



vhs.daheim

Online Lernen mit der  
Volkshochschule

Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer,

auch für die kommende Woche haben wir ein vielseitiges Programm für Sie zusammengestellt: Am Gründonnerstag können Kinder mit Ihren Familien für einen Osterbrunch backen und kochen, der in diesem Jahr notgedrungen im kleinen Kreis stattfinden wird. Was es bedeutet, an einem wichtigen religiösen Feiertag nicht in der gewohnten Form für die Gemeinde dazu sein und wie Seelsorge digital funktioniert, darüber sprechen wir am Karfreitag Abend mit einer Vikarin und einem Diakon.

Marina Weisband erläutert und diskutiert Ihre These, dass digitale Bildung kein Notnagel und Ersatz für Präsenzlernen ist, sondern eine Möglichkeit für individuelleres und gerechtes Lernen. Ein Weg, den Deutschland jetzt in kürzester Zeit vollzieht – und auch Ihre Volkshochschule beschäftigt: denn wir sind weiter für Sie da!

Ihre Volkshochschule



# vhs.daheim

## Online lernen mit den bayerischen Volkshochschulen

### vhs.daheim am Vormittag

Montag, 06.04.	10.00	Burg Rothenfels	<b>Zukunftsperspektive der Landwirtschaft</b>
Dienstag, 07.04.	10.00	vhs Straubing gGmbH	<b>Fitnessgymnastik</b>
Mittwoch, 08.04.	10.00	vhs Mainburg e.V.	<b>Ashtanga Yoga</b>
Donnerstag, 09.04.	10.00	vhs Straubing gGmbH	<b>Osterbrunch für Kinder</b>
Samstag, 11.04.	10.00	vhs Straubing gGmbH	<b>Bayerisch für Zuagroaste (Teil 3 von 3)</b>

### vhs.daheim am Abend

Montag, 06.04.	19:30	vhs Holzkirchen-Otterfing e.V.	<b>Corona Fake News</b>
Dienstag, 07.04.	19:30	vhs Neustadt a.d.Donau	<b>Radioreise</b>
Mittwoch, 08.04.	19:30	vhs Fürth gGmbH	<b>Russland nach der Verfassungsreform – alle Macht für Putin?</b>
Donnerstag, 09.04.	19:30	vhs SüdOst gGmbH	<b>(Digitale) Bildung in der Krise – Schaffen wir jetzt den Sprung in die Zukunft?</b>
Freitag, 10.04.	19:30	Burg Rothenfels	<b>Gespräch unter Theologen: Wie feiern wir Ostern mit Kontaktsperre und Ausgangsverbot?</b>

**Alle Veranstaltungen auf dem Youtube Kanal vhsdaheim:  
<https://vhs.link/vhsdaheim>**



**Dr. Knut Ehlers**

## **Zukunftsperspektive der Landwirtschaft**

**Montag, 06. April 10.00 Uhr**

Immer mehr, immer billiger – das war das Leitprinzip der Landwirtschaftsentwicklung der letzten hundert Jahre. Doch was früher sinnvoll und nötig war, wird heute zum Problem. Die Verschmutzung der Gewässer, der Verlust der Artenvielfalt und Treibhausgasemissionen – an allem ist die Landwirtschaft intensiv beteiligt. Durch massive Umweltschäden und zweifelhafte Tierhaltungsbedingungen verliert die Landwirtschaft an gesellschaftlicher Akzeptanz. Ein Umsteuern ist dringend nötig und gleichzeitig hochkomplex. Denn die Landwirtschaft ist eingekellt zwischen wachsenden Anforderungen auf der einen und niedrigen Produktpreisen auf der anderen Seite. Aus dieser Zwickmühle wird sie sich alleine kaum befreien können, denn auch die Landwirtschaftspolitik und unser Konsumverhalten haben sie dorthin gebracht. Wie konnte es so weit kommen? Wo stehen wir heute? Welche Lösungsmöglichkeiten gibt es? ... Und was hat das alles mit Leipziger Lerchen zu tun?

Diese Fragen beantwortet Dr. Knut Ehlers für Sie.



Dr. Knut Ehlers ist Agrarwissenschaftler und leitet das Fachgebiet „Landwirtschaft“ am Umweltbundesamt. Das Ziel seiner Arbeit ist es die Landwirtschaft umweltgerecht und zukunftsfähig zu gestalten.

