpersonen mit, die überlegen, einen Standard- oder Lateinkurs auszuprobieren?

Fangen Sie einfach an! Wählen Sie einen Anfängerkurs, um Rhythmus und Grundschrte zu lernen, und haben Sie Geduld mit sich, Ihrem Partner und dem Lernprozess – der Spaß steht im Vordergrund. Tragen Sie bequeme Kleidung und flache, glatte Schuhe, bevor Sie in spezielle Tanzschuhe investieren.



Unser Verein wurde 2017 mit nur wenigen (15) Mitgliedern gegründet. Daraus wurden bis heute über 200 Mitglieder und wir arbeiten daran weiter zu wachsen. Bei dem Gründungsmitgliedern war auch Alexander Becker, der von Gründung an 2. Vorsitzender war. Nach den Ausscheiden aus den Vorstand von Guido Schneider (ehem. 1. Vorsitzender) im Jahr 2024 hat Alexander dessen Amt übernommen. Bei der Gründung gab es nur Kurse für Standard & Latein und Salsa/Bachata. Im Laufe der Zeit und mit dem Ansteigen der Mitgliederzahl kamen immer mehr Tanzangebote dazu. Heute bieten wir an 5 Tagen die Woche unterschiedliche Tänze an. Seit einem Jahr mit Hop Hop auch ein Angebot für Kinder und Jugendliche. Für die wir auch gerne unser Angebot erweitern würden. Für Wünsche haben wir immer ein offenes Ohr. Und für die Erwachsenen bieten wir Salsa/Bachata, Modern Linedance, Hip Hop, Discofox, Kizomba und Standard/Latein an. Jetzt ganz neu sind am Sonntag Nachmittag noch Swingtänze dazu gekommen. Alle Tänze werden in 3 verschiedenen Levels angeboten, so dass jeder die Gruppe findet, in der er sich wohl fühlt. Genau wie unser Slogan „Tanzen ist für jeden da“. Der Spaß an der Bewegung zur Musik steht bei uns im Vordergrund. Wir sind kein Vorfür-, sondern ein Mitmach Verein. Unser Verein legt großen Wert darauf, niederschwellig bleiben, damit jeder der Tanzen oder es lernen möchte, es auch bezahlen kann. Und das trotz erstklassiger Trainer. So treffen sich Freude am Tanzen und bezahlbare Beträge. Wir hoffen, dass wir mit dieser Freude noch viele Menschen anstecken können und möchten alle einladen, bei unseren Tanzabenden vorbei zu kommen und es auszuprobieren.

**Anmeldung bei: Alexander Becker,  
info@tanzkreis-sulzbach.de**

Die Tanzkurse finden alle im Trainingsraum des DJK im Schnappacher Weg 24 statt! Die Hip Hop Kurse finden in der AULA statt.

Der Einstieg in die Tanzkurse ist jederzeit möglich.



### 126-234 KIS - Eltern-Kind-Workshop: Aquarellmalerei für Einsteigende

Gemeinsam kreativ werden! In diesem Workshop entdecken Eltern und Kinder ab 10 Jahren die farbenfrohe Welt der Aquarellmalerei. Spielerisch lernen Sie grundlegende Techniken kennen - vom Mischen der Farben über einfache Farbverläufe bis hin zu kleinen eigenen Motiven. Dabei stehen Freude am Ausprobieren und gemeinsames Gestalten im Vordergrund. Die benötigten Materialien sind in der Kursgebühr nicht inkludiert. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich - nur Lust auf Farbe, Wasser und ein bisschen Magie!

**Materialliste:**

1. Acrylfarben (6-10 Farben, 30-60 ml, Künstlerqualität) weiß und schwarz unbedingt
2. Leinwand 50x70 cm
3. Pinsel (verschiedene Größen, Acrylpinsel im Set)
4. Palettenmesser-Set (verschiedene Größen)
5. Flachpinsel Nr. 6 (synthetisch, stabil, geeignet für Acryl)
6. Bleistift

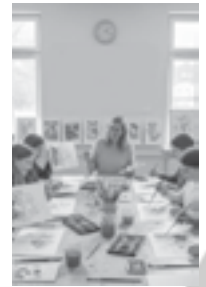
**Leitung: Alina Resch**

Samstag, 9. Mai 2026, 12:00 - 17:00 Uhr

**Ort:** Evangelisches Gemeindezentrum

**Gebühr:** 27,00 €

**Anmeldung: erforderlich**



### 126-235 Gemeinschaftsausstellung der Künstlerinteressengemeinschaft KIS

KIS – Ausstellung „Neue Werke“

Die KIS – Künstler-Interessengemeinschaft Sulzbach präsentiert im Salzbrunnenthaus an zwei Tagen ihre neuesten Werke. Zu sehen sind Arbeiten aus den bekannten KIS-Bereichen Malerei, Holzkunst, Glaskunst, Keramik, Kalligrafie, Makramee & Weben sowie Kunstharz, Schmuck und



Fotografie. Die Künstlerinnen und Künstler sind anwesend, geben Einblicke in ihre Arbeiten und freuen sich auf den Austausch mit den Besucherinnen und Besuchern.

Öffnungszeiten:

Samstag, 28.03.2026, 12:00-17:00 Uhr

Dauer der Ausstellung: bis 13.04.2026

Freitag, 27. März 2026, 18:00 - 21:00 Uhr

**Ort:** Salzbrunnenhaus EG Theatersaal

**Gebühr:** kostenfrei

**Anmeldung:** erforderlich



### 126-236 Vernissage für Ausstellung „Fluss des Lebens“ - Malerei von Margarete Petri

Im April spült sie der sprichwörtliche „Fluss des Lebens“ erneut ins Salzbrunnenhaus: Die Sulzbacher Künstlerin Margarete Petri zeigt dort ihre neue gleichnamige Ausstellung. Seit über vier Jahrzehnten widmet sie sich der Malerei, und schon 1999 präsentierte sie ihre Werke erstmals im Rahmen der vhs Sulzbach - ebenfalls im Salzbrunnenhaus.

In ihren Arbeiten entfaltet sich eine lebendige Reise durch Farben, Formen und Emotionen - vom Abstrakten bis zum Gegenständlichen, von kraftvollen, großformatigen Kompositionen bis hin zu stilleren, poetischen Aquarellen. So entsteht ein facettenreiches Panorama, das wie das Leben selbst zwischen Höhen und Tiefen, Verlust und Freude, Energie und Ruhe schwingt. Margarete Petri ist seit vielen Jahren eng mit der vhs Sulzbach verbunden. Sie nahm an Kursen bei Hans-Willi Scherf, Ilse Lackas, Th. Fischer und Bijan teil und stellte bereits in Sulzbach, Dudweiler, Saarbrücken, Stuttgart, Homburg und Bad Bergzabern aus. Die Kunstwerke sind in der Zeit vom 17. April 2026 bis 29. April 2026 im Salzbrunnenhaus ausgestellt.

Freitag, 17. April 2026, 18:00 - 21:00 Uhr

**Ort:** Salzbrunnenhaus EG Theatersaal

**Gebühr:** kostenfrei

**Anmeldung:** erforderlich



### 126-237 Ausstellung: Joachim Hell - „Stars“ - Porträts prominenter Persönlichkeiten

Der Künstler Joachim Hell ist der Malerei seit vielen Jahren eng verbunden. Seit seiner Kindheit widmet er sich dem Zeichnen und Malen und beherrscht eine beeindruckende Vielfalt an Techniken - von Öl- und Acrylmalerei über Aquarell bis hin zu Collagen und Mischtechniken mit ungewöhnlichen Materialien.

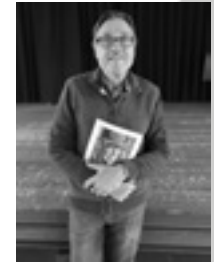
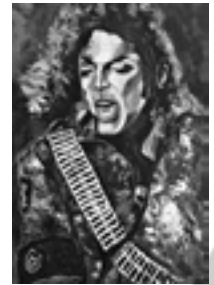
In seiner neuen Ausstellung „Stars“ lädt Joachim Hell zu einer Begegnung mit bekannten Persönlichkeiten aus Musik, Film und Kunst ein - von Udo Lindenberg über James Dean bis zu Marlene Dietrich und Marilyn Monroe ein. Seine farbgewaltigen Porträts fangen die Ausstrahlung dieser Ikonen auf überraschende, lebendige Weise ein - laut und subtil zugleich. Eine Einladung, den Stars einmal ganz neu zu begegnen - in Farbe, Ausdruck und Emotion.

Freitag, 8. Mai 2026, 18:00 - 21:00 Uhr

**Ort:** Salzbrunnenhaus EG Theatersaal

**Gebühr:** kostenfrei

**Anmeldung:** erforderlich



### 126-238 Tausend und eine Masche

Kreativer Strick- und Häkelkurs für Fortgeschrittene nach Vorlagen sowie eigenen Entwürfen. Das für den Kurs benötigte Material kann bei der Kursleiterin erworben werden.

**Leitung:** Waltraud Schwarz

Donnerstags, 10:00 - 11:30 Uhr

**Dauer:** 5 x vormittags

**Ort:** Salzherrenhaus EG Kursraum I

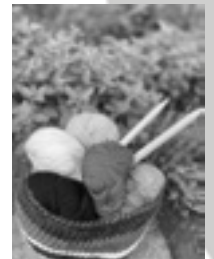
**Gebühr:** 29,00 €

**Anmeldung:** erforderlich

**126-238:** ab 05.03.2026

**126-238A:** ab 23.04.2026

**126-238B:** ab 11.06.2026





### 126-239 Strick oder Häkel für dich - Ein Kurs für Anfänger und Wiedereinsteiger

Handarbeiten ist ein großartiges Hobby, das Konzentration sowie Kreativität fördert und der Seele gut tut.

