



VBV Hofheim e.V.

nähen · töpfeln · reden · kochen · diskutieren · turnen · malen ·
zeichnen · purzeln · sich selbst verteidigen · brauen · gärtnern ·
fit bleiben · reisen · meditieren · gesund bleiben · entspannen
· essen · genießen · hüpfen · gut leben · hinhören · verstehen ·
sich leicht fühlen · begreifen · saen · pflanzen · springen · beweg
· schreiben · dichten · philisophieren · interessieren · nähen
· töpfeln · reden · kochen · diskutieren · turnen · malen · reden
· zeichnen · purzeln · sich selbst verteidigen · brauen · gärtnern ·
fit bleiben · reisen · meditieren · gesund bleiben · entspannen
· tunen · genießen · hüpfen · gut leben · hinhören · verstehen
· sich leicht fühlen · begreifen · saen · pflanzen · springen ·
bewegen · turnen · fit bleiben · gesund bleiben · entspannen · pflegen ·
schreiben · dichten · philisophieren · interessieren · bewegen
· springen · töpfeln · reden · kochen · diskutieren · turnen · malen
· zeichnen · purzeln · sich selbst verteidigen · brauen · gärtnern ·
verstehen · reisen · meditieren · gesund bleiben · entspannen ·
essen · genießen · hüpfen · gut leben · hinhören · verstehen ·
sich leicht fühlen · begreifen · saen · pflanzen · springen ·

Finde Deinen Kurs!

Programm 1. Halbjahr 2025

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger, liebe Mitglieder, liebe Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer,

wir haben auch für das 1. Halbjahr 2025 ein vielfältiges Kursprogramm zu Gesundheit und Bewegung, Musik, Kultur, Bildung und Reisen, zu Kreativität und künstlerischem Gestalten für alle Altersgruppen zusammengestellt. Dazu mehr in diesem Programmheft und online auf unserer Website: **www.vbv-hofheim.de**

Ein Highlight bleibt die **Ausstellung "Young at Heart - oder die Kunst des Alterns"** mit Bildern des Fotografen **Karsten Thormaehlen** im **Hofheimer varisano Krankenhaus**, die mit einem umfangreichen Rahmenprogramm passend zum Thema Altern noch bis Ende Februar läuft.

Die **20. Hofheimer Sinngespräche** laufen unter dem spannenden Thema **„Staatsräson und Erinnerungskultur – wer soll sich wann woran erinnern?“** mit **Prof. Dr. Rudolf Steinberg**.

Fortgesetzt wird sowohl unsere kleine **Hildegard-Reihe** mit einem **Tagesausflug nach Bingen und Bermersheim vor der Höhe** als auch unsere neue **Reihe „Ost und West im Dialog“** mit einer musikalischen **Lesung** mit Texten des **DDR-Autoren Wolfgang Schreyer**.

Neu im Programm ist im **Bereich „Gesunde Ernährung“** eine **Einführung und ein Workshop zum Thema Ayurveda** und ein **Einführungsvortrag zur Epigenetik**.

Auch neu: ein Kurs **„Achtsamkeit und Entspannung für Kinder“**

Und wir freuen uns sehr über unsere **Kooperation mit der SeniorenNachbarschaftsHilfe Hofheim** und die neue **Reihe „Special Event - SNH trifft VBV“**.

Wir bieten auch immer wieder Kurse und Veranstaltungen an, die nicht in diesem Heft enthalten sind. **Ausführliche Kursbeschreibungen und ergänzte Termine** findet Ihr **online auf unserer Website**, die ständig aktualisiert wird. Um nichts zu verpassen, empfehlen wir Euch die Anmeldung zum **Newsletter** per E-Mail an maggiore@vbv-hofheim.de.

Als VBV-Mitglied bekommst Du für die meisten Kurse und Veranstaltungen **Ermäßigungen**. Somit hat sich der **Mitgliedsbeitrag von 36,00 Euro im Jahr** schon bei Buchung von zwei oder drei Kursen bzw. Veranstaltungen ausgezahlt. Wir sind engagiert, kreativ und beteiligen uns gerne am kulturellen und gesellschaftlichen Leben der Stadt Hofheim.

Viel Spaß beim Stöbern in diesem Heft und auf unserer Webseite!
Wir freuen uns auf vielfältige Begegnungen mit Euch bei unseren Kursen und Veranstaltungen.



Das Vorstandsteam des VBV Hofheim

Bild © Lisa Neumeyer

Vorne (von links nach rechts):

Gabi Lüke (Beisitzerin)

Inge Neumeyer (1. Vorsitzende)

Mitte:

Bernhard Engelhaupt (Beisitzer)

Angelika Küster (Beisitzerin)

Dorothee Graefe-Hessler (2. Vorsitzende)

Hinten:

Peter Luyendyk (Beisitzer)

Stephan Dreyfürst (Kassenwart)

Altfried Schrader (Vorstandsmitglied)

Nicht auf dem Foto: **Heike Mehler (Beisitzerin)**



Inhaltsverzeichnis

<u>Vorwort des Vorstands</u>	<u>Seite</u>	<u>02</u>
<u>Musik</u>	<u>Seite</u>	<u>05</u>
Konzerte	Seite	06
Singen	Seite	07
KammerChor	Seite	08
VBV-Singkreis	Seite	08
Jugendsinfonieorchester	Seite	09
Musikschule Hofheim	Seite	09
<u>Kultur / Bildung / Reisen</u>	<u>Seite</u>	<u>10</u>
Hofheimer Sinngespräche	Seite	11
Lesungen und Vorträge	Seite	13
Ost-West-Reihe	Seite	17
Ausstellungen	Seite	18
Hildegard-Reihe: Teil 5	Seite	21
Persönlichkeitsentwicklung	Seite	22
Studienreisen / Tagesfahrten	Seite	25
<u>Gesundheit / Bewegung</u>	<u>Seite</u>	<u>29</u>
Yoga	Seite	30
Fitness /Gymnastik	Seite	32
Ernährung	Seite	34
Tanzen	Seite	36
Achtsamkeit	Seite	38
<u>Kreativ / Kunst</u>	<u>Seite</u>	<u>39</u>
Zeichnen und Malen	Seite	40
Goldschmieden	Seite	41
Fotografieren	Seite	41
<u>Kooperationen</u>	<u>Seite</u>	<u>42</u>
<u>Kids / Familie</u>	<u>Seite</u>	<u>45</u>
Purzelturnen	Seite	46
Achtsamkeit und Entspannung für Kinder	Seite	47
<u>Antrag auf Mitgliedschaft / Spende</u>	<u>Seite</u>	<u>49</u>
<u>Kursanmeldung</u>	<u>Seite</u>	<u>50</u>
<u>SEPA-Lastschriftmandat</u>	<u>Seite</u>	<u>51</u>
<u>VBV-Leitbild</u>	<u>Seite</u>	<u>52</u>
<u>Anmelde- und Teilnahmebedingungen</u>	<u>Seite</u>	<u>53</u>

Musik



Hier geht ´s zur Kategorie

Musik

Konzerte

Georg Philipp Telemann: Lukaspassion von 1744

KammerChor Hofheim

Orchester JohannesBAROCK

SolistInnen

Leitung: Hans-Georg Dechange

Sonntag, 06.04.2025, 17.00 Uhr

Johanneskirche Hofheim

Eintritt frei – Spende willkommen

Kabarettabend mit Robert Kreis: Unkraut vergeht nicht

Gefördert durch den **Damen-Lionsclub Hofheim Rhein-Main**



Sein Markenzeichen, das Menjou-Bärtchen, deutet schon auf die Zeit hin, der sich der Kabarettist, Entertainer und Pianist mit seinem kompletten Auftreten verschrieben hat, der Unterhaltungskunst der „Goldenen 20er Jahre!“

Mit seinem Programm „Unkraut vergeht nicht!“ passt er wunderbar zu unserer Ausstellung „Young at Heart – oder die Kunst des Alterns“. Wenn es durch eine Dürre so richtig „dicke“ kommt, braucht man eine gehörige Portion Humor, der wie ein Platzregen alles wieder grünen und wachsen lässt. So serviert euch Robert Kreis erneut in Hülle und Fülle Juwelen der Weimarer Unterhaltung. Dabei zieht der lebensfrohe Niederländer geschickt Parallelen zwischen der damaligen Ära und unserer

heutigen Zeit und versteht es meisterhaft, die Genialität dieser Epoche in Wort und Musik seinem Publikum nahe zu bringen und mit jedem Auftritt unbeschwerte und heiter-humorvolle Stunden zu schenken.

Robert Kreis – immer eine runde Sache! Oft kopiert – doch nie erreicht!

1206-25 Freitag, 24.01.2025, 19.30 Uhr

Stadthalle Hofheim

Kosten (inkl. Aller VVK-, Service- und Systemgebühren):

Kategorie I: 34,00 EUR

Kategorie II: 29,00 EUR

Verkauf über Frankfurt Ticket: <http://www.frankfurt-ticket.de/>

Ticket-Hotline: +49 (0)69 13 40 400

Singen

Gesangsworkshop: Trau Dich - Singen! Entdecke Deine Stimme!

Leitung: Sonja Ebel-Eisa



Dieser Workshop richtet sich an alle, die gerne singen wollen, ihre Stimme auffrischen und neu erfahren wollen.

Für die Entfaltung der Stimme ist es wichtig, sich frei von Leistungsdruck und Klangidealen zu machen.

- Das eigene stimmliche Potenzial entdecken
- erspüren der Zusammenhänge von Bewegung, Atem und Klang
- Selbstverständnis für Stimme und Körper entwickeln
- mit Mut und Freude singen und klingen
- Funktionale Stimmentwicklung nach Cornelius Reid

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Lieder oder Literaturvorschläge können mitgebracht werden.

Die Kursleiterin Sonja Ebel-Eisa unterrichtet die Fächer Stimmbildung und Gesang. Sie studierte Klavier und Gesang in Darmstadt und Frankfurt und ist Mitbegründerin des Stimmbildungszentrums in Darmstadt, wo sie ebenfalls unterrichtet. Sie ist Sängerin im Ensemble Esprit Rude, das Werke von der Klassik bis zur Moderne und zeitgenössische Musik zur Aufführung bringt.

Hinweis: Aus dem Begleitprogramm zur Ausstellung "Young at Heart - oder die Kunst des Alterns"

1250-25 Samstag, 08.02.2025, 10.30 – 14.00 Uhr

Pfälzer Hof, Hofheim, Saal

Kosten: 35,00 EUR (28,00 EUR Mitglieder)

KammerChor Hofheim

Leitung: Hans-Georg Dechange

E-Mail: kammerchor@vbv-hofheim.de



Der KammerChor Hofheim

- wurde am 09.09.1989 von seinem Leiter Hans-Georg Dechange gegründet mit dem Ziel, eine Nische in der regionalen Chorlandschaft zu besetzen: Die Aufführung selten zu hörender, qualitativ hochwertiger Chormusik
- nahm im Laufe der Zeit aber auch bekannte Chorwerke wie Haydns "Schöpfung" oder Bachs "h-Moll-Messe" in sein Repertoire auf
- singt Konzerte mit vielfältigen Programmen, oft gemeinsam mit Berufsmusikern
- pflegt die Erforschung und Aufführung von Werken bekannter und weniger bekannter Komponisten mit besonderem Bezug zur Rhein-Main-Region (Mendelssohn Bartholdy, Righini, Messer u.a.)
- macht zu Unrecht in der Geschichte versunkene Musik wieder zugänglich
- gestaltet durch seine internationalen Kontakte immer wiederauch Konzerte im Ausland und nimmt an Chorwettbewerben teil

Dienstags, 19.30 - 22.00 Uhr

(unbefristeter Kurs)

Pfälzer Hof, Hofheim, Saal

Kosten pro Monat: 25,00 EUR (20,00 EUR für Mitglieder)



VBV-Singkreis

Anmeldung über H. Reinhard, Tel. 06192 – 44118

Du hast lange nicht mehr gesungen oder möchtest gerne damit anfangen? Dann bist Du hier genau richtig. Keine Vorkenntnisse, keine Auftritte, nur Freude am gemeinsamen Singen.

