



## VHS Ringsheim/Rust

Esther Dixa

Schwarzwaldstr. 7a  
77975 Ringsheim

Tel. 07822/89 67 61  
vhsringsheim-rust@lahr.de

## Vorträge

### Was uns die Bauherren alter Kirchen erzählen wollen

Im Mittelalter wurden neben den vielen Burgen in unserer Region auch mehrere Kirchen und Münster erschaffen. Bildhauer schufen vor allem in den Spitzbögen der Eingangstore sowie in den darin enthaltenen Tympana Kunstwerke unermesslicher Schönheit, die biblische Geschichten erzählen. Die Tympanon-Werke der gotische Kirchen in Sigolsheim, sowie die Münster in Straßburg, Basel, Breisach und Freiburg werden vorgestellt. In Kooperation mit dem Historischen Verein Mittelbaden, Regionalgruppe Geroldsecker Land.

101724

Norbert Klein

Sonntag, 10. März 2024, 19:00 Uhr  
Bürgerhaus Ringsheim, großer Saal  
5,- EUR



### Mit Cezanne und Van Gogh durch die Provence

Inspiziert von den Lichtern und Farben des südfranzösischen Midi verherrlichten Paul Cézanne und Vincent van Gogh ihre Heimat, die Provence. Begleiten Sie uns auf den Spuren der berühmtesten Botschafter dieser Region. Eine Bilderreise von Arles über Saintes Maries de la Mer nach Aix-en-Provence.

206701

Manfred Hammes

Dienstag, 23. April 2024, 19:00 Uhr  
Bürgerhaus Ringsheim  
5,- EUR



### Toskana

Die Toskana ist eine der schönsten Kulturlandschaften der Erde. Seit Jahrhunderten schon verzaubert diese Traumlandschaft im Herzen Italiens die Besucher. Auf unserer Bilderreise erleben wir die Toskana mit ihren prächtigen Städten und deren Reichtum an Kunst. Von den bekannten Zentren Florenz, Siena und Pisa geht es hinaus ins Land der Etrusker, in die unbekanntere Toskana.

109705

Bruna Tröndlin

Sonntag, 14. April 2024, 19:00 Uhr  
Bürgerhaus Ringsheim, großer Saal  
5,- EUR

### Auge & Alter

Der Alterungsprozess ist ein natürlicher Vorgang, der jeden Menschen mit Beginn der Geburt begleitet. Auch das Auge - und damit das Sehen - ist davon betroffen. Typische und häufige Altersveränderungen der Augen werden im Rahmen des Vortrags von Prof. Dr. Christian Mayer, Chefarzt der Augenklinik Offenburg, verständlich erklärt und Möglichkeiten zur Behandlung aufgezeigt

303701

Professor Dr. Christian Mayer

Dienstag, 12. März 2024, 19:00 Uhr  
Bürgerhaus Ringsheim, großer Saal  
Eintritt frei

### Beckenbodengesundheit bei Frauen

Inkontinenz und Senkungsprobleme des Beckenbodens sind ein häufiges Problem, aber dennoch sprechen viele Frauen nicht darüber. Dr. Juliane Farthmann, Chefarztin des Ortenau-Klinikums erklärt in dem Vortrag, warum es zu Problemen mit dem Beckenboden kommt und wie man Abhilfe schaffen kann.

303703

PD. Dr. Juliane Farthmann

Donnerstag, 4. April 2024, 19:00 Uhr  
Rust, Altes Rathaus, Karl-Friedrichstr. 7  
Eintritt frei

### Schlaganfall: Erkennen - Behandeln - Vorbeugen

Der Schlaganfall ist in Deutschland nach Herz- und Krebserkrankungen die dritthäufigste Todesursache und die häufigste Ursache für bleibende Behinderungen im Erwachsenenalter. Rund 200.000 Männer und Frauen sind jährlich davon neu betroffen, etwa 66.000 erleiden zum wiederholten Mal einen Schlaganfall.

303704

Dr. med. Christian Blahak

Dienstag, 14. Mai 2024, 19:00-20:30 Uhr  
Bürgerhaus Ringsheim, großer Saal  
Eintritt frei

### Richtig vererben - erbrechtliche Regelungen zur Vermeidung erbrechtlicher Fehler

Niemand beschäftigt sich mit seinem eigenen Ableben gerne. Wenn Sie aber beeinflussen möchten, was nach Ihrem Tod passiert, sollten Sie ein formgültiges und inhaltlich korrektes Testament anfertigen. Was dabei zu beachten ist, wird in diesem Vortrag erläutert. Der Referent Hans-Jörg Seibert ist Rechtsanwalt Fachanwalt für Bank- und Kapitalmarktrecht.