Der Kurs lädt ein in geselliger Runde Strick- und Häkelteile nach Vorlagen oder eigenen Entwürfen zu fertigen. Der Kurs ist für Anfänger geeignet. Zum ersten Termin sind bitte Wolle oder Häkelgarn und das entsprechende Arbeitsmaterial mitzubringen.

**Leitung: Waltraud Schwarz**

Mittwochs, 15:00 - 16:00 Uhr  
ab 08.04.2026

**Dauer:** 5 x nachmittags

**Ort:** Salzbrunnenhaus OG1 Kursraum

**Gebühr:** 29,00 €

**Anmeldung: erforderlich**

### 126-240 Workshop Mosaik

Die Technik des Mosaiklegens greift auf eine jahrtausendalte Tradition zurück. Heute ist das Handwerk wieder aktuell. Unterschiedliche Materialien wie Spiegel, Glas, Keramik oder Naturstein eröffnen ein weites Spektrum an Gestaltungsmöglichkeiten, die jedem Geschmack gerecht werden können. Wirkungsvolle Akzente setzen, Verschönerung von Gebrauchsgegenständen oder einfach nur kunstvolle Dekoration, sind Themen des Mosaik-Kurses. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

**Leitung: Gisela Heintz**

Freitags & Samstags, 15:00 - 18:00 Uhr

**Dauer:** 2 x Nachmittags

**Ort:** Salzherrenhaus OG1 Kursraum II

**Gebühr:** 44,00 €

**Anmeldung: erforderlich**

**126-240A:** 06.03 - 07.03.2026

**126-240B:** 08.05. - 09.05.2026



### 126-241 Fotografieren - Grundlagen in Theorie und Praxis

## Fotografie

In diesem kompakten Drei-Abende-Kurs vermittelt Fotoexperte Andreas Both die wichtigsten Grundlagen der Fotografie - verständlich, praxisnah und direkt anwendbar. Ein theoretischer Einstieg führt in Themen wie Bildgestaltung, Belichtung und Kamertechnik ein, bevor das Gelernte bei einem gemeinsamen Foto-Walk im Freien ausprobiert wird. Abschließend werden die entstandenen Bilder gemeinsam besprochen, sodass Sie wertvolle Tipps zur Verbesserung und viele neue Impulse für Ihre eigene fotografische Arbeit mitnehmen können.

**Leitung: Andreas Both**

Mittwoch, 18:30 - 20:00 Uhr  
ab 25.03.2026

**Dauer:** 3 Abende

**Ort:** Lesesaal der Stadtbibliothek

**Gebühr:** 40,00 €

**Anmeldung: erforderlich**





# Gesundheit und Ernährung

## 126-301 Taiji Qigong Shibashi

### Bewegung & Entspannung



Taiji Qigong Shibashi, das Qigong der 18 Bewegungen, gehört zu den verbreitetsten und beliebtesten Qigong Formen weltweit. Shibashi basiert auf dem Bewegungskonzept des Taijiquan in Verbindung mit der Atemtheorie und Praxis des Qigong. Die einfachen Bewegungen des Shibashi und ihre sanften Ausführungen können von Jung und Alt praktiziert werden. Shibashi ist eine besonders ästhetische, fließende Übungsform. Knochen, Gelenke und Muskulatur werden sanft mobilisiert und bis ins hohe Alter geschmeidig und kräftig gehalten. Die abwechselnden Bewegungen nach links und rechts sorgen dafür, dass die linke und rechte Hemisphäre des Gehirns harmonisiert werden. Durch die stetige aber ruhige Anregung des Kreislaufes und des Stoffwechsels können positive Effekte für die Gesunderhaltung des gesamten Körpers erreicht werden.

### Leitung: Angelika Halm

zertifizierte Taiji Qigong Lehrerin bei der Taiji Qigong Shibashi Germany (TQSG)

Donnerstags, 17:30 - 18:15 Uhr  
ab 23.04.2026

**Dauer:** 5 Abende

**Ort:** Salzbrunnenhaus EG Theatersaal

**Gebühr:** 22,50 €

**Anmeldung:** erforderlich

## 126-302 Medizinischer Vortrag mit Dr. med. Patrizio Merloni

Auch im ersten Semester 2026 findet wieder ein spannender medizinischer Vortrag statt. Der beliebte Referent Dr. med. Patrizio Merloni, Chefarzt der



Gastroenterologie und Inneren Medizin der Knappschaftsklinik in Sulzbach, wird zu einem aktuellen medizinischen Thema referieren und die Inhalte wie gewohnt mit Fachkompetenz, Charme und einem Gespür für das Wesentliche vortragen.

### Leitung: Dr. med. Patrizio Merloni

Chefarzt Gastroenterologie,  
Knappschaft Kliniken Saar GmbH

Dienstag, 2. Juni 2026, 18:00 - 19:30 Uhr

**Ort:** Salzbrunnenhaus EG Theatersaal

**Gebühr:** 5,00 €

**Anmeldung:** erforderlich



## 126-303 Tai Chi und Qi Gong

Tauchen Sie ein in die Welt der chinesischen Bewegungslehre und erleben Sie ein ganzheitliches Training, das Körper, Geist und Seele in Einklang bringt. Dieser Kurs vermittelt eine Anfänger-Form aus dem Chen-Stil des Tai Chi mit 20 Bildern und integriert Elemente des Qi Gong. Übungen wie die „Stehende Säule“, Gelenk-Qi-Gong oder Seidenfaden-Bewegungen auf Basis der Spiraldynamik fördern Achtsamkeit, innere Ruhe und fließende Bewegungsabläufe. Sie lernen leicht erlernbare Techniken zur Meditation in Bewegung, zur Förderung der Selbstwahrnehmung sowie zur Verbesserung Ihrer Balance. Auch Aspekte der Selbstverteidigung werden thematisiert. Der Kurs ist für jedes Alter geeignet - Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

### Leitung: Bernd Mathieu

Mittwochs, 17:30 - 18:30 Uhr  
ab 18.03.2026

**Dauer:** 15 Abende

**Ort:** Salzbrunnenhaus EG Theatersaal

**Gebühr:** 55,00 €

**Anmeldung:** erforderlich





## 126-304 Sorge für dich und lebe - Selbstfürsorge im Alltag

Selbst-Fürsorge im Alltag ist eine wahre Kunst und auf jeden Fall die Mühe wert. Sie hat nichts mit Egoismus zu tun. Stattdessen hilft sie uns, uns selbst und anderen leichter, freudiger und effektiver zu helfen.

In diesem Vortrag erfahren Sie bis zu 32 Tipps und Tricks, wie Sie auf sich selbst achten und für sich selbst sorgen können, auch wenn der Alltag versucht, Sie einzuspannen und zu verplanen. Sie erhalten außerdem Gedanken zur Inspiration und Motivation, um die Bewusstheit, das Wissen und die Theorie auch in Ihrem Leben um- und durchzusetzen, und dadurch Ihre Lebensqualität zu erhöhen.

**Leitung: Anne-Kathrin Koch**

Dienstag, 17. März 2026, 18:00 -  
19:30 Uhr

**Ort:** Salzherrnhaus EG Kursraum I

**Gebühr:** 10,00 €

**Anmeldung:** erforderlich



# Kneipp

VEREIN

Sulzbach e.V.

## Kurse in Kooperation mit dem Kneipp-Verein Sulzbach

[info@kneippverein-sulzbach.de](mailto:info@kneippverein-sulzbach.de),

[www.kneippverein-sulzbach.de](http://www.kneippverein-sulzbach.de)

**Frau Barbara Jochum,**

**Telefon: 0 6897 / 53621**

**Der Einstieg in alle Kurse ist jederzeit  
möglich!**

**Für Mitglieder des Kneipp-Vereins gelten  
ermäßigte Entgeltsätze.**

## Yoga und Verschiedenes

### Kneipp-Verein: Hatha Yoga

Beim Hatha Yoga stehen kräftigende Körperübungen in Verbindung mit einer bewussten Atmung im Vordergrund. Eine Hatha Yogastunde setzt sich in der Regel aus Atemübungen, Asanas (Körperhaltungen) und der abschließenden Entspannung zusammen. Im langsamen Wechsel werden verschiedene Asanas geübt, wobei der Atem bewusst kontrolliert und mit der Bewegung synchronisiert wird. Ziel ist es, im Wechsel zwischen Kraft und Entspannung die Balance - die Mitte - zu finden.

**Leitung: Margarita Adam**

**126-305:** Montags, 17.30 - 18:45 Uhr  
ab 02.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine

**Ort:** Gemeindehaus Sulzbach-  
Altenwald

**Gebühr:** 60,00 €

Vereinsmitglieder 40 €

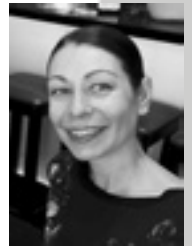
**126-305A:** Montags, 19 - 20:15 Uhr  
ab 02.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine

**Ort:** Gemeindehaus Sulzbach-  
Altenwald

**Gebühr:** 60,00 €

Vereinsmitglieder 40 €





### 126-306 Kneipp-Verein: Yoga - Balance finden

Übungen aus dem Hatha-Yoga und Übungen zur Stärkung des Gleichgewichts und der wohltuenden Entspannung sind Inhalte der Yoga-Stunde.

**Leitung: Brigitte Raab**

Montags, 18:30 - 19:30 Uhr  
ab 02.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine

**Ort:** Turmschule Dudweiler,  
Gymnastikraum

**Gebühr:** 45,00 €  
Vereinsmitglieder 30 €

### 126-307 Kneipp-Verein: Hatha-Yoga für mehr Beweglichkeit

Entspannende, langsame, gut nachvollziehbare und wechselnde Yoga Haltungen gehören ebenso zu einer Hatha Yoga Stunde wie verschiedene Atem- und Entspannungsübungen. Das fördert die Beweglichkeit, gibt Kraft und Energie.