Dienstags, 19.00 – 20.30 Uhr (unbefristeter Kurs)

Pfälzer Hof, Hofheim, Raum 1

Keine monatlichen Kosten, nur die Mitgliedschaft im VolksBildungsVerein Hofheim am Taunus e.V. ist erforderlich plus einer Nebenkostenpauschale von 15,00 EUR/Jahr

Jugendsinfonieorchester

Jugendsinfonieorchester des MTK

Leitung: Hans-Georg Dechange und Berthold Mann-Vetter,
E-Mail: kultur@mtk.org



© Bernhard Engelhaupt, Fotogruppe, VBV Hofheim

Das Jugendsinfonieorchester des MTK richtet sich an Talente, die Freude am Orchesterspiel haben und nach musikalischen Herausforderungen suchen – ortsnah und schulübergreifend. Ohne große Aufnahmehürden bietet es den TeilnehmerInnen die Möglichkeit, ihre Instrumentalkenntnisse auf einem höheren Schwierigkeitsgrad auszuprobieren. Es sieht sich als Weg- bzw. Vorbereiter für anspruchsvollste Aufgaben. Das JSO-MTK findet sich jährlich zu einer Arbeitsphase ein, an deren Ende mindestens ein abschließendes Konzert steht. Zum festen Bestandteil der Arbeitsphasen gehören sinfonische Orchesterwerke, Instrumentalkonzerte und Musik aus Film und Musical. Als Dozenten stehen Mitglieder professioneller Orchester zur Verfügung.

Musikschule Hofheim

Musikschule Hofheim gGmbH

Website: www.musikschule-hofheim.de

Gegründet wurde die Musikschule Hofheim 1973 von einer Gruppe von engagierten Bürgern in Trägerschaft des VolksBildungsVereins Hofheim. Seit Beginn wurde die anfangs noch kleine Musikschule durch die Stadt gefördert. So konnte sie zu der heutigen, bedeutenden Bildungseinrichtung wachsen. Seit 1. August 2016 ist die Musikschule in Trägerschaft einer „gemeinnützigen GmbH“, deren Gesellschafter der VolksBildungsVerein Hofheim (zu 51 %) und die Stadt Hofheim (zu 49 %) sind.

Förderverein Musikschule Hofheim e.V.

Website: www.fv-musikschule-hofheim.de

In 2023 gegründet zur Unterstützung der Arbeit der Musikschule durch materielle und ideelle Förderung.

Kultur / Bildung / Reisen



Hier geht's zur Kategorie

Kultur / Bildung / Reisen

Hofheimer Sinngespräche

Als der VolksBildungsVerein Hofheim 2017 mit dem Veranstaltungsformat Hofheimer Sinngespräche startete, ahnte er nicht, dass daraus in guter Folge eine **kleine Institution für Meinungsaustausch, Disput und oft auch heftige Diskussionen** entstehen würde. Ein wenig stolz schaut der VolksBildungsVerein auf diese erfolgreiche Reihe, mit der die **städtische Kulturszene der Kreisstadt eine wertvolle Bereicherung erfährt**.

Miteinander kommunizieren kann Türen öffnen, Einblicke in andere Lebenswelten geben und Toleranz und Vielfalt fördern. Darum möchten wir mit dieser Veranstaltungsreihe Mut zum gemeinsamen Gedankenaustausch machen. Renommierete Referenten eröffnen die Gesprächsrunden mit Impulsvorträgen zu aktuellen und gesellschaftsrelevanten Themen. Diese sollen **Denkanstöße** geben und zur offenen Diskussion anregen.

*Mut ist, was es braucht,
um aufzustehen und seine Meinung zu sagen.
Mut ist auch, was es braucht,
sich hinzusetzen und zuzuhören.*

Sir Winston Leonard Spencer-Churchill

In diesem Halbjahr präsentieren wir das Thema "Staatsräson und Erinnerungskultur. Wer soll sich wann woran erinnern?" mit dem Impulsreferenten Prof. Dr. Rudolf Steinberg. Ein weiteres Thema ist noch in Vorbereitung.

Wir nehmen selbstverständlich auch Vorschläge von außen auf, die wir bei unseren Themenfindungen für kommende Hofheimer Sinngespräche gern berücksichtigen.

Die Hofheimer Sinngespräche finden in der Regel am gleichen Ort statt: Zentral gelegen und gut erreichbar in der Hofheimer Kernstadt im **Schönbornsaal im Haus der Vereine**.

Ablauf: Nach der Begrüßung und einem kurzen fachlichen Impulsvortrag übernimmt die Moderation die Gesprächs- und Diskussionsführung zu dem jeweiligen Thema – mit einer Pause bei einem anregenden Glas Wein.

Moderation: **Ansgar Kemmann**, Hofheim, Geschäftsführer, Bürgerverein Demokratieort Paulskirche e.V.

20. Hofheimer Sinngespräche Staatsräson und Erinnerungskultur - Wer soll sich wann woran erinnern?



Der Begriff der "Staatsräson" schien lange Zeit ein altmodischer Begriff zu sein, bis die damalige Bundeskanzlerin Angela Merkel 2008 in der Knesset, dem israelischen Parlament, erklärte: "Die Sicherheit Israels ist Teil unserer Staatsräson." Bundeskanzler Olaf Scholz formulierte nach dem Terrorangriff der Hamas am

07. Oktober 2023 noch deutlicher: "Die Sicherheit Israels ist deutsche Staatsräson."

Aber was soll das heißen? Wozu hat unser Staat sich damit verpflichtet? Diese Frage lässt sich nur im Horizont der deutschen Erinnerungskultur beantworten, die unser besonderes Verhältnis zu Israel begründet. Wer soll sich dann wann woran erinnern und wozu fordert die Erinnerung uns auf? Was bedeutet sie im Verhältnis der Generationen? Was bedeutet sie, wenn uns die Politik des Staates Israel auch irritiert?

Impulsreferat: Prof. Dr. Rudolf Steinberg, Hofheim, Universitätspräsident a.D.

Moderation: Ansgar Kemmann, Hofheim, Geschäftsführer, Bürgerverein Demokratieort Paulskirche e.V.

3102-25 Freitag, 31.01.2025, 19.30 Uhr

Kellereigebäude, Hofheim – Haus der Vereine, Schönbornsaal

Eintritt: Abendkasse: 12,00 EUR

*Vorverkauf: VBV-Webseite, Buchhandlung Tolksdorf:
10,00 EUR (8,00 EUR Mitglieder)*

Lesungen und Vorträge

Cato – Über das Alter und wie die Antike mit dem Alter(n) umging

Vortrag von Mario Becker



Wie unterschiedlich Griechen und Römer mit ihren Senioren umgingen, wird der bildreiche und lebendige Vortrag den Gästen anhand ausgewählter Beispiele vor Augen führen. Schon Homer setzt geschickt den alten Nestor an die Spitze der klugen Entscheider im Trojanischen Krieg, auch die Odyssee setzt sich an vielen Stellen mit dem Thema des Alterns auseinander. Daher

verwundert es, dass es ältere Menschen im klassischen Griechenland nicht unbedingt leicht hatten und wir ein völliges Gegenteil im alten Rom nachweisen können. Hier kommt unter anderem die philosophische Abhandlung des alten Cato über das Alter ins Spiel und am Ende gibt es auch den einen oder anderen archäologischen Nachweis dieser eher positiven Einstellung zu Falten, grauen Haaren und einer Altersgelassenheit.

Foto © Herakles und das personifizierte Alter, Gera

3202-25 • Freitag, 17.01.2025, 19.30 Uhr

Kellereigebäude, Hofheim – Haus der Vereine, Schönbornsaal

Eintritt: Abendkasse: 9,00 EUR

Vorverkauf VBV-Webseite: 9,00 EUR (9,00 EUR Mitglieder)

Vorverkauf auch über die Buchhandlung Tolksdorf, Hofheim

Träumen – der Weg zum Menschen

Vortrag und Lesung mit Dr. Helmut Luft



Das Stadium der Traumzeit war eine wichtige Stufe bei der Evolution zum Menschen. Träume und Tagträume begleiten auch heute noch unser tägliches Leben und kommentieren es. Das wahrzunehmen und zu beherzigen ist leicht zu erlernen. Die Nachtseite und Schattenseite unseres Erlebens zuzulassen, erweitert es zur ganzheitlichen Dimension.

Die Traumarbeit entgiftet und entlastet, bereitet gute Stimmungen vor, erfüllt uns unsere verdrängten Wünsche und hält als Morgengabe Vorschläge zur Lösung unserer aktuellen Probleme bereit.

3200-25 • Freitag, 07.02.2025, 18.00 Uhr

Kellereigebäude, Hofheim – Haus der Vereine, Schönbornsaal

Eintritt: Abendkasse: 12,00 EUR

*Vorverkauf: VBV-Webseite, Buchhandlung Tolksdorf:
10,00 EUR (8,00 EUR Mitglieder)*

MonteSenior - Montessori für Senioren und Demenzkranke

Vortrag von Bianca Halbach, Montessori-Pädagogin, DMG-Dozentin

In Kooperation mit dem Montessori Zentrum Hofheim



© Bianca Halbach

Was verbindet die Montessori Arbeit für Kinder und Jugendliche mit Senioren? Bei MonteSenior geht es primär um den Erhalt vorhandener Fähigkeiten von Senioren und Demenzkranken, Angelehnt an das Motto von Maria Montessori:

„Hilf mir, es so lange wie möglich, selbst zu tun!“.

Im Vergleich zur klassischen Montessori Pädagogik geht es bei MonteSenior also weniger um das Erlernen von neuen Fähigkeiten. Es geht darum, wie sich ältere Menschen mit Einschränkungen würdevoll und sinnvoll beschäftigen können. Es geht darum, sie zu ermöglichen ihre Fähigkeiten zu erhalten, sie zu motivieren und ihre Interessen (wieder) zu erwecken.

Auf Basis des Konzeptes der Montessori Pädagogik wurden Methoden und Materialien für Senioren und Demenzkranke angepasst und weiterentwickelt. Dieser Vortrag soll einen kleinen Einblick geben zu den Möglichkeiten und dem Menschenbild den uns die Montessori-Pädagogik liefert im Umgang und der Betreuung von Senioren und Demenzkranken. Wie kann so eine Beschäftigung aussehen und was kann die Fachkraft oder auch der Angehörige tun, um die Selbständigkeit zu fördern?

Antworten liefert Frau Halbach in Form einiger Beispielmaterien und Fotos aus der MonteSenior-Tätigkeit.

Freitag, 14.02.2025, 15.00 – 17.00 Uhr

1 x • Droste-Saal, Maria-Droste-Haus/Schwestern vom Guten Hirten,
Schloßstr. 115, Hofheim

Eintritt frei, um Spenden wird gebeten.

Anmeldung per E-Mail an: info@montessori-hofheim.de

Auch die Forschung weiß inzwischen, dass unser Herz nicht nur eine Pumpe, sondern auch ein Beziehungsorgan ist. Es stellt Verbindungen her zwischen allen Teilen unseres Körpers - Blut muss auch in den Zehen ankommen – und wir treten auch auf anderer Ebene in Verbindung über unser Herz. Auch unsere Sprache drückt dies aus: etwas ist eine Herzensangelegenheit, das Herz öffnet sich etc.



© Lisa Neumeyer

Frau Dr. Ademmer hat sich in ihrem Arztleben auch vertiefend dem Thema „Älter werden“ gewidmet. Sie wird uns mitnehmen in die Zusammenhänge zwischen Herz und Psyche und vermitteln, wie man auch über die Psyche für eine gute Herzgesundheit sorgen kann. Ganz nach dem Motto: „Wer sich jung fühlt und ein junges Herz hat, lebt länger.“ Auf die Themen Depression und Herzinfarkt wird sie am Rande mit eingehen.

Referentin: Dr. Karin Ademmer, Chefärztin der Klinik für Psychiatrie und Psychosomatik am varisano Krankenhaus Hofheim, Psychiaterin und Psychosomatikerin

Mittwoch, 19.02.2025, 19.00 Uhr

varisano Krankenhaus Hofheim, Foyer

Eintritt frei

Anmeldung per E-Mail an: sekretariat.ca-psy@varisano.de

Epigenetik: welchen Einfluss hat die Umwelt auf unsere Gene? Eine Einführung

Vortrag von Ina Keilholz



Epigenetik ist ein Fachgebiet der Biologie, das sich mit den Einflüssen auf unsere Gene befasst. Es untersucht, wie unsere Umwelt und unser Verhalten die Aktivität unserer Gene beeinflussen können. Stellen wir uns vor, unsere Gene sind wie ein Baukasten, der die Anweisungen für unseren Körper enthält. Die Epigenetik ist wie ein Schalter, der bestimmt, welche Teile des Baukastens verwendet werden.

