



Ansprechpartnerin:
Gabriele Grote
Tel.: +49 5931 9373 - 47
E-Mail: gabriele.grote@vhs-meppen.de



Maren Schmitz
Tel.: +49 5931 9373 - 34
E-Mail: maren.schmitz@vhs-meppen.de

Anmeldung:

Tel.: +49 5931 9373-0
E-Mail: info@vhs-meppen.de



Hier scannen
und direkt
zu den Kursen
gelangen!



**Volkshochschule
Meppen**

Freiherr-vom-Stein-Str. 1
49716 Meppen
05931 9373-0
www.vhs-meppen.de

Auf Social Media folgen:



ONLINEKURSE - FORTSETZUNG

**Richtig abgeben - Schritt für Schritt
Einkommensteuererklärung verständlich**

gemacht 14-005

In diesem Kurs erwerben Sie grundlegendes und praxisnahes Wissen, um Ihre Einkommensteuererklärung selbstständig anzufertigen und Ihren Steuerbescheid besser zu verstehen. Behandelt werden die wichtigsten Einkunftsarten, Sonderausgaben, außergewöhnliche Belastungen, Kinderfreibeträge, Vermietung und Verpachtung, Nebeneinkünfte, Photovoltaikanlagen, Rentenbezüge sowie die elektronische Übermittlung per ELSTER. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Dozent ist Volker Riechert, Diplom-Kaufmann, Bilanzbuchhalter und Steuerfachwirt.

Dozent: Volker Riechert

09.01. Sa 10:15 - 16:00 Uhr 59 €

Online Reihe – „Geteilte Geschichte, gemeinsame Zukunft. Deutsche Einheit im Gespräch“

Die Online-Reihe wird vom Deutschen Volkshochschul-Verband (DVV) und dem Bundesarbeitskreis Politische Grundbildung (BAK PGU) in Kooperation mit der Bundesstiftung zur Aufarbeitung der SED-Diktatur durchgeführt. Die Reihe fragt nach den unterschiedlichen Erfahrungen und Perspektiven auf die deutsche Teilung und Wiedervereinigung. Dabei stehen auch die Folgen für Gegenwart und Zukunft im Fokus. In drei kompakten Online-Veranstaltungen bringen Expertinnen und Experten, Zeitzeuginnen und Zeitzeugen sowie Moderierende aus Zivilgesellschaft und Bildung unterschiedliche Blickwinkel zusammen: historische Einordnungen, persönliche Erinnerungen und aktuelle Debatten zur gesellschaftlichen und politischen Entwicklung seit 1990. Angesprochen sind alle interessierten Bürgerinnen und Bürger. Ziel der Reihe ist es, Wissen zu vermitteln, Verständigung zwischen Ost und West zu fördern und Gesprächsangebote zu schaffen, die zur konstruktiven Auseinandersetzung über gemeinsame Herausforderungen der Gegenwart anregen.

Stasi, Neonazi, Neuanfang

Totaler Umbruch 11-025

16.09. Mi 18:00 - 19:30 Uhr kostenfrei

An wen erinnern wir?

Eure Einheit, unsere Einheit 11-026

08.10. Do 18:00 - 19:30 Uhr kostenfrei

Jungsein in Demokratie & Diktatur

10.11. Di 18:00 - 19:30 Uhr kostenfrei

Unser komplettes Programm finden Sie auf www.vhs-meppen.de

KI-Werkstatt – Neue Kursreihe mit Arno Schimmelpfennig (Kurs Nr. 11-033 bis 11-038)

Künstliche Intelligenz ist längst im Alltag angekommen – aber wie nutzt man sie sinnvoll, sicher und selbstbestimmt? Die neue KI-Werkstatt-Reihe im Onlineformat zeigt es ganz praktisch: ohne Vorwissen, mit konkreten Anwendungen zum Mitnehmen. Alle 6 Kurse sind einzeln buchbar. Im Sinne des DVV-Jahresthemas „Gemeinsam das Morgen gestalten“ macht diese Reihe digitale Teilhabe erlebbar.