103701

Hans-Jörg Seibert

Dienstag, 16. April 2024, 19:00 Uhr  
Bürgerhaus Ringsheim, großer Saal  
5,- EUR

## Betriebsführungen

### Hinter den Kulissen - ein besonderer Einblick in die Wasserwelt Rulantica

Seit der Eröffnung der Wasserwelt Rulantica im Europa-Park Erlebnis-Resort im November 2019 hat sich viel getan. Kontinuierlich entwickelt die Unternehmerfamilie Mack mit ihrem Team das Angebot weiter und setzt in Sachen Thematisierung und Attraktionen neue Maßstäbe.

103703

Lukas Scheub

Donnerstag, 21. März 2024, 16:00-17:30 Uhr  
Rust, Haupteingang Rulantica  
Eintritt frei (Anmeldung erforderlich)

### Was macht eigentlich die Simona?

Die Firma Simona ist seit 1978 in Ringsheim ansässig und beschäftigt 230 Mitarbeiter. Bei einer Führung erfahren die Teilnehmer interessante Details zur Herstellung von Kunststoffrohren- und fittings.

103709

Thorsten Voss

Donnerstag, 11. April 2024, 17:00-18:30 Uhr  
Ringsheim, Werksgelände Simona, Gewerbestr. 1-2,  
Eintritt frei (Anmeldung erforderlich)

## Die Gärtnerei des Europaparks

Die einzigartige Grünflächengestaltung von Deutschlands größtem Freizeitpark ist ein besonderes Highlight und auch eine Herausforderung für das 80-köpfige Gärtnerei-Team der Gärtnerei des Europaparks, besonders im Frühling, wenn über 100 000 Frühjahrsblüher und 30 000 Tulpen um die Wette blühen. Sebastian Elender führt durch die Gärtnerei und vermittelt wertvolle Tipps.

### 103710

Sebastian Elender  
Freitag, 12. April 2024, 15:00-16:00 Uhr  
Rust, Gärtnerei des Europaparks  
Eintritt frei (Anmeldung erforderlich)

## VHS unterwegs

### Fahrt in das mittlere Elsass

Die Fahrt in das mittlere Elsass führt uns zu einigen Besonderheiten, wie die von Peter Thumb gebaute Barockkirche von Ebersmünster oder in Epfig die Kapelle Sainte-Marguerite, ein romanisches Kirchengebäude mit einem Beinhaus. Bei entsprechendem Wetter ist die Mittagspause als Picknick vorgesehen. Anmeldung und Bezahlung erfolgt nur über den Kulturkreis Ringsheim, E-Mail: heinrich@dixa.de. oder Tel. 07822 896761.

### 109704

Heinrich Dixa  
Samstag, 27. April 2024, 8:00-18:00 Uhr  
Bürgerhaus Ringsheim, Denkmalstr. 16  
65,- EUR (inkl. Bus, Führungen)

### Naturfaszination Taubergießen

Theo Maurer, ein profunder Kenner des Gebiets, führt uns in eines der letzte Naturparadiese am Oberrhein. Wir fahren mit dem Boot von Rheinhausen nach Rust und wandern (ca. 1,5 Stunden) zurück durch den Rheinauenwald. Die Teilnehmenden erhalten vor Kursbeginn weitere Informationen von Esther Dixa.

### 109710

Theo Maurer  
Sonntag, 12. Mai 2024, 9:00-13:00 Uhr  
Treffpunkt: über die Rheingasse zum Parkplatz Weiher - Ortsteil Oberhausen.  
18,- EUR

### Magie am Himmel

**Ein Abendspaziergang für die ganze Familie**  
Vollmondnächte sind magische Nächte. Die besondere Atmosphäre des Vollmondes wirkt auf uns Menschen anziehend und übt eine ganz eigene und intensive Faszination aus. Eine kleine Wanderung im Vollmondschein für die ganze Familie. Anmeldung und Bezahlung nur beim Naturzentrum (Tel.: 07822/864536, E-Mail: info@naturzentrum-rheinauen.de)

### 109714

Naturzentrum Rheinauen  
Mittwoch, 24. April 2024, 19:30-21:30 Uhr  
Rust, Naturzentrum Rheinauen, Allmendweg 5  
5,- EUR / 2,50 EUR Kind (Barkasse vor Ort)