**Leitung: Brigitte Raab**

Donnerstags, 17:00 - 18:00 Uhr  
ab 05.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine

**Ort:** Gemeinschaftsschule Dudweiler,  
Turnhalle

**Gebühr:** 45,00 €  
Vereinsmitglieder 30 €



### 126-309 Kneipp-Verein: Ganzheitliches Gedächtnistraining

In fröhlicher Runde und lockerer Atmosphäre können ohne Leistungsdruck wichtige Gehirnfunktionen wie Wortfindung, Formulierung, Konzentration, Merkfähigkeit und Reproduktion trainiert werden.

Die Gedächtnisleistung lässt sich nur steigern, wenn das Training interessant und abwechslungsreich gestaltet ist. In der Gruppe macht das richtig Spaß. Es geht nicht darum, der oder die Beste zu sein, sondern dass jeder Teilnehmer/in mit Freude von den Übungen profitiert.

**Leitung: Christel Michély-Fickinger**

Dienstags, 14:30 - 15:30 Uhr  
ab 03.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine

**Ort:** Salzherrenhaus EG Kursraum I

**Gebühr:** 40,00 €  
Vereinsmitglieder 30 €

### Bewegung und Tanz

#### 126-310 Kneipp-Verein: Fitness und Tanz

Mit Muskelaufbautraining und Dehnübungen können Sie eine gezielte Stärkung Ihrer Muskulatur unterstützen und den Gleichgewichtssinn verbessern. Mit verschiedenen Tänzen in Block- und Kreisform - aber auch im Zumba und Line-Dance wird das Gedächtnis und die Koordination geschult.

**Leitung: Ingrid Altmeier**

Montags, 19:15 - 20:15 Uhr  
ab 02.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine

**Ort:** Weierwiesschule Neuweiler

**Gebühr:** 35,00 €  
Vereinsmitglieder 20 €





### 126-311 Kneipp-Verein: Zumba® Gold

Zumba® kombiniert Aerobic mit lateinamerikanischen sowie internationalen Tänzen. Hier werden einfache Zumba Choreographien getanzt, die sich vorrangig auf die Verbesserung von Gleichgewicht, Bewegungsumfang und Koordination konzentrieren.

**Leitung: Juliana Simson**

Montags, 18:30 - 19:30 Uhr  
ab 02.03.2026  
10 aufeinanderfolgende Termine  
**Ort:** Salzbrunnenhaus EG  
Theatersaal  
**Gebühr:** 45,00 €  
Vereinsmitglieder 30 €



### 126-312 Kneipp-Verein: Line Dance I

Line Dance ist ein Gruppen- oder Formationstanz, der nach festgelegten, sich wiederholenden Figurenfolgen in Linien neben- und hintereinander getanzt wird, das heißt „solo“, aber gleichzeitig synchron mit anderen.

Line-Dance wird nicht nur nach Country- oder Westernmusik, sondern auch nach moderner Rock- und Popmusik, Oldies und Schlagern getanzt.

**Leitung: Karl-Heinz Müller**

Mittwochs, 17:30 - 18:30 Uhr  
ab 04.03.2026  
10 aufeinanderfolgende Termine  
**Ort:** Evangelisches  
Gemeindezentrum, Auf der Schmelz  
**Gebühr:** 40,00 €  
Vereinsmitglieder 25 €



### 126-313 Kneipp-Verein: Line Dance II

Line Dance wird in Linie nebeneinander, hintereinander oder gegenüber getanzt und ist nicht an eine(n) Partner(in) gebunden, da in der Gruppe getanzt wird. Die Tänze sind festgelegte, sich wiederholende Schrittfolgen.

**Leitung: Karl-Heinz Müller**

Mittwochs, 18:30 - 19:30 Uhr  
ab 04.03.2026  
10 aufeinanderfolgende Termine  
**Ort:** Evangelisches  
Gemeindezentrum, Auf der Schmelz  
**Gebühr:** 40,00 €  
Vereinsmitglieder 25 €

### 126-314 Kneipp-Verein: Erlebnistanz - Ein Jungbrunnen für Senioren

Musik und Rhythmus wecken die Lebensgeister! Sie können viele schöne Tänze aus verschiedenen Ländern kennen lernen, auch Gesellschaftstänze in geselliger Form, das heißt, man braucht keinen festen Partner. Wir tanzen Kreistänze, Paartänze, in der Gasse, Line Dances, Squares, in 3-er Reihen, usw. Tanzen macht Spaß und hält dazu noch Körper und Geist fit.

**Leitung: Ilona Scholdt**

Freitags, 15:30 - 16:30 Uhr  
ab 06.03.2026  
10 aufeinanderfolgende Termine  
**Ort:** Turmschule Dudweiler, Turnhalle  
**Gebühr:** 40,00 €  
Vereinsmitglieder 25 €



### 126-315 Kneipp-Verein: Aroha®

Bei dieser Kombination aus Haka, einem rituellen Tanz der Maoris, und traditionellen Elementen von Tai Chi und Kung Fu werden einfache und leicht zu erlernende Schrittfolgen und Armbewegungen durchgeführt. Aroha eignet sich für alle





Altersklassen, auch Übergewichtige und Personen mit leichten Gelenk- und Rückenbeschwerden können da gut mithalten.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

**Leitung: Daniela Dorscheid**

Donnerstags, 18:00 - 19:00 Uhr  
ab 05.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine

**Ort:** Gemeinschaftsschule Sulzbach,  
Gymnastikraum

**Gebühr:** 35,00 €

Vereinsmitglieder 20 €

### **126-316 Kneipp-Verein: Bodyforming - Bauch, Beine, Po**

Mit diesem Training werden vor allem Muskeln in den Beinen und im Rumpf aufgebaut. Das führt zu einer guten Körperspannung, was sich positiv in einer besseren Körperhaltung zeigt. Führt man im Alltag eine überwiegend sitzende Tätigkeit aus, ist dieses Training ideal, weil die Muskeln, die den ganzen Tag nicht gefordert sind, dabei aktiviert werden.

**Leitung: Daniela Dorscheid**

Donnerstags, 19:00 - 20:00 Uhr  
ab 05.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine

**Ort:** Gemeinschaftsschule Sulzbach,  
Gymnastikraum

**Gebühr:** 35,00 €

Vereinsmitglieder 20 €

### **Gymnastik und Fitness**

#### **126-317 Kneipp-Verein: Pilanetics**

Pilanetics kombiniert Elemente verschiedener Disziplinen - von Pilates über Callanetics bis hin zum Yoga. Es wirkt vor allem auf die tiefe Bauch- und Rückenmuskulatur und den Beckenboden. Diese Muskeln stabilisieren die Wirbelsäule und richten



sich auf, ein idealer Ausgleich zu den Fehlbelastungen des Alltags.

**Leitung: Margarita Adam**

Dienstags, 18:00 - 19:00 Uhr  
ab 03.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine

**Ort:** Gemeinschaftsschule Sulzbach,  
Gymnastikraum

**Gebühr:** 45,00 €

Vereinsmitglieder 35 €

#### **126-318 Kneipp-Verein: Fitness- Gymnastik mit Musik**

Hier geht es um Ausdauer, Beweglichkeit, Herz-Kreislauf-Training, Stärkung des Immunsystems und darum, Problemzonen zu kräftigen.

**Leitung: Margarita Adam**

Dienstags, 19:00 - 20:00 Uhr  
ab 03.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine

**Ort:** Gemeinschaftsschule Sulzbach,  
Gymnastikraum

**Gebühr:** 45,00 €

Vereinsmitglieder 30 €

#### **126-319 Kneipp-Verein: Haltungs- und Wirbelsäulengymnastik**

Dieser Kurs bietet jeder Altersgruppe eine gezielte Gymnastik, um körperliche Fehlhaltungen zu korrigieren oder Vorsorge zu treffen. Dabei werden schwache Muskelgruppen gestärkt und unbewegliche Körperpartien wieder mobilisiert. Wer Interesse hat, ist zu einer kostenlosen Schnupperstunde herzlich eingeladen.

**Leitung: Martina Rosar**

Donnerstags, 19:00 - 20:00 Uhr  
ab 05.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine

**Ort:** Mellin-Turnhalle Sulzbach

**Gebühr:** 35,00 €

Vereinsmitglieder 20 €





### 126-320 Kneipp-Verein: Pilates - Mit Pilates zu einem harmonischen Verhältnis von Kraft und Flexibilität

Pilates ist ein systematisches Ganzkörpertraining zur Kräftigung der Muskulatur, primär von Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur. Bei allen Übungen wird das Powerhouse aktiviert, Pilates als Trainingsmethode kann ganzheitlich im rehabilitativen und präventiven Trainingsbereich genutzt werden. Es ermöglicht bei regelmäßigem Üben mehr Spannkraft und Muskelelastizität.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und dicke Socken

Bitte 1-1,5 h vor Kursbeginn nichts essen, Kurs für max. 15 Teilnehmer/innen

**Leitung: Steffi Mischo**

Dienstags, 19:00 - 20:00 Uhr  
ab 03.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine

**Ort:** Kinndergarten St. Elisabeth  
Sulzbach, Gymnastikraum

**Gebühr:** 45,00 €  
Vereinsmitglieder 35 €

### 126-321 Kneipp-Verein: Senioren- und Venengymnastik

Bewegung ist eine der besten Möglichkeiten, ein gesundes und selbstständiges Leben im Alter zu fördern. Gesundheitssport aktiviert die wichtigsten körperlichen Funktionen, die Muskeln werden gestärkt, die Gelenke bleiben beweglich, Koordination und Gleichgewichtsfähigkeit werden trainiert. Ein besonderes Augenmerk gilt dabei der Venen- und Fußgesundheit.

Wer Interesse hat, ist zu einer kostenlosen Schnupperstunde herzlich eingeladen.