**Veranstalter: Burg Rothenfels**

Mit Klick auf diesen Link kommen Sie hin:

<https://vhs.link/vhsdaheim>



vhs.daheim am Vormittag

**Gaby Amberger**

## **Fitnessgymnastik**

**Dienstag, 07. April 10.00 Uhr**

Fitnessgymnastik – ein ganzheitliches Körpertraining – ist grundsätzlich geeignet für ALLE, weil verschiedene Levels vorgestellt werden und jede\*r nach seinen Möglichkeiten mitmachen kann. (Allerdings NICHT geeignet für frisch Operierte bzw. Personen mit akutem Bandscheibenvorfall o.ä!)

Wir werden dabei nicht nur Bauch, Beine, Po und Rücken trainieren, auch die Faszien kommen nicht zu kurz. Was wir brauchen: nur das eigene Körpergewicht und evtl. eine Matte oder großes Handtuch als Unterlage.



Gaby Amberger ist Präventions-Übungsleiterin und Dipl.-Aerobicinstructor, langjährige Kursleiterin an der vhs Straubing im Bereich Gesundheit.

**Veranstalter:**  
**Volkshochschule Straubing gGmbH**

Mit Klick auf diesen Link kommen Sie hin:  
<https://vhs.link/vhsdaheim>





vhs.daheim am Vormittag

**Simin Afschar-Kaboli**

## **Ashtanga Yoga am Morgen**

**Mittwoch, 08. April 10.00 Uhr**

Die Methode des Ashtanga Yoga unterscheidet sich von vielen Yogaformen durch Vinyasa. Das bedeutet: Synchronisierung von Atmung und Bewegung in der Yoga-praxis. Das Vinyasa-System verbindet die Körperstellungen (Asanas) zu einer fließenden Sequenz, in der jede Position 5 Atemzüge gehalten wird. In diesem Angebot gehen Tradition und Innovation Hand in Hand. Die traditionellen Übungsserien wurden nach moderner Bewegungsphysiologie von Dr. Ronald Steiner modifiziert.

Sie sind für jeden praktizierbar und können das Wohlbefinden steigern. Am Ende des Kurses gibt es eine Tiefenentspannung.



**Veranstalter:  
Volkshochschule Mainburg e.V.**

Mit Klick auf diesen Link kommen Sie hin:  
<https://vhs.link/vhsdaheim>



## Osterbrunch für Kinder

**Donnerstag, 09. April 10.00 Uhr**

Ostern steht vor der Tür – verzaubert eure Familie mit einfachen, frühlingshaften Gerichten – aber bitte immer unter Einbeziehung eines „Großen“, damit am Herd und beim Schnippeln nix passiert. Es gibt Häschen aus Quark-Öl-Teig, einen Gemüse-Auflauf mit Nudeln und dazu Geschnetzeltes mit Spätzle.

Zutaten bitte vorher besorgen.

### **Zutatenliste:**

400 g Putenfleisch  
(in Streifen geschnitten)  
500 g Nudeln nach Wahl  
400 g geriebenen Käse  
150 g Quark  
200 ml Sahne  
1x Fertig-Spätzle (Kühlregal)  
2 Eier  
300 g Champignons  
2 Zwiebeln  
2-3 Karotten  
Brokkoli  
Blumenkohl

rote Paprika  
Mehl  
Öl  
Milch  
Backpulver

Zucker, Salz, Pfeffer, Oregano,  
Majoran, Thymian, Paprikapulver

**Veranstalter:**  
**Volkshochschule Straubing gGmbH**

Mit Klick auf diesen Link kommen Sie hin:  
<https://vhs.link/vhsdaheim>



vhs.daheim am Vormittag

## Thomas Mayer

(alias Vogelmayr, Mundart-Künstler  
und Kabarettist)



# Bayerische für Zuagroaste, Teil 3

**Samstag, 11. April 10.00 Uhr**

Dialekt und Bayern – das gehört einfach zusammen! Der Kabarettist und Autor Thomas Mayer – besser bekannt als Vogelmayr – lädt herzlich zu diesem Bayerisch-Kurs der „besonderen Art“ ein.