### Dem Klima auf der Spur - der Klimawandelgarten im Naturzentrum Rheinauen

Wasser, Wind und Sonne - das sind drei große Themen in unseren Klimawandelgarten. Zusammen mit einem Ranger erkunden wir die Besonderheiten des Klimawandelgartens, hören, probieren und testen selbst aus, wie Wind oder Wasserkraft entstehen. Sie erhalten interessante und wissenswerte Information rund um das Thema Wetter und Klima. Am Ende besteigen wir den Aussichtsturm und genießen den Ausblick über die Vogesen und den Kaiserstuhl. Anmeldung und Bezahlung nur beim Naturzentrum (Tel.: 07822/864536, E-Mail: info@naturzentrum-rheinauen.de)

### 109715

Naturzentrum Rheinauen  
Mittwoch, 15. Mai 2024, 15:30-17:30 Uhr  
Rust, Naturzentrum Rheinauen, Allmendweg 5  
6,- EUR (Barkasse vor Ort)

## Verbraucherfragen

### Fahrrad-Pannenkurs

#### Tipps und Tricks aus der Fahrradwerkstatt

In diesem Kurs lernen wir, wie man Wartungs- und Reparaturarbeiten mit einer Grundausstattung an Werkzeugen selbst durchführt kann. Dabei erhalten wir Tipps zur sachgerechten Pflege, oder welche Routinekontrollen vor einer Fahrt durchzuführen sind. Im Praxisteil zeigt der Fachmann, wie ein Rad ausgebaut, der Schlauch geflickt oder ausgewechselt wird.

### 103702

Dilan Khalaf  
Samstag, 27. April 2024, 14:00-16:00 Uhr  
Ringsheim, Hauptstraße 21, bei Fahrrad Biehler  
12,50 EUR (min. 4/max. 6 Teiln.)

## Entspannung – Bewegung

Bitte zu allen Entspannungs- und Bewegungskursen Yoga- bzw. Gymnastikmatte mitbringen.

### Achtsamkeit-Meditationsübung im Sitzen und Gehen

Im Workshop erhalten Sie eine kleine Einführung und werden in der Achtsamkeitsübung angeleitet.

### 301702

Dieter Schleier  
Jeder der Termine ist in sich abgeschlossen und kann separat besucht werden.  
Donnerstag, 15. Februar 2024, 18:30-19:30 Uhr  
Donnerstag, 29. Februar 2024, 18:30-19:30 Uhr  
Donnerstag, 14. März 2024, 18:30-19:30 Uhr  
Donnerstag, 11. April 2024, 18:30-19:30 Uhr  
Donnerstag, 25. April 2024, 18:30-19:30 Uhr  
Donnerstag, 16. Mai 2024, 18:30-19:30 Uhr  
Donnerstag, 13. Juni 2024, 18:30-19:30 Uhr  
Donnerstag, 27. Juni 2024, 18:30-19:30 Uhr  
Donnerstag, 11. Juli 2024, 18:30-19:30 Uhr  
Ringsheim, Bürgerhaus, Dachgeschoss  
Kostenfrei (Anmeldung nicht erforderlich)

## Yoga

### 301740

Petra Amb  
Freitag, 17:00-18:30 Uhr  
ab Freitag, 1. März 2024, 12 x  
Bürgerhaus Ringsheim, Dachgeschoss  
64,- EUR

### Yoga am Vormittag

Am 09.04. findet der Kurs nicht statt.

### 301741

Annette Herl  
Dienstag, 9:30-11:00 Uhr  
ab Dienstag, 27. Februar 2024, 8 x  
Ringsheim, Bürgerhaus, Dachgeschoss  
58,50 EUR

### Yoga am Abend

Am 08.04. findet der Kurs nicht statt.

### 301742

Annette Herl  
Montag, 18:00-19:30 Uhr  
ab Montag, 26. Februar 2024, 8 x  
Seniorenwohnanlage Rust; Klostergarten,  
Hindenburgstr. 29  
58,50 EUR

## Wirbelsäulengymnastik

### 302701

Isabella Linsin  
Montag, 17:30-18:30 Uhr  
ab Montag, 26. Februar 2024, 10 x  
Ringsheim, Bürgerhaus, großer Saal  
39,50 EUR

## Gymnastik für Senioren

### 302702

Isabella Linsin  
Montag, 10:00-11:00 Uhr  
ab Montag, 26. Februar 2024, 10 x  
Bürgerhaus Ringsheim, großer Saal  
39,50 EUR

## Wirbelsäulengymnastik

### 302703

Isabella Linsin  
Montag, 8:30-9:30 Uhr  
ab Montag, 26. Februar 2024, 10 x  
Bürgerhaus Ringsheim, großer Saal  
39,50 EUR