**Leitung: Ilona Scholdt**



Mittwochs, 14:45 - 15:45 Uhr  
ab 04.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine

**Ort:** Turmschule Dudweiler, Turnhalle

**Gebühr:** 40,00 €  
Vereinsmitglieder 25 €

### 126-322 Kneipp-Verein: sanfte Gymnastik und Balance

Auf sanfte Weise und durch ein gemäßigtes Bewegungstempo wird der Körper ins Gleichgewicht gebracht, Jeder Teilnehmende macht die Übungen so intensiv, wie es ihm möglich ist. Durch Balance-Training wird nicht nur der Gleichgewichtssinn gestärkt, sondern als positiver Nebeneffekt auch die Muskulatur gekräftigt.

**Leitung: Margarita Adam**

Montags, 16 - 17 Uhr  
ab 02.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine

**Ort:** Salzbrunnenhaus EG Theatersaal

**Gebühr:** 35,00 €  
Vereinsmitglieder 20 €

### 126-323 Kneipp-Verein: Rücken Fit - Fitnessstraining für den Rücken

Viele Beschwerden entstehen durch einen schlecht trainierten Rumpf. Deshalb müssen systematisch Rücken-, Bauch- und Lendenmuskulatur aufgebaut und gestärkt werden. Durch den gezielten Einsatz von Geräten wie z.B. Physioband, Balancekissen, Ball oder Swingstick wird der gesamte Rumpf effektiv und gelenkschonend trainiert und das gesamte Muskelkorsett gekräftigt.

**Leitung: Birgit Neises**

Dienstags, 19:00 - 20:00 Uhr  
ab 03.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine

**Ort:** Mellin Turnhalle Sulzbach

**Gebühr:** 35,00 €  
Vereinsmitglieder 20 €



**Bewegung im Wasser****Kneipp-Verein: Aqua-Fitness im Flachwasser**

Durch den Wasserwiderstand wird unser Gewebe gestrafft und die Durchblutung verbessert. Außerdem fördert der erhöhte Widerstand die Gelenkentlastung, Muskelkraft und Ausdauer. Dabei wird unser Herz-Kreislaufsystem gestärkt und der Stoffwechsel wird angeregt.

**Leitung: Margarita Adam**

**126-324:** Mittwochs, 09:20 - 10:05 Uhr  
ab 04.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine  
**Ort:** Vopeliusbad im Sportzentrum Mellin

**Gebühr:** 35,00 €

Vereinsmitglieder: 20 €

**126-325:** Mittwochs, 10:10 - 10:55 Uhr  
ab 04.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine  
**Ort:** Vopeliusbad im Sportzentrum Mellin

**Gebühr:** 35,00 €

Vereinsmitglieder 20 €

**126-326:** Donnerstags, 09:10 - 09:55 Uhr  
ab 05.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine  
**Ort:** Vopeliusbad im Sportzentrum Mellin

**Gebühr:** 35,00 €

Vereinsmitglieder: 20 €

**126-327:** Donnerstags, 10:00 - 10:45 Uhr  
ab 05.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine  
**Ort:** Vopeliusbad im Sportzentrum Mellin

**Gebühr:** 35,00 €

Vereinsmitglieder: 20 €

**126-328 Kneipp-Verein: Aqua-Fitness im Tiefwasser**

Durch den höheren Auftrieb des Wassers werden Sehnen, Bänder, Knochen und Gelenke viel weniger belastet. Da die Beine den Boden nicht berühren, werden Wirbelsäule und Gelenke zusätzlich durch fehlende Stoßkräfte entlastet.

**Leitung: Margarita Adam**

Mittwochs, 11:00 - 11:45 Uhr  
ab 04.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine  
**Ort:** Vopeliusbad im Sportzentrum Mellin

**Gebühr:** 35,00 €

Vereinsmitglieder: 20 €

**Kneipp-Verein: Aquarobic im Flachwasser**

Der Kurs Aquarobic trainiert Bein-, Bauch-, Rücken-, Brust- und Armmuskeln. Um den gewünschten Trainingseffekt zu erzielen, werden die Bewegungen mit häufigen Wiederholungen bei verschiedener Geschwindigkeit gegen den Wasserwiderstand ausgeführt. Dabei wird die Intensität zusätzlich durch den gezielten Geräten wie Poolnudel, Ball, Schwimmbrett oder Hantel effektiv und gelenkschonend gesteigert.

**Leitung: Birgit Neises**

**126-329:** Dienstags, 17:30 - 18:15 Uhr  
ab 03.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine  
**Ort:** Vopeliusbad im Sportzentrum Mellin

**Gebühr:** 35,00 €

Vereinsmitglieder: 20 €





**126-330:** Freitags, 17:00 - 17:45 Uhr  
ab 06.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine  
**Ort:** Vopeliusbad im Sportzentrum  
Mellin

**Gebühr:** 35,00 €  
Vereinsmitglieder: 20 €

**126-331:** Freitags, 17:45 - 18:30 Uhr  
ab 06.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine  
**Ort:** Vopeliusbad im Sportzentrum  
Mellin

**Gebühr:** 35,00 €  
Vereinsmitglieder: 20 €

**126-332:** Freitags, 18:30 - 19:15 Uhr  
ab 06.03.2026

10 aufeinanderfolgende Termine  
**Ort:** Vopeliusbad im Sportzentrum  
Mellin

**Gebühr:** 35,00 €  
Vereinsmitglieder: 20 €

### 126-333 Kneipp-Verein: Wandern und Geselligkeit



Die Touren führen durch schöne Landschaften und bieten für Wanderer viel Abwechslung. In der Regel werden Strecken zwischen sechs bis acht Kilometer gewandert - mit einer kleinen Zwischenrast. Vom Parkplatz vor der AULA in Sulzbach wird zum Ausgangspunkt der geplanten Wanderung gestartet. Es gibt dabei immer genügend Mitfahrgelegenheiten für Nichtmotorisierte. Schnuppergäste sind immer herzlich willkommen!

**Leitung: Horst und Gaby**

Mittwochs, 14:00 - 15:30 Uhr  
ab 04.03.2026

**Dauer:** 26 x nachmittags  
**Ort:** Treffpunkt laut Textausschreibung  
**Gebühr:** Für Mitglieder kostenfrei



# Sprachen



## Englisch



### 126-400 Englisch für Anfänger (A1)

Dieser Kurs richtet sich an alle, die ganz neu mit der englischen Sprache beginnen möchten oder Ihre ersten bereits erworbenen Kenntnisse vertiefen. In entspannter Atmosphäre lernen Sie erste Wörter, einfache Redewendungen und grundlegende Strukturen für den Alltag - zum Beispiel Reisen, Einkäufe oder einfache Gespräche. Der Kurs vermittelt praxisnahes Englisch mit viel Sprechübung, Wiederholung - ganz ohne Vorkenntnisse.

Kein Buch erforderlich

**Leitung: Bettina Merz**

Dienstags, 19:30 - 21:00 Uhr  
ab 03.03.2026

**Dauer:** 5 Abende  
**Ort:** Salzherrenhaus OG1 Kursraum II  
**Gebühr:** 48,00 €

### 126-401 Englisch am Vormittag (A2)

In diesem Englischkurs auf A2-Niveau erweitern Sie Ihre grundlegenden Sprachkenntnisse und verbessern Ihre Kommunikationsfähigkeiten. Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits erste Erfahrungen mit der englischen Sprache gesammelt haben und nun ihre Kenntnisse vertiefen möchten.

Lehrbuch: "English Network Now A2.2"

**Leitung: Mina Horton**

Dienstag, 10:00 - 11:30 Uhr  
ab 03.03.2026

**Dauer:** 15 x vormittags  
**Ort:** Salzherrenhaus EG Kursraum I  
**Gebühr:** 95,00 €  
**Anmeldung: erforderlich**



**126-402 Englisch am Vormittag**

Lehrbuch: „Great! A2, (grün) 2nd edition“ ab Lektion 8

**Leitung: Catherine Schmelzer**

Mittwochs, 09:00 - 10:30 Uhr  
ab 04.03.2026

**Dauer:** 15 x vormittags

**Ort:** Salzherrenhaus EG Kursraum I

**Gebühr:** 95,00 €

**Anmeldung:** erforderlich

**126-403 Englisch am Vormittag**

Lehrbuch: „Great! A2, 2nd edition“,  
(grün) ab Lektion 8

**Leitung: Catherine Schmelzer**

Mittwochs, 10:30 - 12:00 Uhr  
ab 04.03.2026

**Dauer:** 15 x vormittags

**Ort:** Salzherrenhaus EG Kursraum I

**Gebühr:** 95,00 €

**Anmeldung:** erforderlich

**126-404 Englisch am Mittag**

Lehrbuch: "Great! A2, 2nd edition"  
(grün), ab Lektion 3/4

**Leitung: Catherine Schmelzer**

Mittwochs, 12:00 - 13:30 Uhr  
ab 04.03.2026

**Dauer:** 10 x vormittags

**Ort:** Salzherrenhaus EG Kursraum I

**Gebühr:** 130,00 €

**Anmeldung:** erforderlich

**126-405 Englisch für Anfänger**

Lehrbuch: "Great! A2"(blau), ab Lektion 7

**Leitung: Catherine Schmelzer**

Montags, 16:30 - 18:00 Uhr  
ab 02.03.2026

**Dauer:** 14 x nachmittags

**Ort:** Salzherrenhaus OG1 Kursraum II

**Gebühr:** 88,00 €

**Anmeldung:** erforderlich

**126-406 Englisch Mittelstufe**

Dieser Kurs richtet sich an alle, die ihre Englischkenntnisse für den Alltag, auf Reise oder im Beruf vertiefen möchten.