Der Mundart-Künstler wird unterhaltsam und humoristisch tiefe Einblicke in den Dialekt, die Sprache und die Traditionen des Völkchens der Bayern gewähren. Es werden interessante und wissenswerte Fakten rund um den Freistaat vermittelt und auch die bayerische Geschichte wird den Zuhörern nähergebracht. Also los geht's oder auf gut bayerisch: pack mas o!

Beim letzten Teil wollen wir einen Versuch wagen: jede\*r besorgt sich Weißwürste und Weißbier für den Karsamstag (im Präsenz-Kurs gibt es das nämlich auch!). In ZOOM kann dann jede\*r der mag, die WebCam kurz freischalten und wir prostern uns zum Abschluss alle zu und gratulieren uns gegenseitig zum erfolgreichen Experiment.

**Veranstalter:  
Volkshochschule Straubing gGmbH**

Mit Klick auf diesen Link kommen Sie hin:  
<https://vhs.link/vhsdaheim>



vhs.daheim am Abend

Dr. Christoph Rohde

## Corona Fakenews

**Montag, 06. April 19.30 Uhr**

Die Corona-Krise stellt für unsere Gesellschaft eine riesige Herausforderung dar. Denn wie groß ist die Gefahr wirklich? Und ist das Virus gar nicht natürlich entstanden, sondern gezielt kreiert und verbreitet worden? In diesem Webinar wird gezeigt, dass in unsicheren Zeiten und bei komplexen, dynamischen Sachverhalten einfache Antworten und Lösungen gefordert werden. Daraus entsteht ein großer Markt an Spekulationen, Fake-News und Betrugsversuchen.



Foto: privat

Wie wir uns davor schützen und – nicht nur hinsichtlich Corona – eine rationale Urteilskraft bewahren können, darüber diskutieren wir an diesem Abend.



**Veranstalter:  
Volkshochschule Holzkirchen-Otterfing e.V.**

Mit Klick auf diesen Link kommen Sie hin:  
<https://vhs.link/vhsdaheim>



vhs.daheim am Abend

**Alexander Tauscher**

## **Die Radioreise – Interview mit dem Reisedakteur Alexander Tauscher**

**Dienstag, 07. April 19.30 Uhr**

Die vhs Neustadt a.d.Donau im Gespräch mit Alexander Tauscher. Der Reisedakteur hat bereits über 300 Reisereportagen für Radiosender in ganz Deutschland, Österreich und der Schweiz produziert und war im Jahr 2014 mit seiner Sendung „Radioreise“ für den Deutschen Radiopreis nominiert. In seiner Sendung stellt er ferne und nahe Ziele vor, erzählt Geschichten von und über Menschen, die er auf seinem Weg trifft, und sucht nach Besonderheiten rund um den Globus. Alle Folgen stellt er auf seiner Website radioreise.de kostenlos zur Verfügung. Im Interview erzählt er über seine Arbeit als Reisedakteur, nimmt uns mit in seine Lieblingsstadt Moskau und spricht auch über das Reisen in Krisenzeiten und -gebiete.



Foto: Monia Magalotti

Alexander Tauscher ist Pressesprecher der Handwerkskammer für München und Oberbayern und arbeitet zudem seit rund 20 Jahren als Sprecher und Redakteur für diverse Radiostationen im deutschsprachigen Raum. Reisen ist sein Hobby, die Leidenschaft dazu spürt man in der Radioreise.

**Veranstalter:  
Volkshochschule Neustadt a.d. Donau**

Mit Klick auf diesen Link kommen Sie hin:  
<https://vhs.link/vhsdaheim>



vhs.daheim am Abend



**Simon Moritz**

## **Russland nach der Verfassungsreform – alle Macht für Putin?**

**Mittwoch, 08. April 19.30 Uhr**

Am 14. März hat das russische Parlament den Gesetzesentwurf für die größte Verfassungsreform in der Geschichte des Landes auf den Weg gebracht. Dieser soll am 22. April zwar noch im Rahmen eines Referendums von der Bevölkerung bestätigt werden, Beobachter sehen darin aber nur eine Formalie. Die umfassenden Verfassungsänderungen werden kontrovers diskutiert: Kritiker werfen Präsident Putin vor, sich eine Machtposition auf Lebenszeit und gleichzeitig eine faktisch uneingeschränkte Machtposition sichern zu wollen. Wie ist diese Kritik einzuschätzen?