Verschiedene Faktoren wie Ernährung, Stress, Bewegung und sogar unsere sozialen Beziehungen können diesen Schalter umlegen und die Aktivität unserer Gene verändern. Diese Veränderungen können sogar von einer Generation zur nächsten weitergegeben werden. Die Epigenetik hilft uns zu verstehen, warum Menschen unterschiedliche Merkmale und Anfälligkeiten für Krankheiten haben. Sie zeigt auch, dass wir durch unsere Lebensweise und Umwelt, Einfluss auf unsere Gene nehmen können. Indem wir mehr über die Epigenetik erfahren, können wir besser verstehen, wie wir unsere Gesundheit beeinflussen und möglicherweise Krankheiten vorbeugen können.

3220-25 • Freitag, 11.04.2025, 19.30 – 21.00 Uhr

1 x • Kellereigebäude, Hofheim – Haus der Vereine, Schönbornsaal

Eintritt: Abendkasse: 12,00 EUR

*Vorverkauf: VBV-Webseite, Buchhandlung Tolksdorf:
10,00 EUR (8,00 EUR Mitglieder)*

Reihe "Ost und West im Dialog"

Am 3. Oktober 1990 erfolgte die offizielle Wiedervereinigung Deutschlands, möglich geworden durch die friedliche Revolution mutiger DDR-Bürger, die am 9. November 1989 zur Öffnung der Berliner Mauer führte. Vieles ist inzwischen selbstverständlich geworden, doch wie ist das mit dem gegenseitigen Verständnis zwischen den Menschen im Osten und Westen Deutschlands?

Mit dieser kleinen Reihe wollen wir dazu beitragen, das gegenseitige Verständnis zu fördern und durch verschiedene Veranstaltungen Einblicke in das Leben vor, während und nach der Wende zu geben.

Ost-West-Reihe: Teil 2

Passt zusammen, was zusammengehört?



© Christina Eretier

Als die Mauer fiel, war die Reaktion vieler Menschen hierzulande: "Wahnsinn!" Das Wort drückt aus, dass etwas geschehen war, was man nicht für möglich gehalten hatte. In Deutschland hatte es eine Revolution gegeben und eine unblutige dazu! Das ganze Land wurde von einer Euphorie ergriffen. Willy Brandt brachte es auf den Begriff: "Jetzt wächst zusammen, was zusammengehört."

Anlass für das Gespräch wird eine Lesung aus dem Roman "Nebel" (1991) von Wolfgang Schreyer sein. Er beschreibt dort die Ereignisse vor während und nach 1989 aus der Perspektive von unmittelbar Betroffenen. Dabei wird deutlich, dass die Einheit schon früh Risse bekam, sowohl im privaten wie auch im politischen Bereich. Inzwischen sind 35 Jahre vergangen. Der Hochstimmung folgten sehr bald die Mühen der Ebenen. Über diese Mühen, die heute wieder besonders aktuell zu sein scheinen, wird zu reden sein.

Wolfgang Schreyer (1927-2017) war einer der meistgelesenen Autoren in der DDR. Er schrieb über 40 Bücher; sein Genre war die Unterhaltungsliteratur, darunter zahlreiche gesellschaftskritische Kriminal-, Abenteuer- und Science-Fiction-Romane, die eine Gesamtauflage von fast 6 Millionen erreichten. Hinzu kamen Film- und Fernsehdrehbücher. 1956 erhielt er den Heinrich-Mann-Preis. Er lebte in Ahrenshoop an der Ostsee. Die ausgewählten Texte werden gelesen und musikalisch begleitet von Christina Pfeffer-Eretier (Vocals) und Paul Pfeffer (Gitarre).

Moderation: Ansgar Kemmann, Geschäftsführer, Bürgerverein
Demokratieort Paulskirche e.V.

3204-25 • Freitag, 07.03.2025, 19.30 Uhr
Kellereigebäude, Hofheim – Haus der Vereine, Schönbornsaal

Eintritt: Abendkasse: 12,00 EUR
Vorverkauf VBV-Webseite: 10,00 EUR (8,00 EUR Mitglieder)
Vorverkauf auch über die Buchhandlung Tolksdorf, Hofheim

Ausstellungen

YOUNG AT HEART – oder die Kunst des Alterns

Ausstellung mit Fotos von Karsten Thormaehlen

im **varisano Krankenhaus Hofheim**

30.08.2024 bis 28.02.2025

In Kooperation mit den varisano Kliniken Hofheim
und dem Main-Taunus-Kreis



main-taunus-kreis



Schirmherren: Landrat Michael Cyriax und Dr. Helmut Luft, Hofheim



Dr. Helmut Luft (1924), Hofheim am Taunus, 2023 © Karsten Thormaehlen*

Laut Statistik wird die Hälfte der Menschen, die in den letzten Jahren in den sieben fortschrittlichsten Volkswirtschaften geboren wurden, ein Alter jenseits der 100 Jahre erreichen, aber: „Man ist so alt, wie man sich fühlt“! Es kommt auf die Einstellung, die körperliche und geistige Kondition an. Unser subjektiv gefühltes Alter beeinflusst, wie schnell wir biologisch altern.

Der in Wiesbaden lebende Fotograf Karsten Thormaehlen hat diese Zukunft mit der Kamera eingefangen. Eine Zukunft von uns allen, wo das Tempo langsamer, die Sicht nicht mehr so scharf ist, die aber dennoch lebensfroh und aktiv bis ins hohe Alter gestaltet werden kann. Thormaehlen, der internationale Bekanntheit mit einfühlsamen Porträts von über Hundertjährigen erlangte, entwickelte 2021 zusammen mit der Geriaterin Christine von Arnim und dem Steidl Verlag unter dem Titel „Young at Heart“ ein weiteres beachtliches Ausstellungs- und Buchprojekt.

Daran angelehnt werden rund 60 Fotos des Künstlers mit erläuternden Texten im varisano Krankenhaus in Hofheim präsentiert.

Mit umfangreichem aktivierendem Begleitprogramm, mitgestaltet von weiteren Kooperationspartnern.

Infos unter www.young-at-heart.eu und auf der VBV-Webseite

Ausführliche Beschreibungen zu allen Begleitveranstaltungen findest Du in diesem Programmheft – erkennbar an den **blauen Überschriften** - sowie unter www.young-at-heart.eu und auf der VBV-Webseite.

Veranstaltungen und Führungen in 2025

Fr., 17.01.2025, 19.30 Uhr

Cato: Über das Alter, Vortrag von **Mario Becker**

Schönbornsaal, Haus der Vereine, Hofheim

Fr., 24.01.2025, 19.30 Uhr

„Unkraut vergeht nicht“, Kabarett mit **Robert Kreis**

Stadthalle Hofheim

Fr., 24.01.2025, 14.30 Uhr

Ausdruck. Tanz. Leben, mit **Ruth Grau** (95), Tanzlehrerin

Schönbornsaal, Haus der Vereine, Hofheim

In Kooperation mit der SeniorenNachbarschaftsHilfe Hofheim

Anmeldung über events@snh-hofheim.de

Mi., 29.01.2025, 18.00 Uhr

9100-25-1 • Führung durch die Ausstellung

"Young at Heart - oder die Kunst des Alterns"

Foyer Krankenhaus

Karsten Thormaehlen, Künstler und Fotograf der Ausstellung "Young at Heart - oder die Kunst des Alterns", führt persönlich durch die Ausstellung im varisano Krankenhaus Hofheim und erzählt uns viele spannende Geschichten rund um die Entstehungsgeschichte seiner Bilder und aus dem Leben seiner betagten Models.

Auf Wunsch mit anschließendem Abendessen zusammen mit dem Künstler in einem Restaurant in Hofheim. (Auf eigene Kosten)

Bitte bei der Anmeldung als Anmerkung angeben.

Fr., 07.02.2025, 18.00 Uhr

Träumen - der Weg zum Menschen
Vortrag und Lesung mit Dr. Helmut Luft
Schönbornsaal, Haus der Vereine, Hofheim

Fr., 14.02.2025, 15.00 Uhr

MonteSenior – Montessori für Senioren und Demenzkranke
Vortrag mit Bianca Halbach
Droste-Saal, Haus vom Guten Hirten, Schloßstr. 115, Hofheim
In Kooperation mit dem Montessori-Zentrum Hofheim

Mi., 19.02.2025, 19.00 Uhr

Herz und Psyche
Fachvortrag mit Dr. Karin Ademmer
Foyer Krankenhaus
Anmeldung per E-Mail an: sekretariat.ca-psy@varisano.de

Do., 28.02.2025, 18.00 Uhr

9100-25-2 • Führung durch die Ausstellung
"Young at Heart - oder die Kunst des Alterns"
Foyer Krankenhaus
Karsten Thormaehlen, Künstler und Fotograf der Ausstellung "Young at Heart - oder die Kunst des Alterns", führt persönlich durch die Ausstellung.

Do., 28.02.2025, 20.00 Uhr

Finissage im Anschluss an die Führung
Foyer Krankenhaus

Kooperationspartner

Stadt Hofheim, vhs Main-Taunus-Kreis, SeniorenNachbarschaftsHilfe Hofheim e.V., Wallauer Fachwerk Kulturkreis e.V., Musikschule Hofheim, Caritas Main-Taunus, Geistlicher Ort Hofheim, Montessori-Zentrum Hofheim

Sponsoren



KULTURFONDS
Frankfurt RheinMain



Hildegard-Reihe: Teil 5

Im Oktober 2022 haben wir eine kleine Reihe von Veranstaltungen zu Leben, Werk und Wirken der Heiligen Hildegard von Bingen gestartet. Hierbei lernen wir verschiedene Aspekte dieser beeindruckenden Persönlichkeit kennen, einer Zeitgenossin von Kaiser Friedrich Barbarossa, die als Mystikerin, Universalgelehrte, Dichterin und Komponistin in ihrer Zeit und weit darüber hinaus erheblichen Einfluss hatte. Schon zu Lebzeiten wurde sie wie eine Heilige verehrt, offiziell wurde sie aber erst 2012 durch Papst Benedikt XVI. zur Heiligen und zur Kirchenlehrerin erhoben.

Ausflug nach Bingen und Bernersheim vor der Höhe, dem Geburtsort der Hl. Hildegard von Bingen

Der Ausflug folgt weiter den Spuren der Hl. Hildegard von Bingen und wird begleitet von Frau Irmgard Weidner von der Rupertsberger Hildegard-Gesellschaft.



Wir beginnen in Bingen im Rupertsberger Gewölbe mit einem Vortrag über "Maria und Hildegard im biblischen Kontext - zwei von Gott auserwählte Frauen, bereit etwas Außergewöhnliches zu leisten!" und besuchen bei Bedarf noch einmal die Villa am Rupertsberg. Nach einem kleinen Mittagessen im Gewölbe fahren wir nach Bernersheim vor der Höhe, das als Hildegards Geburtsort gilt, besichtigen die Taufkirche der Hl. Hildegard, bestaunen eine ihrer Reliquien und hören, was uns Frau Ursula Wolf, die Pflegerin der Kirche, zu erzählen hat. Auf dem Vorplatz schließen wir den Ausflug mit einem kleinen Umtrunk ab.

Wir empfehlen: Reiserücktrittsversicherung!

Irmgard Weidner, unsere Referentin im Rupertsberger Gewölbe

© Inge Neumeyer

3206-25 • Samstag, 10.05.2025, 09.00 – ca. 16.30 Uhr

Kellereigebäude, Raum Falkenstein, Hofheim

Programmablauf:

09:00 Uhr: Abfahrt Busbahnhof Hofheim

10:00 Uhr: Ankunft am Gewölbe, Vortrag und Diskussion "Maria und Hildegard im biblischen Kontext!", danach ggf. Besuch der Villa am Rupertsberg (gleich nebenan)

12/12:30 Uhr: Mittagspause mit Gemüsesuppe und Wein

13/13:30 Uhr: Weiterfahrt nach Bernersheim vor der Höhe

15/15:30 Uhr: Rückfahrt nach Hofheim

Kosten: 65,00 EUR (55,00 EUR für Mitglieder)

inkl. aller Eintritte und des kleinen Mittagessens

Anmeldefrist: 25.04.25

Persönlichkeitsentwicklung

Workshops mit Peter Horst Schmitt (www.schmitt-mediation.de)



Er ist Mediator, Trainer und Coach mit über 30 Jahren Berufserfahrung in verschiedenen Führungs- und Projektleitungsfunktionen. Seine Arbeit basiert auf Empathie und Gewaltfreier Kommunikation (GFK), inspiriert durch persönliche und berufliche Herausforderungen. Neben fundiertem Know-how in Mediation, NLP und Gestaltberatung unterstützt er Menschen humorvoll dabei ihre Kommunikationsfähigkeiten zu stärken und Konflikte zu lösen.