## Gymnastik für Männer (50plus)

### 302705

Hermann Bucher  
Mittwoch, 19:30-20:30 Uhr  
ab Mittwoch, 28. Februar 2024, 10 x  
Bürgerhaus Ringsheim  
39,50 EUR

## Rückenfit

### 302706

Hildegard Weber  
Donnerstag, 18:45-19:45 Uhr  
ab Donnerstag, 29. Februar 2024, 8 x  
Bürgerhaus Ringsheim, großer Saal  
32,- EUR

## Wirbelsäulengymnastik

### 302709

Tanja Kirschling-Kollefrath  
Montag, 19:00-20:00 Uhr  
ab Montag, 4. März 2024, 10 x  
Rust, Altes Rathaus, Karl-Friedrichstr. 7  
39,50 EUR

## Zumba®

### 302711

Melanie Ediger  
Montag, 18:30-19:30 Uhr  
ab Montag, 26. Februar 2024, 10 x  
Bürgerhaus Ringsheim, großer Saal  
39,50 EUR

## Ernährung

Soweit nichts anders angegeben, bitte zu allen Kochkursen mitbringen: 1-2 Geschirrtücher, Schürze, und Vorratsbehälter. Die Naturalkosten werden bar im Kurs abgerechnet.

## Männer an den Herd - Wild auf Wild

Es werden die Zubereitung von Wildgerichten wie Wildragout oder Wildsteaks erlernt. Dazu werden die passenden Soßen und Beilagen zubereitet.

### 305705

Heinrich Dixa  
Donnerstag, 18. April 2024, 18:00-21:00 Uhr  
Schule Rust  
18,50 EUR (zzgl. ca. 15,- EUR Naturalkosten)

## Fingerfood - Tips & Tricks vom Profikoch

Gelernt wird wie Finger Food, also Häppchen in allen Formen und Farben, ob im Glas, auf dem Löffel, am Spieß oder einfach mit der Hand hergestellt wird.

### 305706

Jan Tischler  
Freitag, 26. April 2024, 18:00-21:00 Uhr  
Schule Rust  
18,50 EUR (zzgl. ca. 20,- bis 25,- EUR Naturalkosten)

## Brot & Brötchen für die Sommerküche

Wir backen nach leichten, umsetzbaren Rezepten Baguettes, leckere Kräuterbrötchen, Tomatenbrot und vieles mehr.

### 305720

Sabine Finkbeiner-Obert  
Donnerstag, 20. Juni 2024, 18:00-21:00 Uhr  
Schule Rust  
18,50 EUR (zzgl. ca. 11,- EUR Naturalkosten)

## Sprache

## Deutsch für Migrantinnen und Migranten

### 404730

Daniela Kindilide  
Montag, 18:30-20:00 Uhr  
ab Montag, 26. Februar 2024, 10 x  
Schule Rust  
83,50 EUR (min. 7/max. 12 Teiln.)

## Französisch zum Auffrischen

### 408701

Yves Lecaillier  
Montag, 18:30-20:00 Uhr  
ab Montag, 26. Februar 2024, 6 x  
Ringsheim, Karl-Person-Schule  
44,- EUR (min. 8/max. 14 Teiln.)

## Spanisch für die Reise

Wir werden mit dem Buch „Vivan las vacaciones“ vom Hueber Verlag arbeiten. Kopierkosten bitte bar vor Ort entrichten.

### 422701

Carla Louis  
Dienstag, 18:30-20:00 Uhr  
ab Dienstag, 5. März 2024, 8 x  
Ringsheim, Karl-Person-Schule  
58,50 EUR (zzgl. 5,- EUR Kopierkosten)  
min. 8/max. 12 Teiln.

## Junge VHS

## Wer hoppelt denn da?

### Werkstatt für Kinder (ab 6 J.)

Wenn die Wiesen wieder grüner werden und die Osterglocken zu blühen beginnen, kann er nicht mehr weit sein: der Osterhase. In der Holzwerkstatt basteln wir tolle Osterhasen, um dem „echten“ einen schönen Empfang zu bereiten. Anmeldung und Bezahlung nur beim Naturzentrum (Tel.: 07822/864536, E-Mail: info@naturzentrum-rheinauen.de)

### 109709

Naturzentrum Rheinauen  
Mittwoch, 13. März 2024, 15:00-17:00 Uhr  
Rust, Naturzentrum Rheinauen, Allmendweg 5  
5,- EUR (zzgl. ca. 5,- EUR Materialkosten)  
Barkasse vor Ort