Unser Referent, Diplom-Politologe Simon Moritz aus Kulmbach, wird die russische Verfassungsreform im Detail beleuchten und in den Kontext der allgemeinen Entwicklung des Landes einordnen.

**Veranstalter:  
Volkshochschule Fürth gGmbH**

Mit Klick auf diesen Link kommen Sie hin:  
<https://vhs.link/vhsdaheim>



vhs.daheim am Abend



**Marina Weisband**

## **(Digitale) Bildung in der Krise – Schaffen wir jetzt den Sprung in die Zukunft?**

**Donnerstag, 09. April 19.30 Uhr**

Alles, was Bildungseinrichtungen jetzt tun, hätte schon lange begonnen werden müssen. Die Digitalisierung, der Ausbau individuellerer, flexiblerer Lernwege, sind kein Notnagel und Ersatz für Präsenzveranstaltungen. Sie sind Teil eines Weges, den das gesamte Bildungssystem so oder so gehen muss. Wie gehen wir also damit um, wenn jahrelange Entwicklungen plötzlich in Wochen vollzogen werden müssen? Wie stellen wir gutes, gerechtes und effektives Lernen sicher? Und was bleibt nach der Krise? Marina Weisband erzählt aus Theorie und konkreter Praxis in digitalen Bildungsprojekten und gibt Orientierung zur demokratischen, gesellschaftlichen und technischen Entwicklung des Lernens.

Marina Weisband wurde 1987 in der Ukraine geboren und kam 1994 als Kontingentflüchtling nach Deutschland. Von 2011 bis 2012 war sie politische Geschäftsführerin der Piratenpartei. Die Schwerpunkte der Autorin und Diplompsychologin sind Partizipation und Bildung. In ihrem Buch „Wir nennen es Politik“ schildert sie Möglichkeiten neuer politischer Partizipation durch das Internet. Seit 2014 leitet sie bei politik-digital.de das aula-Projekt zur Demokratisierung von Schulen.

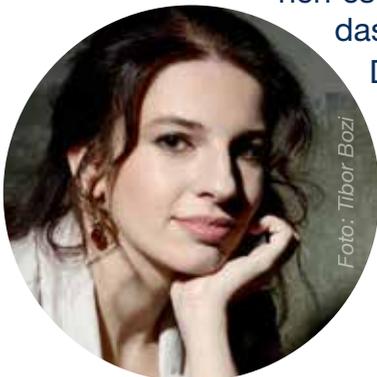


Foto: Tibor Bozi

**Veranstalter:  
Volkshochschule SüdOst im Landkreis München GmbH,  
gemeinnützige Gesellschaft**

Mit Klick auf diesen Link kommen Sie hin:  
<https://vhs.link/vhsdaheim>



vhs.daheim am Abend



## Wie feiern wir Ostern mit Kontaktverbot und Ausgangssperre?

Im Gespräch mit der angehenden Vikarin Anna Grundhöfer und Diakon Moritz Hemsteg

**Freitag, 10. April 19.30 Uhr**

Wir können es uns nicht ausmalen: Ostern ohne Gottesdienst, ohne Fest in der Familie. Singles und ältere Menschen werden allein in ihren Wohnungen sitzen, ein Zusammenkommen mit den Liebsten ist untersagt. Das trifft auch die Seelsorger\*innen: Wie soll man seinem Auftrag, seiner Berufung gerecht werden, wenn man die Menschen, für die man da sein will, nicht an einem Ort versammeln darf? Anna Grundhöfer und Moritz Hemsteg berichten von ihren Erfahrungen aus den Gemeinden und wie sie mit der Situation umgehen. Sie erzählen, wie sie Ostern feiern wollen und was ihnen in diesen Tagen besonders wichtig ist.

Anna Grundhöfer ist evangelische Theologin und ab September 2020 Vikarin in der Heilandsgemeinde Walluf in Hessen. Sie ist Kirchenrätin und sehr engagiert in ihrer Gemeinde. Am liebsten ist sie in geselliger Runde und bringt gern Leute um sich zusammen.

Moritz Hemsteg ist katholischer Theologe und Priesterkandidat des Bistums Limburg. Zurzeit ist er als Diakon in der Pfarrei Idstein tätig. Er spielt gern Klavier und viel zu alte Computerspiele.

**Veranstalter: Burg Rothenfels**

Mit Klick auf diesen Link kommen Sie hin:  
<https://vhs.link/vhsdaheim>