Kommunikation im Alltag – Durch Klarheit zur Verbindung



Kennen Sie das? Gespräche mit KollegInnen, Familie oder FreundInnen enden manchmal in Missverständnissen oder ungelösten Spannungen. Häufig bleibt das Gefühl zurück, dass nicht alles gesagt oder richtig verstanden wurde. Gerade in einem komplexen Alltag kann diese Art der Kommunikation Stress erzeugen und Beziehungen belasten.

Basierend auf den Ansätzen von Dr. Marshall B. Rosenberg und weiteren Kommunikationsexperten lernen Sie in diesem Seminar, wie Sie mit gezielter, klarer Kommunikation nachhaltige und empathische Verbindungen schaffen. Mithilfe von bewährten Methoden und innovativen KI-Lernhilfen, die Sie auch nach dem Kurs im Selbststudium unterstützen, verbessern Sie nachhaltig Ihre Kommunikationsfähigkeiten und gewinnen Klarheit im Austausch mit anderen.

Was Sie erwartet:

- Die Grundlagen klarer Kommunikation – Erfahren Sie, wie Sie Missverständnisse vermeiden und Ihre Botschaft präzise vermitteln.
- Umgang mit Gefühlen – Entwickeln Sie ein tieferes Verständnis für Ihre Emotionen und die Ihrer Gesprächspartner.
- Bedürfnisse erkennen und kommunizieren – Formulieren Sie eigene Wünsche klar und respektvoll.
- Empathisches Zuhören – Verbessern Sie Ihre Beziehungen durch echtes Zuhören und Verständnis.
- Konfliktlösungen finden – Erlernen Sie Techniken, um Konflikte frühzeitig zu erkennen und konstruktiv zu lösen.

Konkret lernen Sie:

- wie Sie klar, einfühlsam und authentisch kommunizieren,
- Blockaden im Austausch überwinden und Kooperation fördern,
- Bedürfnisse wahrzunehmen und respektvoll zu äußern,
- wertschätzendes Feedback zu geben und zu empfangen,
- aufkommende Konflikte rechtzeitig zu erkennen.

Sie profitieren von dem Training und können danach:

- Ihre Beziehungen stärken und Missverständnisse vermeiden,
- tiefere Verbindungen zu anderen aufbauen,
- mit mehr Selbstbewusstsein und Gelassenheit kommunizieren,
- Konflikte souverän und nachhaltig lösen,
- mit KI-gestützten Tools eigenständig weiterlernen und Ihre Kommunikationsfähigkeiten kontinuierlich verbessern.

Lassen Sie uns gemeinsam daran arbeiten, Klarheit und Verbindung in Ihre Kommunikation zu bringen. Melden Sie sich jetzt an und erleben Sie, wie sich Ihr Alltag durch authentische Kommunikation und effektives Zuhören verwandelt – beruflich wie privat.

**3304-25 • Samstag, 17.05. und Sonntag, 18.05.2025,
09.30 - 16.30 Uhr**

Kellereigebäude, Raum Falkenstein, Hofheim

Kosten: 99,00 EUR (85,00 EUR Mitglieder)

Kommunikation für Männer - Authentisch, Empathisch, Kraftvoll



Sie stehen an einem Wendepunkt in Ihrem Leben: Vielleicht sind Sie Single, alleinerziehend, befinden sich in der Midlife-Crisis oder möchten Ihr Leben nachhaltiger und bedürfnisorientierter gestalten. Doch die Anforderungen des Alltags – beruflich wie privat – können überwältigend sein. Wie schaffen Sie es, Ihre Bedürfnisse klar zu kommunizieren und dabei einfühlsam und authentisch zu bleiben?

In diesem Seminar, basierend auf der Gewaltfreien Kommunikation (GFK) nach Dr. Marshall B. Rosenberg, lernen Sie, Ihre Gefühle besser zu verstehen, Ihre Bedürfnisse klar auszudrücken und mit Empathie auf andere einzugehen. Sie entdecken, wie Sie kraftvoll und authentisch auftreten können, ohne die Verbindung zu sich selbst und anderen zu verlieren.

Was Sie erwartet:

- Bedürfnisse klar kommunizieren – Lernen Sie, Ihre Wünsche und Erwartungen authentisch und respektvoll zu äußern.
- Umgang mit Gefühlen – Finden Sie Wege, Ärger, Frustration oder Überforderung zu bewältigen und emotional stabil zu bleiben.
- Gesellschaftliche Erwartungen überwinden – Lassen Sie alte Rollenbilder hinter sich und gestalten Sie ein Leben, das wirklich zu Ihnen passt.
- Neue Rollenbilder in der Familie – Finden Sie Ihre Rolle als Partner und Vater in einer Welt, in der sich traditionelle Rollenbilder verändern.
- Selbstempathie entwickeln – Erkennen und anerkennen Sie Ihre eigenen Gefühle und Bedürfnisse, ohne hart zu sich selbst zu sein.

Konkret lernen Sie:

- die Grundlagen authentischer und einfühlsamer Kommunikation,
- wie Sie Blockaden auf dem Weg zu mehr Kooperation überwinden,
- Ihre Bedürfnisse klar zu äußern und gleichzeitig die Ihres Gegenübers zu berücksichtigen,
- effektive Wege zu einvernehmlichen Absprachen zu finden,
- wertschätzendes Feedback zu geben und zu empfangen,
- aufkeimende Konflikte frühzeitig zu erkennen.

Sie profitieren vom Training und können danach:

- heikle Themen souveräner ansprechen,
- die Motive Ihrer Gesprächspartner besser verstehen,
- eine ausgewogene Work-Life-Balance erzielen,
- nachhaltigere Entscheidungen treffen,
- in schwierigen Gesprächssituationen ruhig und kraftvoll bleiben.

Melden Sie sich jetzt an und erleben Sie, wie authentische, empathische Kommunikation Ihr Leben verändern kann – sowohl im Beruf als auch im Privatleben.

**3302-25 • Samstag, 15.02. und Sonntag, 16.02.2025,
09.30 - 16.30 Uhr**

Kellereigebäude, Raum Falkenstein, Hofheim

Kosten: 99,00 EUR (85,00 EUR Mitglieder)-

Studienreisen / Tagesfahrten

Leitung für alle Reisen und Fahrten:



Mario Becker, M.A., Archäologe und Dozent aus Frankfurt a.M.

Wir bieten die Studienreisen in Zusammenarbeit mit dem Veranstalter Eos-Kultur- und Studienreisen an.

Es gelten deren AGB.

www.eos-studienreisen.de/agb

Foto Mario Becker © Fotogruppe

Anmeldungen für die Reisen mit Mario Becker:
per E-Mail an info@vbv-hofheim.de unter Angabe von: Name, Vorname, Adresse, E-Mail-Adresse, Telefonnummer und als Stichwort den Titel der Reise.

Ausführliche Reisebeschreibungen: siehe Katalog auf www.eos-studienreisen.de

© Fotos der Studienreisen und -fahrten: Mario Becker

Allgemeiner Hinweis:

In Zusammenarbeit mit Eos Studienreisen haben Mitglieder des VBV Hofheim die Gelegenheit, an den Exkursionen mit archäologischem Schwerpunkt teilzunehmen. Zur Auswahl stehen hier die Touren nach

Slowenien und Kroatien

28. August – 10. September; Busreise



mit Zwischenübernachtungen und Besichtigungen auf der Strecke (Doppel- und Einzelzimmer verfügbar)

Preise:

DZ/Person	2.649 EUR
EZ	3.249 EUR

Neapel und Pompeji

13. September – 18. September; Flugreise



mit Ausflügen nach Paestum, Herculaneum, Oplontis (Doppelzimmer verfügbar)



Preise:

DZ/Person	1.799 EUR
EZ	2.589 EUR

Wien

23. September – 02. Oktober; Busreise



mit Zwischenübernachtungen in Straubing (Doppelzimmer verfügbar)

Preise:

DZ/Person	1.929 EUR
EZ	2.329 EUR

Griechenland/Peloponnes

03. Oktober – 12. Oktober; Flugreise



Klassische Rundtour auf antiken Spuren – Mykene, Nauplia, Epidauros, Olympia, Patras, Messene (Doppel- und Einzelzimmer verfügbar)

Preise:

DZ/Person	2.389 EUR
EZ	2.879 EUR

Das römische Trier

06. – 09. November; Busreise



Landesausstellung zum römischen Kaiser Marc Aurel und die römischen Denkmäler in Trier und im Umland (Doppel- und Einzelzimmer verfügbar)

Preise:

DZ/Person	819 EUR
EZ	899 EUR

Wanderung auf dem archäologischen Rundwanderweg

Kapellenberg/Hofheim (Termin und Treffpunkt wird auf der eos-Website mitgeteilt)



Alle Zusatzinfos (Hotels, Inhalte, Reiseablauf) finden Sie auf der Website von Eos Studienreisen: www.eos-studienreisen.de

Kurse, Workshops, Konzerte als Geschenk

Der **VolksBildungsVerein Hofheim am Taunus e.V.** bietet die Möglichkeit, eigene Kurse, Workshops und Konzerte in Form eines Gutscheins (ab 10,00 EUR) zu verschenken.

Die Gutscheine gelten zwei Jahre, sind übertragbar und können per E-Mail, Fax oder Brief bestellt werden.

Gesundheit / Bewegung



Hier geht´s zur Kategorie

Gesundheit / Bewegung

Yoga

Hatha Yoga

Leitung: Marianne Hartmann, Yoga- und Rückenschullehrerin



„Gesundheit ist Reichtum, innerer Frieden ist Glück. Yoga zeigt einen Weg“. Yoga ist ein uralter, bewährter Übungsweg, um Körper und Geist gesund zu erhalten. Für Anfänger und Teilnehmer mit Vorkenntnissen geeignet. Bitte Decke und bequeme Kleidung mitbringen.

7104-25 • montags ab 24.02.2025, 17.30 - 18.45 Uhr

7106-25 • montags ab 24.02.2025, 19.00 - 20.15 Uhr

Jeweils 12 x • Gemeindesaal der ev. Kirche Lorsbach

Kosten je Kurs: 95,00 EUR (75,00 EUR Mitglieder)

Yoga 50plus - Fit und gesund bis ins hohe Alter

Leitung: Gabriele Staudacher



Sanfte Atem-, Entspannungs- und Bewegungsübungen erhalten auch mit zunehmendem Alter deine Lebensqualität und steigern deine Lebensfreude.

Bitte Yogamatte und Decke mitbringen.

7108-25 • mittwochs ab 23.04.2025, 19.15 - 20.45 Uhr

5 x • Pfälzer Hof, Hofheim, Saal

Kosten: 40,00 EUR (32,00 EUR Mitglieder)

Sanfte Bewegungen aus dem Yoga mit und ohne Stuhl

Leitung: Marianne Hartmann, Yoga- und Rückenschullehrerin



Einfache Übungen zum Dehnen und Kräftigen, die gut tun. Mit Freude und Leichtigkeit halten wir Kopf und Körper beweglich.

**7102-25 • dienstags ab 25.02.2025,
15.00 – 15.45 Uhr**

12 x • Droste-Saal, Maria-Droste-
Haus/Schwestern vom Guten Hirten,
Schloßstr. 115, Hofheim

Kosten: 57,00 EUR (48,00 EUR Mitglieder)

Stein'sche Apotheke

Professor Dr. M. Pfaffendorf



Wilhelmstr. 2

Vorbestellungen und Informationen unter:

Tel. 06192-6221, Fax 06192-5244

www.steinsche-apotheke.de oder

E-mail: info@steinsche-apotheke.de

Fitness / Gymnastik

Frauen-Gymnastik "Beweglich auch im Alter"

Leitung: Birgitta Hellwig



Wir sind eine 60+Gruppe und bieten nach einer Aufwärmphase ein rückengerechtes Ganzkörpertraining für Trainierte und nicht Trainierte an.

**7310-25 • mittwochs ab
15.01.2025, 09.00 - 10.00 Uhr**

Einstieg jederzeit möglich

20 x • Gymnastikhalle des TV 1860 Hofheim

Kosten: 118,00 EUR (98,00 EUR Mitglieder)

Rückenfit

Leitung: Beate Bernhard



Es erwartet dich ein effektives und abwechslungsreiches Ganzkörpertraining von Kopf bis Fuß mit und ohne Kleingeräte. Ein besonderer Fokus liegt auf deiner Rumpfmuskulatur. Neben der Kräftigung und Mobilisation der Muskulatur tun wir auch etwas für unser Herz-Kreislaufsystem. Damit verbesserst du in dem Kurs deine Ausdauer,

Körperstabilität und Aufrichtung.