KI für alle

KI-Werkstatt ALLTAG 11-033

21.09. Mo 17:30 - 20:00 Uhr 27 €

Deepfakes und Phishing kein Rätsel mehr

KI-Werkstatt SICHERHEIT 11-034

05.10. Mo 17:30 - 20:00 Uhr 27 €

mehr schaffen, weniger Aufwand

KI-Werkstatt EHRENAMT 11-035

19.10. Mo 17:30 - 20:00 Uhr 27 €

Arztbrief und Beipackzettel

KI-Werkstatt GESUNDHEIT 11-036

16.11. Mo 17:30 - 20:00 Uhr 27 €

Grußkarten, Fotobücher und Texte

KI-Werkstatt KREATIV 11-037

30.11. Mo 17:30 - 20:00 Uhr 27 €

AI Act, Datenschutz, Urheberrecht

KI-Werkstatt SOUVERÄN 11-038

18.01. Mo 17:30 - 20:00 Uhr 27 €

Speziell für den Berufsalltag bietet Arno Schimmelpfennig drei Online- Seminare an.

KI im Berufsalltag

Sicher einsteigen, klug nutzen 11-030

Der strukturierte Einstieg für alle Berufstätigen: Was kann KI, was nicht? Wie formuliere ich sinnvolle Anweisungen? Was gilt beim Datenschutz? Praxisnah, verständlich und ohne Fachbegriffe – kein Vorwissen nötig.

09.11. Mo 17:30 - 20:00 Uhr 45 €

Anmeldung unter Telefon 05931 9373-0 | E-Mail: info@vhs-meppen.de

KI in meinem Berufsfeld

Was wirklich Zeit spart

11-031

Für alle, die erste KI-Erfahrungen gemacht haben und diese gezielt im eigenen Arbeitsalltag einsetzen wollen. Gemeinsam werden typische Aufgaben analysiert, passende Werkzeuge gefunden und konkrete Lösungen für wiederkehrende Tätigkeiten erarbeitet – branchenübergreifend und direkt anwendbar.

07.12. Mo 17:30 - 20:00 Uhr 45 €

KI in Lehre und Bildung

Verantwortungsvoll einsetzen

11-032

Für Lehrende, Dozierende und pädagogische Fachkräfte: Wie lässt sich KI in Vorbereitung, Materialerstellung und Lernbegleitung sinnvoll und ethisch vertretbar einsetzen?

14.12. Mo 17:30 - 20:00 Uhr 45 €

VHS.WISSEN.LIVE



Wissenschaft im eigenen Wohnzimmer

vhs.wissen live ist das digital Wissenschaftsprogramm der VHS Meppen und wird in Kooperation mit der Volkshochschule Süd-Ost im Landkreis München und der Volkshochschule im Landkreis Erding angeboten.

vhs.wissen live bietet Ihnen spannende Vorträge mit **hochkarätigen Persönlichkeiten** aus Wissenschaft, Gesellschaft und Wirtschaft. Im Anschluss können sie live mit den Referenten diskutieren.

So funktioniert vhs.wissen live: Melden Sie sich über „anmelden“ zu einem Vortrag an. Den Zugang zu den Veranstaltungslinks, mit dem Sie unser Angebot live verfolgen können, erhalten Sie 2-3 Tage vor dem Vortrag. Die Teilnahme ist kostenlos. Sie können die Vorträge in Echtzeit mitverfolgen und haben gleichzeitig die Möglichkeit, an Fragerunden und Diskussionen per Onlinechat teilzunehmen.

Frankreich vor den Präsidentschaftswahlen 11-001

17.09. Do 19:30 - 21:00 Uhr kostenfrei

Kunst im Ohr – Ein Livestream für alle Sinne 3 11-002

23.09. Mi 19:30 - 21:00 Uhr kostenfrei

Unser komplettes Programm finden Sie auf www.vhs-meppen.de

STONEHENGE. Uralte Geheimnisse, neue Entdeckungen.

11-003

30.09. Mi 19:30 - 21:00 Uhr kostenfrei

Der Wolf und die Deutschen: Konflikt oder Koexistenz?

