

[Kursbereiche](#) >> [Gesundes Leben](#) >> Ehrenamtliche Betreuer*innen und "Vortragsreihe Ihr Mut schafft Perspektiven"

Jahresmotto 2024 - Es kommt darauf an, das Hoffen zu lernen (11 Kurse)

vhs an ungewöhnlichen Orten (3 Kurse)

Kostenfreie Angebote (44 Kurse)

Online Lernen (35 Kurse)

Digitales Leben

Grundbildung - Inklusion

Politik - Gesellschaft - Umwelt

Bürgerschaftliches Engagement, Ehrenamt (1 Kurs)

Kultur - Gestalten

Gesundes Leben

Vorträge zu Gesundheitsthemen (5 Kurse)

Demenz (2 Kurse)

Onlinekurse Bewegung und Entspannung (3 Kurse)

Fernöstliche Entspannungsverfahren: Yoga, Chi Gong, T'ai Chi (11 Kurse)

Bewegung, Ausdauer und Kräftigung (7 Kurse)

Bewegung und Entspannung im Freien (1 Kurs)

Ernährung - Kochen/Backen - Genuss (10 Kurse)

Getränke: Weinwissen und Grünteeseminare (2 Kurse)

Integration - Deutsch lernen

Fremdsprachen

Arbeit und Beruf

EDV

Schule - Schulabschlüsse - Förderangebote für Kinder

Junge vhs

Aktiv im Alter - Seniorinnen und Senioren