7320-25 • montags ab 27.01.2025, 19.00 - 20.00 Uhr

8 x • Pfälzer Hof, Hofheim

Kosten: 37,00 EUR (30,00 EUR Mitglieder)

7322-25 • montags ab 27.01.2025, 20.10 - 21.10 Uhr

8 x • Pfälzer Hof, Hofheim, Saal

Kosten: 37,00 EUR (30,00 EUR Mitglieder)

Outdoor



Rückenfit Outdoor

Leitung: Beate Bernhard (In Kooperation mit dem TV Hofheim)



Möchtest du beim Sport frische Waldluft einatmen und den Waldboden unter deinen Füßen spüren? Es erwartet dich ein effektives und abwechslungsreiches Ganzkörpertraining bei dem verschiedene Muskelgruppen gekräftigt werden. Auch die Ausdauer kommt nicht zu kurz beim zügigen Gehen zu verschiedenen Übungsplätzen, an denen wir die Beweglichkeit, Koordination und

das Gleichgewicht verbessern. Ein besonderer Fokus liegt hierbei auf deiner Körpermitte. Unser Trainingselement ist der eigene Körper oder auch mal eine Bank am Wegesrand. Gute Trittsicherheit ist erforderlich.

Bitte mitbringen: Handtuch, Getränk (verpackt im Rucksack) und Sportschuhe/-kleidung. Treffpunkt Sportpark Heide (Haupteingang).

7330-25 • montags ab 28.04.2025 • 19.15 – 20.15 Uhr

10 x • Treffpunkt Sportpark Heide, Schloßstraße 72 (Haupteingang)

Kosten: 47,00 EUR (37,00 EUR Mitglieder)

Outdoor



Bewegungstraining Methode Heigl

Leitung: Alexandra Weiser (In Kooperation mit dem TV Hofheim)



Wir trainieren immer an der frischen Luft auf schönen Plätzen mit gewachsenem Boden zur Schonung der Gelenke. Leicht erlernbare Schwung-, Dehn- und Streckübungen sowie die Aufrichtung der Wirbelsäule verbunden mit einer harmonischen Atmung fördern natürliche Bewegungsabläufe und -sicherheit. Geeignet für jede Altersgruppe, abwandeltbare Übungen bei Einschränkungen. Nur bequeme Kleidung und feste Schuhe erforderlich.

„Bewegung, Atmung und Entspannung sind die Elemente des gesunden Lebens.“ (Heinz Heigl)

Für weitere Infos: www.heigl.n.de

7342-25 • donnerstags ab 09.01.2025

Beginn: Winterhalbjahr 17.00 Uhr, Sommerhalbjahr 18.00 Uhr

Ende: Winterhalbjahr 18.00 Uhr, Sommerhalbjahr 19.00 Uhr

Sportpark Heide - Haupteingang Schlossstraße

Kosten für 6 Termine: 40,00 EUR (34,00 EUR Mitglieder)

Ernährung

Ayurveda mit Katrin Feldsieper-Rexroth



Ayurveda Lifestyle Coach, Yogalehrerin, Köchin

Einführung: Ayurveda entdecken - der Weg zu innerer Balance



Dieser Vortrag richtet sich an alle, die mehr über Ayurveda erfahren möchten, an Menschen, die sich generell für das Thema Gesundheit interessieren und sich gerne neuen Perspektiven öffnen, und an Menschen, die gerade Inspiration auf ihrem Weg zu mehr Balance und Wohlbefinden suchen.

In diesem 90-minütigen Vortrag tauchst Du ein in die Welt des Ayurveda und entdeckst, wie Du durch das Wissen um die drei Doshas – Vata, Pitta und Kapha – Ihr inneres Gleichgewicht fördern können. Du erfährst, wie Du Deinen eigenen Dosha-Typ bestimmst und erhältst wertvolle Einblicke, welche Elemente in Dir vorherrschen und warum die individuelle Balance einen so hohen Stellenwert für Deine Gesundheit hat.

Wir besprechen, welche Elemente welchen Nahrungsmitteln zugeordnet sind, wie eine Ayurvedische Ernährung aussieht und wie Du sie für Deinen Typ gestalten können.

3218-25 • Mittwoch, 05.03.2025, 19.30 – 21.00 Uhr

1 x • Kellereigebäude, Hofheim – Haus der Vereine, Schönbornsaal

Eintritt: Abendkasse: 12,00 EUR

Vorverkauf: VBV-Webseite 10,00 EUR (8,00 EUR Mitglieder)

Workshop: Ayurveda Anwendung leicht gemacht

Leitung: Katrin Feldsieper-Rexroth



Unser Alltag ist so individuell wie ein Fingerabdruck – und genau das berücksichtigt Ayurveda auf besondere Weise. In diesem Workshop lernst Du, wie Du Deine Art des Ayurveda leben kannst. Entdecke Deinen persönlichen Dosh-Typ und verstehe, wie die Elemente in Dir wirken.

Ich zeige Dir, wie Du deine Ernährung und deinen Tagesablauf gezielt auf deine Bedürfnisse abstimmt. Anhand von praxisnahen Tipps, z.B. zu einem Ernährungstagebuch, und umfassendem

Wissen unterstütze ich Dich dabei, Deinen eigenen Weg zu mehr Ausgeglichenheit, Energie und Gelassenheit zu finden. Mit kleinen, wirkungsvollen Schritten bringst du ayurvedische Weisheit in Dein Leben – einfach, persönlich und nachhaltig.

Hinweis: Für eine halbstündige Mittagspause bitte einen kleinen Snack mitbringen, Getränke und von Katrin selbst gemachte Energyballs sind im Preis inklusive.

7420-25 • Samstag, 29.03.2025, 10.00 – 14.30 Uhr

1 x • Kellereigebäude, Hofheim – Haus der Vereine, Schönbornsaal

Kosten: 73,00 EUR (58,00 EUR Mitglieder)

T Kunst- und Bücherstube TOLKSDORF



Am Markt 6
65795 Hattersheim

Hauptstraße 64
65719 Hofheim

Frankenallee 6
65779 Kelkheim

Tel.: 06190 888 517

Tel.: 06192 52 13

Tel.: 06195 902 200

www.buch-tolksdorf.de

Online bestellen - lokal bleiben!



Tanzen

Ausdruck. Tanz. Leben

Leitung: Ruth Grau

In Kooperation mit der SeniorenNachbarschaftsHilfe Hofheim e.V.



©Inge Neumeyer

Der Gang wird etwas schief? Die Körperhaltung ist etwas schlaffer? Beleben wir den Körper mit Musik, tänzerischer Haltung und Humor. Frau Grau (95), die "früher" ein Tanzstudio in Hofheim geleitet hat, zeigt in beeindruckender Weise, wie das geht. Und sie übt mit uns. Auch für jüngere Menschen sehr geeignet. Mit anschließender Gelegenheit zum Gespräch bei Kaffee und Gebäck (gegen eine kleine Spende)

Freitag, 24.01.2025, 14.30 Uhr

Schönbornsaal, Haus der Vereine, Hofheim

Eintritt frei

Anmeldung per E-Mail an: events@snh-hofheim.de

Tango - Workshop für leicht Fortgeschrittene und Tango Erfahrene

Leitung: Michaela Rühl und Volker Krusche



In diesem Kurs vertiefen wir die gewonnenen Tangokenntnisse von 10/2024.

Wir sprechen mit diesem Kurs alle Führenden und Folgenden mit geringen Tangokenntnissen (< 1 Jahr) an, die Lust auf mehr haben. Auch wer nicht an unserem Kurs 10/2024 teilnahm, ist herzlich eingeladen mitzumachen. Mit uns erweitert ihr eure bereits gewonnenen Tangofähigkeiten und werdet viel Spaß und

Freude haben.

Inhalt:

- Schönes Gehen, Disociacion
- Musikalität und Rhythmus
- Umarmung und Haltung
- Grundschrift
- Ocho
- und weiteres auf Wunsch von Euch.

Da Tango ein Paartanz ist, bitten wir um Anmeldung zusammen mit einem/einer Partner/in.

**7510-25 • Samstag, 22.02.2025, 14.00 – 16.00 und
Sonntag, 23.02.2025, 14.00 – 16.00 Uhr**

Kellereigebäude, Hofheim – Haus der Vereine, Schönbornsaal
Kosten: 48,00 EUR (40,00 EUR Mitglieder)

Tango-Schnupperkurs



Schon immer an Tango gedacht, aber noch nie ausprobiert?!

Dieser Kurs lädt dich ein, zu erfahren, was der argentinische Tango ist und welche Einzigartigkeit darin steckt, erste Tangoschritte zu erlernen und zusammen mit anderen zu üben, die auch noch nie Tango getanzt haben (macht einfach Spaß).

Nach diesen 4 Stunden spürt ihr, ob ihr Geschmack am Tangotanz gefunden habt.

Anmeldung bitte mit einem/einer Partner/in.

**7512-25 • Samstag, 17.05.2025, 14.00 – 16.00 und
Sonntag, 18.05.2025, 14.00 – 16.00 Uhr**

Kellereigebäude, Hofheim – Haus der Vereine, Schönbornsaal
Kosten: 48,00 EUR (40,00 EUR Mitglieder)

Achtsamkeit

Kurs für Senioren: Stärkung der Präsenz und Achtsamkeit durch bewusstes Wahrnehmen über die Sinne (wenn wettermäßig möglich: Outdoor)

Leitung: Melanie Kropp

In diesem Kurs werden wir uns verstärkt mit den klassischen fünf Sinne auseinandersetzen: Hören, Riechen, Schmecken, Sehen und Tasten. Nach einer Einführung in das Thema, bei der wir unter anderem über die Bedeutung der Sinne sprechen, werden wir verschiedene Meditationspraktiken und Achtsamkeitsübungen durchführen, die darauf abzielen, die Wahrnehmung über unsere Sinne zu schärfen und zu nutzen, um Achtsamkeit und Präsenz zu kultivieren. Gerade draußen in der Natur gibt es spannende und abwechslungsreiche Sinneseindrücke, die von uns bewusst wahrgenommen werden wollen, um die Schönheit des Hier und Jetzt vollständig zu erleben.

7402-25 • Freitag, 23.05.2025, 09.00 – 11.00

Treffpunkt wird noch bekannt gegeben

Kosten: 20,00 EUR (15,00 EUR Mitglieder)

Kreativ / Kunst



Hier geht´s zur Kategorie

Kreativ / Kunst

Zeichnen und Malen

Gemüse, Obst und Früchte stilischer malen und zeichnen

Leitung: Carlo Reisch (www.reisch-art.de)



Der Kurs ist für alle geeignet, die Lust drauf haben, Obst, Gemüse und Früchte mit Stift und Farbe kreativ in Szene zu setzen. Es kommt nicht so sehr auf die perfekte Technik an, sondern darauf die Objekte auf unverkennbar persönliche Weise aufs Papier zu bringen.

Der erfahrene Maler und Zeichner Carlo Reisch zeigt die verschiedenen Zeichenmaterialien (Kugelschreiber, Tusche, Buntstifte, Aquarellfarben), gibt vielfältige Tipps wie man mit wenigen Strichen das Wesentliche von Obst,

Gemüse und Früchten zeichnerisch darstellen kann.

Basics wie Perspektive, Proportionen und Kompositionen werden genauso ausführlich behandelt, wie auch Skizzen mit Aquarellfarben gekonnt koloriert/illustriert werden können.

Dazu gibt es vom Kursleiter jede Menge Tipps und Kniffe, die dabei helfen, die verschiedenen Materialien/Pinsel/Zeichenwerkzeuge mit all ihren gestalterischen Möglichkeiten kreativ zu nutzen.

Zielgruppe:

Anfänger mit zeichnerischen Grundkenntnissen und Fortgeschrittene.

6902-25 • dienstags ab 25.02.2025, 14.30 - 16.30 Uhr

9 x • Treffpunkt: Bürgerhaus Marxheim

Im Freien und bei schlechtem Wetter im Bürgerhaus Marxheim

Kosten: 137,00 EUR (111,00 EUR Mitglieder)

Goldschmieden

Workshop Goldschmieden

Leitung: Sabine Langhans



In diesem Goldschmiedekurs wird Dir ermöglicht, individuellen Schmuck nach eigenen Vorstellungen anzufertigen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Alle Werkzeuge und Materialien werden zur Verfügung gestellt. Edelmetalle, Steine, Funituren, Ketten und Sägeblätter werden gesondert abgerechnet.