Lehrbuch: „Network Now A2.1“,  
ab Lektion 6

**Leitung: Catherine Schmelzer**

Montags, 18:00 - 19:30 Uhr  
ab 02.03.2026

**Dauer:** 14 Abende

**Ort:** Salzherrenhaus OG1 Kursraum II

**Gebühr:** 89,00 €

**Anmeldung:** erforderlich

**126-407 Englisch am Vormittag -  
Grundkurs für Anfänger (A1)**

Sie möchten Englisch von Grund auf lernen ? In diesem Kurs erwerben Sie die wichtigsten Grundlagen der englischen Sprache den Alltag und Reise.

Sie lernen, einfache Gespräche zu führen, sich vorzustellen, über Familie, Beruf und Freizeit zu sprechen sowie typische Situationen wie Einkaufen, Bestellen im Restaurant oder Fragen nach dem Weg zu meistern.

Der Schwerpunkt liegt auf dem Sprechen und Verstehen in entspannter Lernatmosphäre.

Lehrbuch: Let´s Enjoy English, Lektion 1

**Leitung: Bettina Merz**

Donnerstags, 10:00 - 11:00 Uhr  
ab 05.03.2026

**Dauer:** 15 x vormittags

**Ort:** Salzherrenhaus OG1 Kursraum II

**Gebühr:** 95,00 €

**Anmeldung:** erforderlich

**126-408 Englisch Mittelstufe (B1)**

Der Kurs richtet sich an alle, die ihre Englischkenntnisse für den Alltag, auf Reisen oder im Beruf vertiefen möchten.

Einstufung: B1 Level  
verschiedene Englische Arbeitsmittel.

**Leitung: Bettina Merz**

Dienstags, 18:00 - 19:30 Uhr  
ab 03.03.2026  
**Dauer:** 15 Abende  
**Ort:** Salzherrnhaus OG1 Kursraum II  
**Gebühr:** 95,00 €  
**Anmeldung:** erforderlich

### 126-415 Intensivkurs für Anfänger

Dieser Kurs ist für Interessenten, die in kürzerer Zeit die Grundlagen der englischen Sprache lernen möchten oder ihre englischen Sprachkenntnisse auffrischen möchten.

Lehrbuch: Great ! A1 (blau) Klett Verlag  
**Leitung:** Catherine Schmelzer

Montag, 08:30 - 12:15 Uhr  
ab 20.04.2026  
**Dauer:** 4 x vormittags  
**Ort:** Salzherrnhaus OG1 Kursraum II  
**Gebühr:** 62,00 €  
**Anmeldung:** erforderlich

### 126-409 Italienisch für Anfänger (A1) Folgekurs

In diesem Italienischkurs lernen und vertiefen Sie die Grundlagen der italienischen Sprache. Schritt für Schritt wird die Dozentin den Kursinhalt des Lehrbuches gemeinsam mit den Kursteilnehmenden durchgehen und die Übungen zusammen lösen, um Grammatik und Vokabular zu festigen. Sie werden einfache Dialoge und Alltagssituationen meistern und nützliche Ausdrücke kennenlernen, um sich auf Italienisch vorstellen, einkaufen und Gespräche im Café oder Restaurant führen zu können. Dieser Kurs findet ausschließlich in italienischer Sprache statt. Während des Kurses bieten wir auch interaktive Konversationsübungen an, um die neuen Sprachkenntnisse direkt anzuwenden und Hemmungen beim Sprechen abzubauen. Der Kurs ist ideal für Anfänger, die in einer entspannten und motivierenden Umgebung Italienisch lernen möchten.

Lehrbuch „Con piacere nuovo A1“, ab Lektion 5

**Leitung:** Chiara Ciampi

Dienstags, 17:15 - 18:45 Uhr  
ab 03.03.2026

**Dauer:** 15 Abende  
**Ort:** Salzherrnhaus EG Kursraum I  
**Gebühr:** 85,00 €  
**Anmeldung:** erforderlich

### 126-410 Italienisch für Anfänger (A1)

Starten Sie Ihre Reise in die italienische Sprache und Kultur! In diesem Anfängerkurs für Italienisch (A1) ohne Vorkenntnisse werden die Teilnehmenden in die Grundlagen der italienischen Sprache eingeführt. Ziel ist es, einfache Kommunikationsfähigkeiten zu entwickeln und ein erstes Verständnis für die italienische Kultur zu erlangen. Der Kurs richtet sich an alle, die ohne Vorkenntnisse die italienische Sprache erlernen möchten. Ideal für Reisende, Sprachinteressierte und Kulturliebhaber.

Lehrbuch „Con piacere nuovo A1“, ab L 1

**Leitung:** Lorenzo Lauri

Donnerstags, 18:00 - 19:30 Uhr  
ab 05.03.2026

**Dauer:** 15 Abende  
**Ort:** Salzherrnhaus EG Kursraum I  
**Gebühr:** 85,00 €

### 126-411 Offener Konversationskurs Deutsch für alle Interessierten (Sprachtraining)

In Kooperation mit der Caritas-Gemeinwesenarbeit Sulzbach findet ab März 2026 jeden Mittwoch ein Sprachtraining Deutsch statt. Der Kurs richtet sich an alle, die beispielsweise den A2 oder B1 Sprachkurs bestanden haben und auf den B1 oder B2 Kurs warten müssen. Es geht darum, die deutsche Sprache weiter zu üben und das Gelernte anzuwenden. In lockerer Runde wird in deutscher Sprache über Alltagsthemen geplaudert. Alle Menschen, die





Deutsch trainieren wollen, sind willkommen.

**Leitung: Bettina Merz**

Mittwochs, 17:00 - 19:00 Uhr  
ab 25.02.2026

**Dauer:** 21 Abende

**Ort:** Caritas "Kompass" Sulzbachtalstr. 68

**Gebühr:** kostenfrei

**Anmeldung:** erforderlich

## Spanisch

### 126-412 Spanisch für Anfänger

Lehrbuch: "Con gusto nuevo A1", ab  
Lektion 3

**Leitung: Catherine Schmelzer**

Mittwochs, 19:00 - 20:30 Uhr  
ab 04.03.2026

**Dauer:** 15 Abende

**Ort:** Salzherrenhaus EG Kursraum I

**Gebühr:** 95,00 €

**Anmeldung:** erforderlich

## Französisch

### 126-413 Französisch Fortgeschrittene

Für diesen Kurs sind Grundkenntnisse  
erforderlich.

Lehrbuch: "Voyages neu B1"  
ab Lektion 3

**Leitung: Catherine Schmelzer**

Mittwochs, 17:30 - 19:00 Uhr  
ab 04.03.2026

**Dauer:** 15 Abende

**Ort:** Salzherrenhaus OG1 Kursraum II

**Gebühr:** 95,00 €

**Anmeldung:** erforderlich

### 126-414 Französisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Lehrbuch: "Voyages neu A1" ab Lektion 1

**Leitung: Catherine Schmelzer**

Dienstags, 09:00 - 10:30 Uhr  
ab 03.03.2026

**Dauer:** 15 x vormittags

**Ort:** Salzherrenhaus OG1 Kursraum II

**Gebühr:** 95,00 €

**Anmeldung:** erforderlich



# Arbeit und Beruf



## 126-501 Excel Grundlagen

In diesem Kurs erlernen Sie die Grundlagen der Tabellenkalkulation mit Microsoft Excel. Der Kurs richtet sich an Anfänger und vermittelt praxisnahe Kenntnisse, die sowohl im beruflichen als auch im privaten Umfeld nützlich sind. Inhalte des Kurses umfassen: Erstellung und Bearbeitung von Excel-Tabellen, Anwendung einfacher Formeln und Funktionen, Gestaltung und Formatierung von Tabellen, Erstellung und Bearbeitung von Diagrammen. Der Kurs bietet eine schrittweise Einführung in die Software, sodass keine Vorkenntnisse erforderlich sind. Am Ende des Kurses werden Sie in der Lage sein, Excel effizient zu nutzen und Ihre Daten besser zu verwalten.

Voraussetzung zur Teilnahme:  
Eigener Laptop / Notebook (mit Windows-Betriebssystem)

**Leitung: Hans-Werner Jung**

Donnerstags, 16:00 - 17:30 Uhr  
ab 26.03.2026

**Dauer:** 5 x nachmittags

**Ort:** Salzherrenhaus OG1 Kursraum II

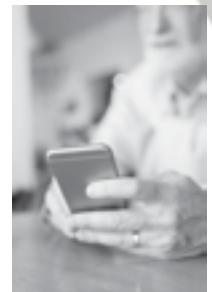
**Gebühr:** 40,00 €

**Anmeldung:** erforderlich



## 126-502 Smartphone und Tablets mit Android-Betriebssystem für Fortgeschrittene

Bleiben Sie auf dem Laufenden und entdecken Sie neben dem Telefonieren die vielseitigen Funktionen Ihres Smartphones oder Tablets mit Android Betriebssystem, wie Fotos und Videos, Internet, soziale Netzwerke oder passende "Apps". Werden Sie





vertraut mit den wichtigsten Einstellungen und lernen Sie Ihr Gerät effektiv zu nutzen, sodass Sie es vor Viren und schädlicher Software schützen können. Lernen Sie in entspannter Atmosphäre und erweitern Sie spielend leicht Ihre digitalen Fähigkeiten.

**Leitung: Hans-Werner Jung**

Donnerstags, 14:00 - 15:30 Uhr  
ab 26.03.2026

**Dauer:** 5 x nachmittags

**Ort:** Salzherrnhaus EG Kursraum I

**Gebühr:** 40,00 €

**Anmeldung: erforderlich**



### 126-503 Vortrag: Crashkurs Rentensteuer

Die Einkommensteuer wird immer komplexer - auch für Ruheständler, angehende Rentnerinnen und Rentner oder noch Berufstätige. In diesem kompakten Steuercheck erfahren Sie, wie Sie Ihre Steuererklärung optimieren und von aktuellen Steuervorteilen profitieren können. Anhand nachvollziehbarer Praxisbeispiele erhalten Sie einen Überblick über alle Rentenarten und deren unterschiedliche Besteuerung (Neurentner ab 2025: 83,5 % statt 85 %). Zudem werden Freibeträge, Pauschalen und aktuelle Steuererleichterungen wie Werbungskosten, Altersentlastungsbetrag, Handwerkerleistungen, Vorsorgeaufwendungen oder außergewöhnliche Belastungen erläutert. Auch wichtige Fristen, neue gesetzliche Regelungen (z. B. energetische Sanierung, Minijob, Doppelbesteuerung) sowie Tipps zum richtigen Ausfüllen der Formulare werden behandelt. Der Kurs schließt mit praktischen Steuertipps und Raum für individuelle Fragen.