11-004

05.10. Mo 19:30 - 21:00 Uhr kostenfrei

Vertrauen in Wissenschaft

11-005

06.10. Di 19:30 - 21:00 Uhr kostenfrei

Ein Gespräch zwischen Michael Krüger und Jakob Hessing

11-006

12.10. Mo 19:30 - 21:00 Uhr kostenfrei

Kohlendioxid als Rohstoff: Wie schließen wir den Kreislauf?

11-007

13.10. Di 19:30 - 21:00 Uhr kostenfrei

Als Juden vor verschlossenen Grenzen standen. 1933–1945

11-008

18.10. So 19:30 - 21:00 Uhr kostenfrei

Ruinenstädte in der Antike von Troja bis Pompeji

11-009

25.10. So 19:30 - 21:00 Uhr kostenfrei

Lernen mit und lernen trotz KI

11-010

28.10. Mi 19:30 - 21:00 Uhr kostenfrei

Veränderungsstress. Warum tun sich Gesellschaften mit Veränderungen so schwer?

11-011

02.11. Mo 19:30 - 21:00 Uhr kostenfrei

Gemeinsames und Kurioses unter den Sprachen Europas

11-012

04.11. Mi 19:30 - 21:00 Uhr kostenfrei

Trump und die MAGA-Bewegung

11-013

08.11. So 19:30 - 21:00 Uhr kostenfrei

Franz Kafka und Prag

11-014

19.11. Do 19:30 - 21:00 Uhr kostenfrei



Das komplette Angebot der kostenlosen vhs.wissen live Kurse sowie alle Onlinekurse finden Sie hier

Anmeldung unter Telefon 05931 9373-0 | E-Mail: info@vhs-meppen.de



**Programm
Gesellschaftliches Leben
Semester 2026-II**



TREFFPUNKT



Gemeinsam aktiv - neue Kontakte, neue Erlebnisse

Stammtisch für unternehmungslustige Witwen und Witwer sowie Alleinlebende

Lieber gemeinsam als einsam! Unser Stammtisch lädt Sie ein, neue Kontakte zu knüpfen. Beim ersten Termin legen wir gemeinsam fest, welche Freizeitaktionen unternommen werden – ob Kochen, Spieleabend, Wanderung oder Radtour. Unsere Kursleitende hat viel Erfahrung in der Gruppenbildung und Vernetzung von Menschen. **Wir freuen uns auf Sie! Das Leben ist zu schön, um es allein zu verbringen.**

Dozentin: Rita Rottau		16-003
13.08.	Do 18:00 - 20:15 Uhr	
10.09.	Do 18:00 - 20:15 Uhr	
08.10.	Do 18:00 - 20:15 Uhr	
12.11.	Do 18:00 - 20:15 Uhr	
10.12.	Do 18:00 - 20:15 Uhr	
14.01.	Do 18:00 - 20:15 Uhr	79 €

VHS Meppen, Freiherr-vom-Stein-Str. 1, Raum 1-29

Dozentin: Carmen Schwägerl		16-002
03.09.	Do 18:00 - 20:15 Uhr	
01.10.	Do 18:00 - 20:15 Uhr	
05.11.	Do 18:00 - 20:15 Uhr	
03.12.	Do 18:00 - 20:15 Uhr	
07.01.	Do 18:00 - 20:15 Uhr	
04.02.	Do 18:00 - 20:15 Uhr	79 €

VHS Meppen, Freiherr-vom-Stein-Str. 1, Raum 1-29

Weitere Kosten können je nach inhaltlicher Absprache (Eintrittsgelder, Verpflegung o. ä.) anfallen.

Wissen, Kultur, Austausch

Männer am Vormittag

11-052

Mit dem Übergang in den Ruhestand oder dem Älterwerden eröffnen sich neue Freiräume. Jetzt ist die Zeit, die eigenen Interessen und Bedürfnisse in den Mittelpunkt zu stellen. Dieser Kurs richtet sich an Männer, deren Ruhestand bevorsteht bzw. bereits begonnen hat. Wir werden uns Wissen zu Themen der aktuellen Zeit sowie historischen Themen erarbeiten. Sie können in diesem Kurs Ihre aktuellen Interessen und Schwerpunkte konkret einbringen. Die Vermittlung von Grundwissen erstreckt sich über kulturelle, historische, politische, kunsthistorische bis hin zu theologischen Themen. Zum Ende des Semesters werden wir die Themen des folgenden Semesters festlegen. Fahrten zu Veranstaltungen oder aktuellen Ausstellungen bilden weitere Schwerpunkte. Sie erhalten pro Termin ein themenbezogenes Skript. Diese Kosten sind in den Kursgebühren enthalten.