8706-25 • Samstag, 22.02.2025 und Sonntag, 23.02.2025

8708-25 • Samstag, 29.03.2025 und Sonntag, 30.03.2025

Jeweils 09.00 - 17.00 Uhr • Pfälzer Hof, Hofheim, Saal

Kosten pro Kurs: 120,00 EUR (105,00 EUR Mitglieder)

Fotografieren

Fotogruppe

Ansprechpartner: Bernhard Engelhaupt



www.fotogruppe-hofheim.de

Die Fotogruppe ist eine Arbeitsgruppe des VolksBildungsVereins Hofheim am Taunus e.V. und beschäftigt sich mit allem, was mit Fotografie zu tun hat. Der freundschaftliche und konstruktive Umgang miteinander ist hierbei sehr wichtig. Schaut doch einfach mal vorbei.

1. und 3. Donnerstag eines Monats, 19.30 Uhr

Pfälzer Hof, Hofheim, Saal

Keine monatlichen Kosten (Mitgliedschaft im VolksBildungsVerein Hofheim am Taunus e.V. ist erforderlich, Nebenkostenpauschale 15,00 EUR/Jahr)

Kooperationen

Bitte informiere Dich auch auf den jeweiligen Websites über das aktuelle Programm unserer Kooperationspartner.

SeniorenNachbarschaftsHilfe Hofheim e.V.



Mit der SNH haben wir eine neue gemeinsame Reihe entwickelt:

Special Event - SNH trifft VBV

Fr., 24.01.2025, 14.30 Uhr

Ausdruck. Tanz. Leben

Schönbornsaal, Haus der Vereine, Hofheim

Der Gang wird etwas schief? Die Körperhaltung ist etwas schlaffer?

Beleben wir den Körper mit Musik, tänzerischer Haltung und Humor.

Frau Grau (94), die "früher" ein Tanzstudio in Hofheim geleitet hat, zeigt in beeindruckender Weise, wie das geht. Und sie übt mit uns.

Auch für jüngere Menschen sehr geeignet.

Mit anschließender Gelegenheit zum Gespräch bei Kaffee und Gebäck (gegen eine kleine Spende)

Eintritt frei

Mi., 28.01.2025, 11.30 Uhr

Führung durch die Ausstellung "Young at Heart - oder die Kunst des Alterns"

Foyer Krankenhaus

Karsten Thormaehlen, Künstler und Fotograf der Ausstellung "Young at Heart - oder die Kunst des Alterns", führt persönlich durch die Ausstellung und erzählt uns viele spannende Geschichten rund um die Entstehungsgeschichte seiner Bilder und aus dem Leben seiner betagten Models.

Kosten: 10,00 EUR

Fr., 09.05.2025, 17.00 Uhr

Disko - die wilde junge Zeit!

Schönbornsaal, Haus der Vereine, Hofheim

Mal wieder zusammen das Tanzbein schwingen? Klar, denn Disco ist für Menschen jeden Alters gut. Die Musik und das Tanzen stimulieren Körper und Geist. Brockmann (SNH) & Neumeyer (VBV) legen Musik der 70ziger & 80ziger auf und heizen den Schönbornsaal mit heißen Rhythmen auf.

Eintritt frei, Spende für Getränke erbeten

Mi., 28.05.2025, 08.30 Uhr

IG Farben-Haus, Frankfurt

Treffpunkt: Hofheimer S-Bahnhof, Gleis 2

Das IG Farben-Haus ist ein bedeutendes Wahrzeichen.

Es bietet Einblicke in die Geschichte der Industrie, des Nationalsozialismus und der Nachkriegszeit. Die TN lernen etwas über die Architektur der Moderne, die Rolle des Gebäudes während des Zweiten Weltkriegs uvm.

Kosten: 10,00 EUR

Anmeldung für alle Veranstaltungen in Kooperation mit der SNH über events@snh-hofheim.de

Weitere Infos zum umfangreichen Angebot der SNH unter:

<https://snh-hofheim.de/>

Geistlicher Ort im Maria-Droste-Haus

(Bruder Helmut Schlegel und Bruder Norbert Lammers, OFM)

Wir empfehlen:

Die Mystik von Licht und Schatten

Nicht nur das Licht, sondern auch die Schatten in uns haben Bedeutung für unser Reifen und Wachsen. Beides wollen wir im Licht unseres Glaubens kennenlernen und zulassen. Wir werden u.a. die Schönheit und Tiefe des Johannes-Prologs kennenlernen, in der Meditation unsere Licht- und Schattenseiten würdigen und sie in einfachen Gebetsgebärden leibhaftig spüren.

Elemente: Biblische und spirituelle Impulse, Zeiten der Stille in der Natur oder im Haus, mehrmals 15 Minuten Schweigemeditation, Übungen, Austausch, Segensritual.

Leitung: Helmut Schlegel, Franziskaner, Exerzitien- und Meditationsbegleiter, Hofheim, Ricarda Moufang, Exerzitienbegleiterin, Frankfurt/M.

Samstag, 01.02.2025, 11-17 Uhr

Kosten: € 30-60, je nach Einkommen

Altwerden als geistlicher Weg

Noch immer stehen beim Thema Altwerden vor allem „Anti-Aging“ und Maßnahmen zum „Fitbleiben“ im Vordergrund. An diesem Tag soll es um das Gegenteil gehen: Um das Altwerden als spirituelle Praxis. Jesus selbst wurde zwar nicht alt, hatte aber prägende Begegnungen mit alternden Menschen (Simeon und Hanna, Nikodemus...). Auch in anderen Traditionen finden sich spannende Perspektiven und wertvolle Übungen für den eigenen Weg.

Leitung: Helmut Schlegel, Franziskaner, Exerzitien- und Meditationsbegleiter, Hofheim, Ricarda Moufang, Exerzitienbegleiterin, Frankfurt/M.

28.06.2025, 10-17 Uhr

Kosten: € 30-60, je nach Einkommen

Weitere Veranstaltungen unter www.geistlicherorthofheim.de oder auf dem Flyer Geistlicher Ort Hofheim, der in der Kirche vom Guten Hirten in Hofheim-Marxheim ausliegt.

Main-Taunus-Kreis

www.mtk.org

Infos zum Kulturprogramm unter www.mtk.org/Main-Taunus-Konzerte-22.htm

Katholische Erwachsenenbildung Bildungswerke Hoch- und Main-Taunus

www.keb-maintaunus.de

Kunstverein Hofheim e.V.

www.kunstvereinhofheim.de

Förderkreis Hofheimer Städtepartnerschaften e.V.

www.fhs-online.de

VitaSpa Fitnessclub der Rhein-Main-Therme



Die Kooperation mit dem Fitnessclub VitaSpa der Hofheimer Rhein-Main-Therme ermöglicht es VBV-Mitgliedern, zu vergünstigten Tarifen eine Mitgliedschaft abzuschließen. Wir werden als Gruppe geführt und erhalten

Ermäßigungen,

gestaffelt nach Gruppengröße zwischen 15 und 20 Euro. In allen buchbaren Tarifen ist die Nutzung der Wasserwelt inklusive. Für die inklusive Nutzung des Sauna-Bereichs gibt es weitere Tarifvarianten.

Wer Interesse hat, meldet sich per E-Mail an info@vbv-hofheim.de, Stichwort: Gruppentarif VitaSpa. Wir stellen eine Bescheinigung über die VBV-Mitgliedschaft aus, die bei der Anmeldung im Fitnessclub vorgelegt wird. Die Anmeldung im Fitnessclub VitaSpa nimmt dann jeder individuell/persönlich vor.

Foto Copyright: Rhein-Main Therme

Kids / Familie



Hier geht 's zur Kategorie

Kids / Familie

Purzelturnen

Bewegungsspiele für Mutter/Vater/Oma...& Kind. Für Kinder ab Lauffalter bis ca. 4 Jahren. Bitte bequeme Kleidung und Antirutschsocken mitbringen.

Purzelturnen am Montag

Leitung: Eva Schröder



**6202-25 • montags ab 20.01.2025,
17.00 – 18.00 Uhr**

(nicht während der Schulferien)

10 x • kleine Turnhalle,
Gesamtschule am Rosenberg, Hofheim,
Zugang über Tor an Wielandstraße Ecke
Mühlenweg

Kosten: 54,00 EUR

(zwei Kinder 79,00 EUR)

Purzelturnen am Donnerstag

Leitung: Patricia Höck



**6204-25 • donnerstags ab 23.01.2025,
15.30 - 16.30 Uhr**

(nicht während der Schulferien)

**6206-25 • donnerstags ab 23.01.2025,
16.30 - 17.30 Uhr**

(nicht während der Schulferien)

je Kurs 11 x • Gymnastikraum Johann-Hinrich-
Wichern-Schule, Zugang über Erfurter Str. 6,
Hofheim

Kosten je Kurs: 59,00 EUR

(zwei Kinder 87,00 EUR)

Achtsamkeit und Entspannung für Kinder

Für Kinder (7 bis 12 Jahre): Spaß, Achtsamkeit und Entspannung für kleine Abenteurer: Gemeinsam auf Schatzsuche im eigenen Inneren!

Leitung: Melanie Kropp

Dieser Achtsamkeits- und Entspannungskurs für Kinder von 7 bis 12 Jahren bietet eine spielerische und kreative Einführung in die Welt der Achtsamkeit, Meditation und Entspannung. In einer unterstützenden und liebevollen Umgebung werden die Kinder eingeladen, ihre eigenen inneren Ressourcen zu entdecken und zu kultivieren, um ein Gefühl von Ruhe, Dankbarkeit, Wertschätzung und Selbstliebe zu entwickeln. Alle Aktivitäten werden altersgerecht angepasst und durch Geschichten, Spiele oder kreative Projekte unterstützt.

Dieses Programm bietet eine wertvolle Gelegenheit für Kinder zu lernen sich in einer hektischen Welt zu zentrieren, ihre Emotionen zu regulieren und ein tieferes Verständnis für sich selbst und ihre Umgebung zu entwickeln.

Achtsamkeits- und Entspannungstraining für Kinder hat sich als wirksames Werkzeug erwiesen, um zum Beispiel ihre Selbstwahrnehmung zu stärken, Stress zu bewältigen und emotionale Regulation zu fördern. Dies trägt nicht nur zur Förderung von Resilienz bei, sondern unterstützt auch die Entwicklung von gesunden Bewältigungsstrategien für zukünftige Herausforderungen.

Kursinhalte:

Woche 1: Einführung in die Achtsamkeit, Begrüßung und Vorstellungsrunde, Was bedeutet Achtsamkeit für Kinder?

Woche 2: Achtsamkeit durch Sinnesspiele: Sehen, Hören, Fühlen, Riechen, Schmecken, Einfache Atemübungen

Woche 3: Dankbarkeit und Wertschätzung kultivieren, Gespräche und geführte Meditation zum Thema Dankbarkeit, Wertschätzung, ggf. noch achtsames Basteln eines kleinen Geschenkes für eine liebe Person, was an Wertschätzung erinnern soll

Woche 4: Entspannung und Selbstliebe, "ich mag mich- Meditation", Fantasiereise, Progressive Muskelentspannung (PME) für Kinder, Selbstmassage

Woche 5: Achtsamkeit für den Körper, Bodyscan: Achtsame Erkundung des eigenen Körpers, Achtsame Bewegungen und Körperübungen

Woche 6: Abschlusstermin, Wunschübungen wenn Zeit, was wollen wir aus diesem Kurs in unseren Alltag mitnehmen? nach einer 15-minütigen Pause eine Stunde gemeinsam mit den Eltern

6210-25

6x samstags (26.04.2025, 10.05.2025, 17.05.2025, 24.05.2025, 14.06.2025) 10:00 bis 11:30 und 28.06.2025 von 09:30 bis 11:00 und von 11:15 bis 12:15 mit Eltern

Pfälzer Hof, Hofheim, Saal

Kosten: 30,00 EUR (30,00 EUR Mitglieder)

Antrag auf Mitgliedschaft / Spende

Vorname: _____

Nachname: _____

Geburtsdatum: _____

Straße: _____

PLZ/Wohnort: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Familienmitglieder erhalten einen Rabatt in Höhe von 1/3 des Regelmitgliedsbeitrags. **Siehe Antrag auf der nächsten Seite.**

Ich bin damit einverstanden, dass der jährlich anfallende Mitgliedsbeitrag in Höhe von **36,00 EUR** für den **VolksBildungsVerein Hofheim am Taunus e.V.** durch Bankeinzug bezahlt wird. Diese Erklärung behält auch ihre Gültigkeit, wenn sich der Beitrag durch Beschluss der Mitgliederversammlung ändert. Sie verliert ihre Gültigkeit, wenn sie dem **VolksBildungsVerein Hofheim am Taunus e.V.** gegenüber schriftlich widerrufen wird. Durch meine Unterschrift erkenne ich die Satzung des Vereins an. Die Satzung enthält eine Datenschutzerklärung (s. §17). Diese Erklärung informiert darüber, welche Daten des Mitgliedes der Verein zu welchen Zwecken speichert und verarbeitet. Die Datenschutzerklärung beinhaltet auch die „Informationspflicht bei Erhebung von personenbezogenen Daten bei der betroffenen Person“ gemäß Artikel 13 DSGVO. Nach Artikel 6, Abs. 1, lit. b) DSGVO ist die Verarbeitung personenbezogener Daten rechtmäßig, wenn diese für die Erfüllung eines Vertragsverhältnisses – hier: Mitgliedschaft im Verein – erforderlich sind.