**Leitung: Klaus-Peter Schäfer**

Dienstag, 16. Juni 2026, 18:00 -  
20:15 Uhr

**Ort:** Salzherrnhaus EG Kursraum I

**Gebühr:** 9,00 €

**Anmeldung: erforderlich**



### 126-504 Online\_Vortrag: Canva Workshop: Einführung - Grundkurs

Canva ist ein vielseitiges Online-Design-Tool, mit dem sich Präsentationen, Social-Media-Beiträge, Flyer und vieles mehr ganz einfach gestalten lassen - auch ohne Vorkenntnisse in Grafikdesign. Doch der Einstieg wirft oft Fragen auf: Welche Funktionen brauche ich wirklich? Wie gestalte ich professionell wirkende Designs? Und welche Möglichkeiten bieten die KI-gestützten Features?

In diesem praxisorientierten Grundkurs erhalten Sie eine strukturierte Einführung in Canva. Schritt für Schritt lernen Sie:

- Was Canva ist & wie Sie ein eigenes Konto einrichten
- Unterschiede zwischen der kostenlosen und der Premium-Version
- Die wichtigsten Werkzeuge und die Benutzeroberfläche
- Gestaltung von ersten eigenen Designs
- Einsatz moderner KI-Funktionen (z. B. Bild- & Textunterstützung)

Der Kurs wird von einem Betriebswirt mit Schwerpunkt Marketing geleitet, der sich intensiv mit digitalen Tools, Künstlicher Intelligenz und modernen Präsentationstechniken beschäftigt. Seine Leidenschaft ist es, Wissen verständlich, nahbar und interaktiv zu vermitteln.

Ideal für alle, die kreative Projekte umsetzen möchten - beruflich, ehrenamtlich oder privat.

Keine Vorkenntnisse erforderlich.

**Leitung: Robin Weniger**

Montag, 9. März 2026, 17:30 -  
20:30 Uhr

**Ort:** Online

**Gebühr:** 30,00 €

**Anmeldung: erforderlich**

### Online-Vortrag



Foto Robin Weniger

# Junge vhs



## 126-801 Kreative Malwerkstatt-Generationsübergreifend (ab 7 Jahren)

Der Kurs versteht sich nicht als reiner Mal- und Zeichenkurs. Angeboten werden außer verschiedenen Maltechniken auch andere kreative Gestaltungsmöglichkeiten. In lockerer Atmosphäre werden Techniken vermittelt und die eigene Kreativität geweckt.

Der Kurs ist offen für alle, die gerne malen. Jeder / Jede mit und ohne Vorkenntnissen ist willkommen.

Die Kursleiterin geht auf individuelle Wünsche ein.

- zuzügl. Materialkosten von 5 € bei Kursbeginn bei der Dozentin zu zahlen

**Leitung: Dagmar Günther**

Mittwochs, 17:00 - 18:30 Uhr  
ab 18.03.2026

**Dauer:** 10 x nachmittags

**Ort:** AULA OG1 Foyer

**Gebühr:** 55,00 €

**Anmeldung: erforderlich**

## 126-803 DJK Hip Hop Kurs Kinder

Cooler Moves, fetzige Beats und jede Menge Spaß: In unserem Hip-Hop-Kurs lernen die Kids Grundlagen dieses energiegeladenen Tanzstils. Gemeinsam üben wir coole Choreografien, fördern das Rhythmusgefühl und stärken das Selbstbewusstsein - ganz ohne Leistungsdruck, dafür mit jeder Menge Freude an der Bewegung. Egal, ob Anfänger oder kleine Profis: Alle Kinder zwischen 6 und 12 Jahren sind herzlich willkommen, Teil unserer Hip-Hop-Crew zu werden!

**Leitung: Enrico von der Weide**

Dienstags, 17:30 - 18:30 Uhr  
ab 10.03.2026

**Dauer:** 32 x nachmittags

**Ort:** AULA OG1 Foyer

**Gebühr:** 8,00 € monatlich

**Anmeldung: erforderlich**



## 126-804 DJK Hip Hop Kurs Jugendliche

Du liebst coole Beats und hast Lust, dich zu bewegen? Dann ist unser Hip-Hop-Kurs für Jugendliche ab 13 Jahre genau das Richtige für dich! Lerne angesagte Moves und Choreografien, entdecke deinen eigenen Style und bring deine Energie auf die Tanzfläche. Egal, ob du Anfänger bist oder schon Erfahrung hast - in entspannter Atmosphäre zeigen wir dir die Basics und coole Tricks, die garantiert Eindruck machen.

**Leitung: Enrico von der Weide**

Dienstags, 18:40 - 19:40 Uhr  
ab 03.03.2026

**Dauer:** 18 Abende

**Ort:** AULA OG1 Foyer

**Gebühr:** 8,00 € monatlich

**Anmeldung: erforderlich**



**126-805 Offenes Kinder Rathaus**

Führungen für Kinder durch das Sulzbacher Rathaus  
 Das Rathaus ist das „Herzstück“ einer Stadt: Es geht um Dienstleistungen, wichtige Entscheidungen und Organisation in ganz verschiedenen Bereichen. Die tägliche Arbeit betrifft die Bürgerinnen und Bürger und somit auch die Kinder. Was passiert in einem Rathaus? Was wird dort gearbeitet und verwaltet? Was macht ein Bürgermeister? Die zentralen Ämter, deren Aufbau und Aufgaben sind für Kinder oft ein großes Fragezeichen. Deswegen öffnet das Sulzbacher Rathaus seine Pforten. Mit dem „Backstage- Pass“ geht es durch die Verwaltung: Es wird den Beschäftigten in den verschiedenen Bereichen über die Schulter geschaut, fleißig mit gestempelt, sich im Meldeamt einen Pass gebastelt oder im Standesamt kleine „Hochzeiten“ gefeiert. In der Kämmerei wartet eine Schatzkiste, im Sitzungssaal kann man Demokratie-Luft schnuppern und im Dienstzimmer des Bürgermeisters kann man sich fühlen wie ein Verwaltungschef. Die verschiedenen Räume werden kindgerecht und spielerisch erklärt - dabei wird so manche Geschichte erzählt und Fragen beantwortet- spätestens beim Besuch der historischen Wohnstube der Bürgermeister der alten Zeit. Die Rathausführungen für Kinder sind ab einer Gruppe mit 12 Personen bei der vhs buchbar. Zielgruppe: Vorschulkinder (letztes Kindergartenjahr) und Grundschulkids bis 11 Jahren.

**Buchbar ab März 2026**  
**Ort:** Rathaus Sulzbach  
**Gebühr:** kostenfrei  
**Anmeldung:** erforderlich

**126-811 Französisch für Grundschul Kinder**

In diesem Kurs werden Kinder spielerisch an die französische Sprache herangeführt. Die Dozentin vermittelt einen Basiswortschatz zu verschiedenen Themen anschaulich und leicht verständlich. Der Spaß am Lernen steht dabei an erster Stelle!

**Leitung: Catherine Schmelzer**

Mittwochs, 16:45 - 17:30 Uhr  
 ab 04.03.2026

**Dauer:** 10 x nachmittags

**Ort:** Salzherrnhaus OG1 Kursraum II

**Gebühr:** 50,00 €

**Anmeldung:** erforderlich

**126-813 Englisch für Grundschul Kinder**

In diesem Kurs werden Kinder spielerisch an die englische Sprache herangeführt. Die Dozentin vermittelt einen Basiswortschatz zu verschiedenen Themen anschaulich und leicht verständlich. Der Spaß am Lernen steht dabei an erster Stelle!

**Leitung: Catherine Schmelzer**

Montags, 15:45 - 16:30 Uhr  
 ab 02.03.2026

**Dauer:** 10 x nachmittags

**Ort:** Salzherrnhaus OG1 Kursraum II

**Gebühr:** 50,00 €

**Anmeldung:** erforderlich



Fotograf: Thomas Seeber.

**126-814 Kinderlesung: Kikeriki -  
Wie Hühner wirklich sind**

Wenn Silke Bickelmann aus ihrem Buch „Kikeriki - Wie Hühner wirklich sind“ liest, wird aus einer Lesung ein spannendes Entdeckerabenteuer. Mit Eiern, Federn und Stroh aus dem Hühnerstall bringt sie die Welt der Hühner zum Anfassen nahe. Die Kinder dürfen fühlen, vergleichen, fragen und ausprobieren. Dabei geht es nicht nur um spannende Fakten - etwa, wie ein Küken im Ei wächst oder warum Hühner staubbaden -, sondern auch um Achtsamkeit und den respektvollen Umgang mit Tieren. Spielerisch lernen die Kinder, was artgerechte Haltung bedeutet, und erleben, wie eng Wissen, Empathie und Verantwortung zusammengehören.