Meine Spende

Jährliche Spende: Darüber hinaus spende ich dem **VolksBildungsVerein Hofheim am Taunus e.V.** jährlich einen bestimmten Betrag, der zusammen mit dem Mitgliedsbeitrag abgebucht werden soll.

Meine jährliche Spende beträgt _____ EUR

Einmalige Spende: Darüber hinaus spende ich dem **VolksBildungsVerein Hofheim am Taunus e.V.** einmalig einen bestimmten Betrag, der von meinem Konto abgebucht werden soll.

Meine einmalige Spende beträgt _____ EUR

Bitte sendet mir den **VBV-Newsletter** per E-Mail zu

Ort / Datum / Unterschrift

Antrag auf Familienmitgliedschaft / Spende

Nachname, Vorname: _____

Geburtsdatum: _____

Straße: _____

PLZ/Wohnort: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Familienmitglieder erhalten einen Rabatt in Höhe von 1/3 des Mitgliedsbeitrags. Bitte Art der Familienangehörigkeit ankreuzen:

EhepartnerIn eingetragene Lebensgemeinschaft Kind bis 27 Jahre

Ich bin damit einverstanden, dass der jährlich anfallende, ermäßigte Mitgliedsbeitrag in Höhe von **24,00 EUR** für den **VolksBildungsVerein Hofheim am Taunus e.V.** durch Bankeinzug bezahlt wird. Diese Erklärung behält auch ihre Gültigkeit, wenn sich der Beitrag durch Beschluss der Mitgliederversammlung ändert. Sie verliert ihre Gültigkeit, wenn sie dem **VolksBildungsVerein Hofheim am Taunus e.V.** gegenüber schriftlich widerrufen wird. Durch meine Unterschrift erkenne ich die Satzung des Vereins an. Die Satzung enthält eine Datenschutzerklärung (s. §17). Diese Erklärung informiert darüber, welche Daten des Mitgliedes der Verein zu welchen Zwecken speichert und verarbeitet. Die Datenschutzerklärung beinhaltet auch die „Informationspflicht bei Erhebung von personenbezogenen Daten bei der betroffenen Person“ gemäß Artikel 13 DSGVO. Nach Artikel 6, Abs. 1, lit. b) DSGVO ist die Verarbeitung personenbezogener Daten rechtmäßig, wenn diese für die Erfüllung eines Vertragsverhältnisses – hier: Mitgliedschaft im Verein - erforderlich sind.

Meine Spende

Jährliche Spende: Darüber hinaus spende ich dem **VolksBildungsVerein Hofheim am Taunus e.V.** jährlich einen bestimmten Betrag, der zusammen mit dem Mitgliedsbeitrag abgebucht werden soll.

Meine jährliche Spende beträgt _____ EUR

Einmalige Spende: Darüber hinaus spende ich dem **VolksBildungsVerein Hofheim am Taunus e.V.** einmalig einen bestimmten Betrag, der von meinem Konto abgebucht werden soll.

Meine einmalige Spende beträgt _____ EUR

Bitte sendet mir den **VBV-Newsletter** per E-Mail zu

Ort / Datum / Unterschrift

Kursanmeldung

Kurs-Nummer: _____

Kurstitel: _____

Kursgebühr: _____

Vorname: _____

Nachname: _____

Geburtsdatum: _____

Straße: _____

PLZ, Wohnort: _____

Telefon / Handy: _____

E-Mail: _____

Ich bin Mitglied des VBV (bitte ankreuzen): ja nein

Bitte sendet mir den VBV-Newsletter per E-Mail zu (bitte ankreuzen)

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die vorgenannten Teilnahmebedingungen des VolksBildungsVereins Hofheim am Taunus e.V. an. Bei Personen bis 18 Jahren ist die Unterschrift eines Erziehungsberechtigten notwendig.

Datenschutzrechtlicher Hinweis: § 17 der Vereinssatzung enthält eine Datenschutzerklärung. Diese Datenschutzerklärung beinhaltet die nach Artikel 13 Datenschutz-Grundverordnung (DS-GVO) mitzuteilenden Informationen bei der Erhebung von personenbezogenen Daten. Eine ergänzende Erklärung ist auf www.vbv-hofheim.de/datenschutzerklaerung verfügbar.

Ort, Datum _____

Unterschrift KursteilnehmerIn bzw. erziehungsberechtigte Person

SEPA-Lastschriftmandat

(Gläubiger-Identifikationsnummer: DE82VBV00000180756)

Ich ermächtige den **VolksBildungsVerein Hofheim am Taunus e.V.**, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom **VolksBildungsVerein Hofheim am Taunus e.V.** auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Meine Bankverbindung

Kreditinstitut: _____

IBAN: _____

BIC (8 oder 11 Stellen): _____

Kontoinhaber: _____

Ort / Datum / Unterschrift Mitglied/Kontoinhaber

Bitte sende diesen Antrag an:

Adresse: VolksBildungsVerein Hofheim am Taunus e.V.
Hattersheimer Str. 1
65719 Hofheim am Taunus
oder Fax: 06192 - 22818
oder per E-Mail: info@vbv-hofheim.de

Datenschutzerklärung:

Ich willige ein, dass die in meinem Antrag auf Mitgliedschaft angegebenen personenbezogenen Daten (Name, Geburtsdatum, Anschrift, Kontaktdaten, Bankdaten) zum Zwecke der Durchführung des entstehenden Mitgliedschaftsverhältnisses mit dem **VBV Hofheim** auf der Grundlage gesetzlicher Berechtigungen erhoben, genutzt und gespeichert werden. Ich kann jederzeit ohne Angabe von Gründen die erteilte Einwilligungserklärung mit Wirkung für die Zukunft abändern oder gänzlich widerrufen (postalisch/per E-Mail oder per Fax).

Ort / Datum / Unterschrift Mitglied/Kontoinhaber

Werde Mitglied!

Als Vereinsmitglied profitierst Du bei den meisten Kursen von niedrigeren Kursgebühren. Den Antrag auf Mitgliedschaft findest Du in diesem Heft auf den vorhergehenden Seiten, im Internet oder in unserer Geschäftsstelle.

Unser Leitbild

Mission:

Bildung und Kultur für alle – das hat Tradition und ist aktuell. Seit über 100 Jahren ist der **VolksBildungsVerein Hofheim e.V.** das Zuhause für wissbegierige und offene Menschen. Der Ort, an dem Bildung gemeinsam erlebt und Zusammenhalt gelebt wird. Wir bieten vielfältige Möglichkeiten und gestalten das kulturelle Leben der Stadt Hofheim aktiv mit.

Wer wir sind:

Der **VolksBildungsVerein Hofheim e.V.** versteht sich als Bildungseinrichtung, in der gemeinsam Wissen erfahren und angeeignet wird. Lehrende und Kursteilnehmer begegnen sich auf Augenhöhe. Ein Austausch über den eigentlichen Kursinhalt hinaus soll stattfinden. Wir legen Wert auf eine familiäre Atmosphäre. Als Mehrheitsgesellschafter bringen wir uns in die Musikschule Hofheim gGmbH aktiv ein.

Was wir bieten:

Das umfangreiche Kursangebot des **VolksBildungsVereins Hofheim e.V.** bietet allen Menschen unabhängig von Alter, Geschlecht, Nationalität sowie Religionszugehörigkeit Zugang zu Bildung und Kultur. Die Mitgestaltung des Kursangebots steht allen Mitgliedern offen und wird nach Möglichkeit berücksichtigt und umgesetzt.

Was uns ausmacht:

Der **VolksBildungsVerein Hofheim e.V.** engagiert sich aus der Überzeugung, dass die Gemeinschaft Antrieb des Handelns ist. Zusammenkönnen wir mehr erreichen. Gegenseitige Unterstützung ist genauso wichtig wie gegenseitige Wertschätzung. Alle Aktiven des VBV zeigen vereinsübergreifend besonderes Engagement und sind von ganzem Herzen bei der Sache.

Es gelten die AGBs, die Du auf unserer Website www.vbv-hofheim.de einsehen kannst.

Anmelde- und Teilnahmebedingungen

Für die Kurse allgemein:

Für unsere Workshops und fortlaufenden Kurse kannst Du Dich schriftlich, per Fax / E-Mail oder über unsere Webseite www.vbv-hofheim.de bis spätestens 1 Woche vor Kursbeginn anmelden. Bitte verwende für Deine Anmeldung den Vordruck aus diesem Programmheft oder von unserer Homepage. Telefonisch nehmen wir eine Reservierung entgegen, die Du bitte innerhalb einer Woche durch eine schriftliche Anmeldung bestätigen musst. Die Kursgebühren sind mit der Anmeldung zu bezahlen, entweder per Überweisung oder SEPA-Lastschriftmandat. Jede Art der Anmeldung ist verbindlich. Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren benötigen für die Teilnahme an einer Veranstaltung die Unterschrift eines Erziehungsberechtigten. Für die Durchführung unserer Kurse ist jeweils eine Mindestteilnehmerzahl erforderlich. Bei vielen Kursen ist die Teilnehmerzahl auch nach oben begrenzt, melde Dich daher bitte rechtzeitig an. Eine Anmeldebestätigung erhältst Du nur auf Wunsch. Bei Überbelegung oder Ausfall des Kurses wirst Du selbstverständlich informiert und erhältst bereits bezahlte Kursgebühren zurück. Wird für einen Kurs die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht, kann dieser auf Wunsch der Teilnehmer mit einer höheren Gebühr durchgeführt werden, ansonsten kann der Kurs nicht stattfinden. Ein Rücktritt ist nur bis eine Woche vor Kursbeginn möglich. Bei einem späteren Rücktritt ist die volle Kursgebühr fällig. Bankgebühren wegen falscher Kontoangaben oder nicht ausreichender Deckung des Kontos gehen zu Lasten des Kursteilnehmers. Die Teilnahme an unseren Kursen erfolgt auf eigene Gefahr. Schadensersatzansprüche der Teilnehmer gegen den Volksbildungsverein Hofheim am Taunus e.V. sind ausgeschlossen, außer bei Vorsatz und grober Fahrlässigkeit.

Gebührenermäßigungen:

Bist Du Schüler, Azubi oder Student, dann bekommst Du gegen Vorlage eines entsprechenden Nachweises einen Nachlass von 10% auf die jeweilige Kursgebühr. Ausnahme sind Kurse aus der Rubrik Kids / Teens / Familie. 50% für Hofheimer Sinngespräche oder Lesungen.

Bist Du Inhaber des Hofheim-Passes oder der Ehrenamt-Karte, so kannst Du an Kursen zum Preis von Mitgliedern teilnehmen und erhältst 50% Ermäßigung auf den regulären Preis für Einzel-Veranstaltungen wie Hofheimer Sinngespräche oder Lesungen. Ausgenommen sind die unbefristeten Kurse und Konzerte.

Regelungen für unbefristete Kurse:

Eine Anmeldung ist jederzeit möglich. Der monatliche Beitrag wird ab dem ersten Monat nach der Anmeldung fällig. Eine Kündigung erfolgt mit einer Frist von einem Monat zum Ende des darauffolgenden Monats. Für den **Kammerchor** gilt für Schüler, Azubi oder Student 50% Ermäßigung.

Ab dem 25.05.2018 gelten die neuen Datenschutzbestimmungen der EU-Datenschutzgrundverordnung. Nähere Informationen auf unserer Website.