**Leitung: Silke Bickelmann**Mittwoch, 22. April 2026, 16:00 -  
18:00 Uhr**Ort:** Lesesaal der Stadtbibliothek**Gebühr:** 5,00 €**Anmeldung: erforderlich****126-815 Kinderwanderung im  
Urwald - Naturbildung für Kinder**  
Altersgruppe: 5 bis 9 Jahre

Wie riecht der Waldboden, wenn es regnet? Wie fühlt es sich an, wenn ein Käfer über die Hand krabbelt? Kann ich genauso weit springen wie ein Reh? Echte Naturerlebnisse kann man nur im Wald machen, nicht auf dem Spielplatz oder Schulhof. Naturschutz und kindliche Naturbegegnung sind eng miteinander verbunden. Wer in der Kindheit die Natur kennen und schätzen lernt, hat als Erwachsener eine größere Motivation zu umweltgerechtem Verhalten. Ist das Interesse erst einmal geweckt, ergeben sich Fragen von alleine. Bei dieser Kinderwanderung gibt Naturpädagogin Dr. Isabelle Niedereichholz spielerische Impulse.



Beim Entdecken erfahren die Kinder, warum z. B. die Blätter im Herbst die Farbe wechseln und dass das Reh nicht die Frau vom Hirsch ist.

Ablauf: Treffen am Naturfreundehaus Kirchheck, „Namensspiel“, auf dem Rundweg von 2,5 km: Infos über den Urwald/Saarkohlewald, Spurenlesen anhand von Spurenkärtchen, Besteigung des „kleinen Fuji“, am Waldplatz: Spiel „Eichhörnchen“ oder „Walddetektive“. Der Termin kann nicht bei Unwetterwarnung, starkem Wind, Gewitter oder Starkregen stattfinden. Das Betreten des Urwaldes erfolgt immer auf eigene Gefahr und die Begleitpersonen haften für ihre Kinder/ Schutzbefohlenen.

**Leitung: Dr. Isabelle Niedereichholz**Samstag, 13. Juni 2026, 13:30 -  
15:30 Uhr**Ort:** Treffpunkt laut Textausschreibung**Gebühr:** 15,00 € pro Kind,

begleitende Erwachsene sind frei

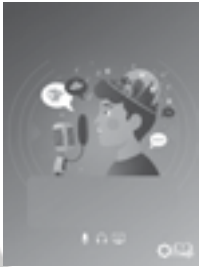
**Anmeldung: erforderlich****126-816 Zeichnen für Jugendliche  
- Von Bleistift bis Tusche**

Zeichnen ist, im Gegensatz zur allgemeinen Meinung, wenig abhängig von Talent. Vielmehr fußt es auf dem Verstehen grundlegender Konzepte und viel Übung. Aber wie und wo anfangen? In diesem Kurs beginnen wir bei den Grundlagen: Mit einfachen Strichen auf Papier Personen, Figuren und Gegenstände abzeichnen. Aber auch wie man Figuren konstruieren und eigene Figuren entwickeln kann.

**Leitung: Kevin Schneider**Samstag, 9. Mai 2026, 15:00 -  
19:00 Uhr**Ort:** Salzherrenhaus EG Kursraum I**Gebühr:** 33,00 €**Anmeldung: erforderlich**



Junge vhs



## 126-817 Podcast-Workshop für Jugendliche - Dein Hörspiel, deine Story

Einen eigenen Podcast aufnehmen? Selbst ein Hörbuch einsprechen? Oder sich mal an einem Hörspiel versuchen? Für all diese Dinge brauchen Sie nur ein Mikrofon, etwas Fratsy und technisches Verständnis. Und gerade das bekommen Sie in diesem Grundkurs vermittelt: Wir sprechen über die Auswahl von Mikrofonen und Aufnahmeort, das Sprechen am Mikrofon und steigen in die Schnitt-Software Audacity ein.

**Leitung: Kevin Schneider**

Samstag, 14. März 2026, 15:00 - 18:00 Uhr

**Ort:** Salzerrenhaus EG Kursraum I

**Gebühr:** 26,00 €

**Anmeldung: erforderlich**

### Information zu Kursgebühren

Im Zuge einer Neuregelung der Umsatzsteuerpflicht für Kommunen, die ab 1. Januar 2023 gilt, werden auch Teile des vhs-Angebots betroffen sein. Diese Regelung befreit gleichzeitig Vorträge, Kurse und andere Veranstaltungen, die von wissenschaftlicher und belehrender Art sind, und die deutlichen Bildungscharakter haben, von der Umsatzsteuer. So ist es in § 4 Nr. 22 a) des Umsatzsteuergesetzes (UStG) festgehalten. Gleichzeitig sieht die Regelung vor, die Umsatzsteuer bei Kursen, Vorträgen oder Veranstaltungen mit vermeintlich erkennbarem Freizeitcharakter zu erheben. In diesen Fällen kommt die gesetzlich geschuldete Umsatzsteuer auf die Gebühren hinzu und ist zu entrichten.



**Haus & Grund<sup>®</sup>**

Eigentum. Schutz. Gemeinschaft.  
Sulzbachtal eV

[www.hug-sulzbach.de](http://www.hug-sulzbach.de)  
[info@hug-sulzbach.de](mailto:info@hug-sulzbach.de)

06897 - 8100865



Gemeinsam  
erreichen wir  
mehr!

Ihr Partner in allen Fragen rund um den privaten Grundbesitz

### Gemeinwesenarbeit Sulzbach -

Caritasverband für Saarbrücken und Umgebung e.V.

#### Angebotsübersicht

- Allgemeine Sozialberatung
- Beratung für Menschen mit Migrationshintergrund und insbesondere für Frauen
- Interkulturelle Angebote für Frauen (z.B. Frauenfrühstück)
- Gruppen, Treffs, Aktivitäten und Veranstaltungen mit Kindern, Familien, Frauen (z.B. Wanderungen und Fahrten)
- Beratung im Bereich Früher Hilfen und Erziehungsfragen
- Projekte, Bildungs- und Kursangebote, wie „EIKM Plus“ (Projekt zur Stärkung der Erziehungskompetenz von Eltern) oder „Mama lernt Deutsch“, die kontinuierlich weiter ausgebaut werden sollen
- Angebote im Bereich der Frühen Hilfen (Babyclub, Spielkreis) und der präventiven Kinder- und Jugendhilfe
- Frühkindliches Brückenangebot (Drei Gruppen mit max. 10 Kindern, dreimal wöchentlich für jeweils drei Stunden) zur Schließung der Betreuungslücke für Kinder zwischen vier und sechs Jahren
- Seniorenprojekt „Salzstubb“ der Gemeinwesenarbeit Sulzbach

#### Kontakt:

Gemeinwesenarbeit Sulzbach  
Sulzbachtalstraße 70  
66280 Sulzbach  
06897/841067



## 1. Geltungsbereich

Die allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) der Volkshochschule Sulzbach/Saar (im Folgenden: vhs) gelten für alle Kurse und Veranstaltungen der Volkshochschule Sulzbach. Soweit die AGB abweichende Regelungen nicht erfassen, gelten die Bestimmungen des Bürgerlichen Gesetzbuches (BGB).

## 2. Vertragsschluss und Anmeldung

Die Ankündigungen der vhs von Kursen und Veranstaltungen in den Programmen, Aushängen, Internet usw. sind nicht verbindlich.

Die Anmeldung zu den Kursen und Veranstaltungen muss schriftlich vor dem Beginn des Kurses/der Veranstaltung erfolgen. Für Einzelveranstaltungen mit und ohne Abendkasse ist eine vorherige Anmeldung erforderlich.

Die Anmeldung kann persönlich bei der vhs „Auf der Schmelz“, schriftlich per Post oder Fax, per E-Mail erfolgen. Die Adressen und Rufnummern können den allgemeinen Informationen entnommen werden.

Ein verbindlicher Vertrag zwischen den Teilnehmenden und der vhs kommt mit der Annahme der Anmeldung durch die vhs zustande. Die Anmeldungen werden in zeitlicher Reihenfolge des Einganges angenommen. Ein Anspruch auf Teilnahme besteht nicht. Sollte der Kurs/die Veranstaltung ausgebucht sein, ausfallen oder sollten sonstigen Änderungen vorliegen, werden die Teilnehmenden per E-Mail oder telefonisch informiert. Voraussetzung hierzu ist die Einwilligung zur Datenschutzerklärung und die Angabe der E-Mail-Adresse und Telefonnummer.

Kurse und Veranstaltungen, die nicht die Mindestteilnehmerzahl erreichen, können nur durchgeführt werden, wenn die Teilnehmenden einer Kürzung der Kurstermine oder einer Erhöhung der Kursgebühr zustimmen.

Für Einzelveranstaltungen – Vorträge, Kulturveranstaltungen – ist eine vorherige Anmeldung erforderlich. Das Entgelt ist vor Beginn der Veranstaltung an der Abendkasse zu entrichten. Ausnahmen werden ausdrücklich im Programm vermerkt. Die Zulassung zur Einzelveranstaltung ist durch die Kapazität der jeweiligen Veranstaltungsräume begrenzt.

## 3. Abmeldungen und Rücktritt

Abmeldungen müssen grundsätzlich schriftlich erfolgen und müssen vor dem zweiten Kurstermin bei der vhs eingegangen sein. Für Workshops und Studienfahrten ist eine Abmeldung bis spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn erforderlich.

Wird durch die zurückgetretene Person eine Ersatzperson benannt, die in den Vertrag eintritt, ist eine Abmelde- bzw. Rücktrittserklärung nicht notwendig.

Abmeldungen und Rücktritte nach den grundsätzlichen Fristen aus wichtigem Grund sind schriftlich mit den entsprechenden Nachweisen bei der vhs einzureichen. Die Entscheidung über eine wirksame Abmeldung bzw. Rücktritt obliegt der vhs.

Eine Rückerstattung der anteiligen Kursgebühren erfolgt grundsätzlich bargeldlos.

Die Abmeldungen oder Rücktrittserklärungen können rechtswirksam ausschließlich schriftlich gegenüber der vhs oder gegenüber der örtlichen vhs-Leitung erfolgen.