Für Reisen und Fahrten:

Vor Abschluss des Reisevertrages bitten wir darum, die nachfolgenden Anmelde- und Teilnahmebedingungen sorgfältig zu lesen, da diese bei Buchung Bestandteil des mit dem VBV Hofheim geschlossenen Reisevertrages werden, sofern der VBV Hofheim nicht explizit nur als Vermittler der Reise auftritt. Sie ergänzen die gesetzlichen Bestimmungen der § 651 ff. BGB. Abweichungen, welche in der jeweiligen Reiseausschreibung und den besonderen Hinweisen genannt werden, haben Vorrang. Für Reisen, bei denen der VBV Hofheim nur als Vermittler auftritt, gelten die Geschäftsbedingungen des jeweils in der Ausschreibung genannten Veranstalters.

- 1. Angebot, Auftrag und Bestätigung:** Der VBV Hofheim bietet zu den Anmelde- und Teilnahmebedingungen Reiseleistungen an, die im Programmheft und auf der Website angeboten werden. Ein Auftrag kann fern- mündlich, schriftlich oder auf elektronischem Weg erteilt werden. Er erhält erst Gültigkeit mit einer schriftlichen Bestätigung durch die Geschäftsstelle des VBV Hofheim, die dem Kunden zugesandt oder gemailt wird.
- 2. Zahlung:** Nach erfolgter Bestätigung ist die Erteilung eines SEPA Lastschriftmandats erforderlich oder eine Anzahlung in der Höhe der auf der Bestätigung angegebenen Summe innerhalb der angegebenen Frist zu zahlen. In der Regel sind dies 20 % des Reisepreises. Die Buchung erhält hierdurch erst ihre Gültigkeit. Die Restzahlung muss spätestens 28 Tage vor Reiseantritt geleistet werden. Im Falle eines erteilten Lastschriftmandats wird zu diesem Zeitpunkt die Gesamtsumme eingezogen. Bei Reisen, die mit terminierter Ausstellung von Flugtickets oder Schiffsreisen verbunden sind, kann auch eine höhere Anzahlung festgelegt werden; dies wird vor Abbuchung kundgetan. Bei Nichteinhaltung des Zahlungszieles steht es dem VBV Hofheim frei, den Rücktritt gemäß Ziffer 6 dieser Vertragsbedingungen zu erklären und Schadensersatz in Höhe der Rücktrittgebühren laut Ziffer 6 zu berechnen. Zahlungen können bei nicht erteiltem SEPA Lastschriftmandat nur per Banküberweisung unter Angabe von Reiseziel und Reisedatum auf das nachfolgende Konto überwiesen werden: Kontoverbindung: Nassauische Sparkasse, IBAN: DE 97 5105 0015 0200 0475 40 BIC: NASSDE55XXX
- 3. Versicherung:** Zum Schutz schlägt der Veranstalter dem Kunden Versicherungen vor. Eine Reiserücktrittskosten-, Reiseabbruch- und Rückführungsversicherung, die im Schadensfall einen Großteil der Kosten übernimmt, wird dringend empfohlen.
- 4. Pflichten des Veranstalters:** Der Veranstalter verpflichtet sich, die Reise in der angekündigten Art und Weise zu organisieren und die Rechte und Interessen des Kunden bei Vorbereitung und Durchführung der Exkursion zu wahren. Er haftet für die Richtigkeit eigener Prospekte und Werbematerialien und garantiert eine optimale Reisevorbereitung.
- 5. Pflichten des Kunden:** Der Kunde ist verpflichtet, seinen Vertragsverpflichtungen nachzukommen und

seinerseits für eine problemlose Durchführung und Abwicklung der Reise zu sorgen. Die Richtigkeit und Aktualisierung der persönlichen Reisedokumente sind ebenso verpflichtend wie die korrekte Beachtung der allgemein üblichen Reisebestimmungen von Flug-, Land- und Schiffsverbindungen.

6. Rücktritt bzw. Kündigung des Kunden: Tritt ein Kunde vom Vertrag zurück, so kann der VBV Hofheim nach der schriftlichen Erklärung des Rücktritts eine pauschalierte Entschädigung in Prozent verlangen. Die Entschädigung wird nach dem Zeitpunkt des Zugangs der Rücktrittserklärung wie folgt berechnet: Vom bei Reisebuchung angekündigten Anmeldeschluss bis zum 30. Tag, bei Flug-, Schiffs- und Sonderreisen sowie Reisen in Länder mit Visumpflicht bis zum 60. Tag vor Reiseantritt 20 % – Ab dem 29. bis zum 15. Tag vor Reiseantritt 50 % – Ab dem 14. bis zum 8. Tag vor Reiseantritt 80 % – Ab dem 7. bis zum 1. Tag vor Reiseantritt 95 % – Bei Nichtantritt der Reise am Reisetag 100 % Zusatzleistungen, z.B. Flughafenstransfers – Ab dem 29. Tag vor Reiseantritt 100%. Dem Kunden bleibt der Nachweis eines geringeren Schadens unbenommen. Eine höhere Entschädigung, die für Kosten durch Leerbettgebühr, Telefon- und Telefaxkosten usw. entsteht, bleibt ausdrücklich vorbehalten. Maßgeblich ist der schriftliche Eingang der Abmeldung in unserem Büro. Im Falle von Erkrankungen weisen wir auf die Vorlage eines Attestes (sofern eine Reiserücktrittversicherung abgeschlossen wurde) hin, im Falle von Nachrückerregelungen auf entstehende Kosten für Flugplatz-Change, Doppelzimmerreduzierung etc. ausdrücklich hin. Finden sich keine "Nachrücker"-Möglichkeiten und besteht keine Reiserücktrittversicherung, so gilt die o.g. pauschalierte Entschädigungsregelung.

7. Umbuchung und Ersatzperson: Ein Anspruch des Kunden nach Buchung auf Änderung der Reise hinsichtlich des Reiseterrains, des Ortes, des Reiseantritts, des Reiseziels, der Unterkunft oder der Beförderungsart besteht nicht. Wird auf Wunsch des Kunden dennoch eine Umbuchung vorgenommen, so ist dies bis 60 Tage vor Reisebeginn gegen eine Gebühr von 50,- € pro Person möglich. Nach dieser Frist ist im Einzelfall zu prüfen, inwieweit Vorleistungen vom Veranstalter erbracht wurden, die nicht erstattungsfähig sind. Sollten nicht erstattungsfähige Vorleistungen erbracht worden sein, so gelten die obigen Sätze wie bei Reiserücktritt. Bis Reisebeginn kann der Kunde eine Ersatzperson benennen, die statt dem Kunden in die Reise und die damit verbundenen Pflichten aus dem Reisevertrag eintritt. Der Veranstalter kann dem Eintritt des Dritten widersprechen, wenn:

a) dieser den besonderen Reiseanforderungen nicht genügt.

b) seiner Teilnahme gesetzliche Vorschriften oder behördliche Anordnungen entgegen stehen.

Tritt ein Dritter in den Vertrag ein, so haftet dieser dem Veranstalter als Gesamtschuldner für den Reisepreis und die durch den Eintritt des Dritten entstehenden Mehrkosten. Bei Flugleistungen richtet sich die Akzeptanz eines Dritten nach den jeweiligen Bestimmungen der Fluggesellschaft.

8. Kündigung des Vertrages wegen außergewöhnlicher Umstände: Wird die Durchführung der Reise infolge bei Vertragsabschluss nicht vorhersehbarer außergewöhnlicher Umstände wie Krieg, innere Unruhen, Streik, hoheitliche Anordnungen, Epidemien oder Naturkatastrophen erheblich erschwert oder beeinträchtigt, so kann so- wohl der Veranstalter wie auch der Kunde vom Vertrag zurücktreten. Im Falle von Einflüssen, die bei Reiseorganisation nicht absehbar waren (z.B. Museumsumbauten, Schließungen etc.) informiert der Veranstalter die Kunden vor Reiseantritt und erläutert adäquate Ausweichziele. Eine Möglichkeit zur Vertragsauflösung besteht jedoch nur bei wesentlichen und das Reiseziel in Frage stellenden Änderungen.

9. Gewährleistungen: Im Rahmen einer Schadensminderungspflicht ist der Kunde verpflichtet, unverzüglich einen Vertreter des Veranstalters direkt von einer Beanstandung in Kenntnis zu setzen. Ebenso sind Beanstandungen direkt beim Leistungsanbieter vorzutragen. Dieser Schritt sowie die größtmögliche Geringhaltung eines evtl. entstehenden Schadens gelten im Rahmen der Mitwirkungspflicht des Kunden als zumutbar. Unterlässt der Kunde dies schuldhaft, tritt eine Minderung des Reisepreises nicht ein. Schadensersatzansprüche können im Zusammenwirken mit dem Veranstalter gegenüber einem Dritten (z.B. Hotel, Airline usw.) formuliert werden. Gewährleistungsansprüche bei Naturkatastrophen, Epidemien, Streiks und Ereignissen ähnlicher Art sind ausgeschlossen, entstehende Mehrkosten gehen zu Lasten des Kunden. Angaben zu Reisepreis oder Reiseterrain können Schwankungen unterliegen, auf die der Veranstalter nur bedingt Einfluss ausübt. Mitteilungen auf der Website können daher auch eine Änderung erfahren. Gepäckverlust und Gepäckverspätung: Schäden oder Zustellungsverzögerungen bei Flugreisen müssen an Ort und Stelle mittels Schadensanzeige (PIR) der zuständigen Fluggesellschaft unverzüglich angezeigt werden. Geschieht das nicht, lehnen Fluggesellschaften i.d.R. Erstattungen ab. Der Veranstalter übernimmt hierfür keine Haftung.

10. Pass-, Devisen-, Zoll- sowie Gesundheitsbestimmungen: Für die Einhaltung dieser Bestimmungen, insb. bei Reisen in Staaten mit Visumpflicht, ist der Kunde selbst verantwortlich.

11. Teilnahme von Kindern und Jugendlichen: Kinder und Jugendliche sind bei den Fahrten willkommen und werden analog zu den Gebührenermäßigungen für Kurse preislich berücksichtigt.

12. Schriftform: Buchungs-, Rücktritts-, Umbuchungs- und Änderungserklärungen müssen in beiderseitigem Interesse und aus Beweisgründen in jedem Fall in Textform erfolgen.

13. Sonstiges: Alle Preisangaben sind Endpreise – Zusatzkosten können nur dann entstehen, wenn dies ausdrücklich in der Bewerbung einer Exkursion angegeben wird (z.B. Preiserhöhungen durch Kerosinzuschläge, Ölpreiserhöhungen, Mehrwertsteueränderungen etc.). Berichtigungen bei Druck- und Rechenfehlern bleiben vorbehalten. Sitzplatzregelungen im Falle von Bus- und Flugreisen sind vom Reiseveranstalter nicht zu organisieren, nur im Falle von dringend notwendiger Berücksichtigung (Behinderung, Krankheit) werden vom Reiseveranstalter Sitzplatzregelungen vorgenommen.

14. Gerichtsstand: Als Gerichtsstand wird der Sitz des VolksBildungsVerein Hofheim am Taunus e.V. vereinbart.

15. Datenschutz: Alle dem VBV Hofheim zur Abwicklung einer Reise zur Verfügung gestellten personenbezogenen Daten werden gemäß EU-Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) verarbeitet.

16. Unwirksamkeit einzelner Bestimmungen: Die Unwirksamkeit einzelner Bestimmungen des Reisevertrages hat nicht die Unwirksamkeit des gesamten Reisevertrages zur Folge.



VBV Hofheim e.V.

Adresse Hattersheimer Straße 1
Pfälzer Hof
65719 Hofheim am Taunus
Telefon 06192 – 22826
Fax 06192 – 22818

Webseite www.vbv-hofheim.de
E-Mail info@vbv-hofheim.de



Öffnungszeiten der Geschäftsstelle
dienstags 09.30 – 11.30 Uhr
donnerstags 14.00 – 16.00 Uhr
(außer in den Schulferien)
und nach Vereinbarung

Bankverbindung

Bank Nassauische Sparkasse
IBAN DE 97 5105 0015 0200 0475 40
BIC NASSDE55XXX

Programmheft

Editorial Vorstand des VBV
Inhalte KursleiterInnen und Vorstand des VBV

Vereinsregister-Nr. 4096 - Amtsgericht Frankfurt a.M.

Facebook www.facebook.com/volksbildungsverein
Instagram www.instagram.com/vbv_hofheim