Unbeschadet der Möglichkeit eines Rücktritts nach den grundsätzlichen Fristen verlängert sich für den Fall, dass eine Vertragspartei an der Erfüllung des Vertrages durch höhere Gewalt wie Krieg, Endemie, Pandemie, schwere Überschwemmung, Feuer, Taifun, Sturm und Erdbeben, gehindert ist, den Vertrag zu erfüllen, die Frist für die Erfüllung des Vertrages um den Zeitraum, in dem die höhere Gewalt vorliegt. „Höhere Gewalt“ bedeutet das Eintreten eines Ereignisses, das eine Partei zumindest vorübergehend daran hindert, eine oder mehrere ihrer vertraglichen Verpflichtungen aus dem Vertrag zu erfüllen, wenn und soweit die von dem Hindernis betroffene Partei nachweist, dass dieses Hindernis außerhalb ihrer zumutbaren Kontrolle liegt, dass das Ereignis zum Zeitpunkt des Vertragsabschlusses vernünftigerweise nicht vorhersehbar war, und dass die Auswirkungen des Hindernisses von der betroffenen Partei nicht vernünftigerweise hätten vermieden oder überwunden werden können. Die betroffene Partei benachrichtigt die andere Partei unverzüglich wenigstens in Textform über den Eintritt Höherer Gewalt sowie über die Aussetzung der Leistungspflicht. Entfallen die Voraussetzungen für die o.g. Annahme Höherer Gewalt, benachrichtigt die betroffene Partei die andere Partei unverzüglich wenigstens per E-Mail. Sollte die Wirkung höherer Gewalt länger als 60 (sechzig) Tage andauern, hat die andere Partei das Recht, den Vertrag fristlos mit der Folge einer Vertragsrückabwicklung nach den gesetzlichen Vorschriften zu kündigen.

## 4. Organisatorische Änderungen

Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch eine bestimmte Dozentin durchgeführt wird. Das gilt auch dann, wenn die Veranstaltung mit dem Namen einer Dozentin/eines Dozenten angekündigt wurde, es sei denn, die Vertragspartnerin hat erkennbar ein Interesse an einer Durchführung der Veranstaltung gerade durch die angekündigte Dozentin/den angekündigten Dozenten.

Die vhs kann aus sachlichem Grund und in einem der Vertragspartnerin zumutbaren Umfang Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern.

Muss eine Veranstaltungseinheit aus von der vhs nicht zu vertretenden Gründen ausfallen (beispielsweise wegen Erkrankung einer Dozentin/eine Dozenten), kann sie nachgeholt werden. Ein Anspruch hierauf besteht jedoch nicht. Wird die Veranstaltung nicht nachgeholt, wird das Entgelt nach dem Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zum Gesamtumfang der Veranstaltung geschuldet.

## 5. Kursgebühren und Ermäßigungen

Die Kursgebühren sind mit der Anmeldung fällig und können mittels Überweisung geleistet werden.

Überweisungen müssen innerhalb einer Woche nach Anmeldung erfolgen.

## 6. Studienfahrten und Studienreisen

Bei der Durchführung von Studienfahrten/-reisen ist die vhs i.d.R. Vermittler i.S. des Reisevertragsrechts (§§ 651a ff BGB) und beauftragt ein Reisebüro mit der Gesamtorganisation und Durchführung.

## 7. Aufsichtspflicht gegenüber minderjährigen Teilnehmer/innen und Haftungsausschluss

Die Anmeldung zur Teilnahme an Kursen/Veranstaltungen schließt eine vertragliche Übernahme der Aufsichtspflicht über ein minderjähriges Kind durch die vhs ausdrücklich aus. Die vhs wird von eventuellen Haftungsansprüchen, die sich aus dem Verhalten des minderjährigen Kindes ergeben, freigestellt. Sofern Kinder unter 14 Jahren nach Kursende nicht abgeholt werden und selbstständig nach Hause gehen dürfen, ist dies bei Anmeldung bekannt zu geben.

## 8. Bescheinigung

Anmelde- und/oder Teilnahmebescheinigungen können auf Wunsch ausgestellt und persönlich abgeholt werden oder per Post mit frankiertem Rückumschlag angefordert werden.

## 9. Haftung

Die vhs haftet nicht für Schäden (Unfälle, Diebstahl usw.), die bei Veranstaltungen und Kursen entstehen, wenn sie nicht durch vorsätzliches oder grob fahrlässiges Verhalten des Veranstalters verursacht werden. Etwaige Schäden sind der vhs unverzüglich zu melden.

## 10. Widerrufsrecht Fernabsatzvertrag (§ 312c BGB)

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angaben von Gründen in Textform (z.B. Brief, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung der Informationspflicht der vhs gemäß Art. 246a § 1 Abs. 2 Satz 1 Nr. 1 u. 2 EGBGB (Einführungsgesetz zum BGB) sowie der Pflichten der vhs gem. § 312g Abs. 1 S. 1 BGB i.V.m. Art. 246a § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

Der Widerruf ist zu richten an:

per Post:  
Stadt Sulzbach  
Kulturamt/Vhs  
Sulzbachtalstraße 81  
66280 Sulzbach

per Mail:  
vhs@stadt-sulzbach.de

Im Falle eines wirksamen Widerrufs nach Veranstaltungsbeginn kann die vhs ein anteiliges Kursentgelt nach Maßgabe der Inanspruchnahme berechnen. Das Widerspruchsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten vollständig erfüllt ist, bevor das Widerspruchsrecht ausgeübt wurde.

## 11. Hausordnung

In den Gebäuden sowie auf dazugehörigem Gelände der vhs ist die Hausordnung zu beachten. Wir bitten, die Räume sauber zu hinterlassen und die Einrichtungsgegenstände schonend zu nutzen.

## 12. Schlussbestimmung

Sollten einzelne Bestimmungen des Vertrages oder der AGB ganz oder teilweise unwirksam sein, wird hierdurch die Wirksamkeit der übrigen Regelungen nicht berührt.

## Einstufungstest für Sprachkurse

Unter diesem Link können Sie ein Einstufungstest machen:

<https://www.vhseinstufungstest.de/>

### Warum muss ich mich vorher anmelden?

Durch vorherige Anmeldungen besteht Planungssicherheit, sowohl auf unserer als auch auf Ihrer Seite. Sie erhalten definitiv einen Platz in einem stattfindenden Kurs. Wenn Sie zu Kursbeginn unangemeldet erscheinen, ist das keineswegs garantiert. Wenn nicht genügend Anmeldungen vorliegen, könnte auch ein Kursangebot vor dessen Start abgesagt werden, für den Sie sich eigentlich interessiert hätten.

### Wie funktioniert die Anmeldung?

Sie können sich bei uns vor Ort anmelden. Gerne senden wir Ihnen auch ein Anmeldeformular per E-Mail zu oder stellen es Ihnen zum Download zur Verfügung. Eine Anmeldung wird auch über unsere Website [www.vhs-sulzbach.de](http://www.vhs-sulzbach.de) möglich sein. Legen Sie dort das gewünschte Angebot in den Warenkorb und wählen Sie „Kaufen“. Ihre Anmeldung ist verbindlich.

Wenn Sie uns eine E-Mail-Adresse mitteilen, erhalten Sie von uns eine Anmeldebestätigung. Mit dieser Bestätigung wird die Anmeldung auch für uns verbindlich.

Wenn Sie sich lediglich telefonisch anmelden, führen wir Sie nur als Interessent/-in, bis die schriftliche oder Online-Anmeldung vorliegt. Damit ist kein Platz in einem stattfindenden Kurs garantiert.

### Wann und wie muss ich bezahlen?

Üblicherweise erhalten Sie von uns eine Rechnung nach Beginn des Kurses, Workshops, o.ä., deren Betrag Sie uns dann überweisen. Eine Barzahlung ist – außer bei Eintrittskarten für Veranstaltungen – nicht möglich.

### Was bedeutet Mindestteilnehmendenzahl?

Für das Zustandekommen der meisten Angebote ist eine Mindestzahl an Teilnehmenden erforderlich. Wenn diese nicht erreicht wird, findet ein Kurs normalerweise nicht statt und Sie werden informiert, falls Sie sich angemeldet haben. Bei einigen Kursen besteht die Möglichkeit, durch eine Erhöhung der Kursgebühren und/oder eine Verringerung der Termine/Unterrichtseinheiten auch bei Unterschreitung dieser Mindestzahl diesen kostendeckend anbieten zu können. Wir können diese Änderung anhand einer kalkulierten Preis-Terminzahl-Matrix anbieten und wenn sich alle Interessenten sowie die Kursleitung einig sind.

### Was ist, wenn ich doch nicht teilnehmen kann?

Aus wichtigen Gründen können Sie sich schriftlich abmelden bzw. zurücktreten oder Sie können von Ihrem gesetzlichen Widerrufsrecht Gebrauch machen. Informationen hierzu sowie zu allen anderen Punkten finden Sie in unseren AGB.


Weitere Fragen beantworten wir Ihnen gerne.  
Das Team der vhs Sulzbach/Saar

# Hoffmann & Konrad



## WIR WISSEN NICHT WOFÜR IHR HERZ SCHLÄGT ...



... unsere  schlagen für unsere Kunden.  
Und darüber hinaus für Frische, Vielfalt, Service  
und das kleine Extra täglich für Sie.

## Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Qualität  
aus  
Tradition

Hauptstr. 82a, 66583 Spiesen-Elversberg  
Quierschieder Weg 2c, 66280 Sulzbach  
Spieser Landstraße, 66386 St. Ingbert  
[www.hoffmann-konrad.de](http://www.hoffmann-konrad.de)

 Verbund mit  
**Herz**



# STROM

*... für unsere Region!*

## Neue & attraktive Produkte für Haushalte & Gewerbe



  
STROM

  
GAS

Jetzt  
informieren  
und ab-  
schließen!

# 06897 575-444

[vertrieb@stadtwerke-sulzbach.de](mailto:vertrieb@stadtwerke-sulzbach.de)



## Stadtwerke Sulzbach