Dozentin: Margarete Heuking-Seeger

21.09. - 07.12.	10x	Mo 10:00 - 13:00 Uhr	119 €
-----------------	-----	----------------------	-------

Kossehof, Vogelpohlstr. 3, Seminarhaus

GESCHICHTE UND ZEITGESCHEHEN

Der Spaziergang durch die Epochen der Kunstgeschichte

11-053

Künstlerinnen neu entdecken: Bei diesem Spaziergang durch die Kunstgeschichte begegnen wir bedeutenden Künstlerinnen wie Artemisia Gentileschi, Frida Kahlo und Yayoi Kusama und erfahren, warum sie lange übersehen wurden. Am ersten Abend beschäftigen wir uns mit den Anfängen bis zur Frühen Neuzeit, am zweiten Abend mit Künstlerinnen vom 19. Jahrhundert bis in die Gegenwart. Ein Kurs, der den Blick auf Kunstgeschichte neu schärft und zum Nachdenken anregt.

Dozentin: Astrid Uthmann-Rothkötter

02.11. / 01.02.	2x	Mo 18:00 - 19:30 Uhr	15 €
-----------------	----	----------------------	------

VHS Meppen, Freiherr-vom-Stein-Str. 1, Raum 2-01

RUND UM DAS EHRENAMT

Qualifizierung zur Integrationslotsin/zum Integrationslotsen (Ehrenamt)

In Kooperation mit der Freiwilligenakademie Niedersachsen (FAN) sowie der Koordinierungsstelle für Migration und Teilhabe des Landkreises Emsland. Als Integrationslots*in begleiten Sie im Ehrenamt zugewanderte Menschen im Alltag und auf ihrem Weg in ein selbstständiges Leben in Deutschland. Die Qualifizierung umfasst 32 Unterrichtsstunden plus eine Verselbständigungsphase und

gliedert sich in drei Säulen: Identität und Rolle, Hintergrundwissen und Reflexion sowie Grundbedürfnisse. Der Lehrgang schließt mit einem Zertifikat ab. Die Teilnahme ist kostenfrei (gefördert durch das Land Niedersachsen), die Fahrtkosten erstattet der Landkreis Emsland.

Beratung:

Maren Schmitz, Tel.: 05931 9373-34

Gabriele Grote, Tel.: 05931 9373-47



Informationsveranstaltung

Qualifizierung zur Integrationslotsin/zum Integrationslotsen

11-151

Passend zum Lehrgang bieten wir eine **kostenfreie Informationsveranstaltung** an.

24.09.	Do 17:00 - 18:30 Uhr	kostenfrei
--------	----------------------	------------

VHS Meppen, Freiherr-vom-Stein-Str. 1, Raum 2-01

Eine Anmeldung ist erforderlich.

Weiterbildung



Qualifizierung zur Integrationslotsin/zum Integrationslotsen

11-150

Dozenten: Samantha Heike Harms; Klaus Schmelz

30./31.10.	Fr 17:00 - 20:00 Uhr, Sa 10:00 - 15:30 Uhr
06./07.11.	Fr 17:00 - 20:00 Uhr, Sa 10:00 - 15:00 Uhr
13./14.11.	Fr 17:00 - 20:00 Uhr, Sa 10:00 - 15:30 Uhr
21.11.	Sa 10:00 - 13:00 Uhr
kostenfrei	

VHS Meppen, Freiherr-vom-Stein-Str. 1, Raum 2-01

Eine Anmeldung ist erforderlich.

RECHT UND FINANZEN

Gründe und Möglichkeiten

Die lebzeitige Übertragung von Immobilien 14-003

Immobilien sind oft der Kern familiären Vermögens. Doch wann und wie überträgt man sie am besten zu Lebzeiten? Steuerliche, erbrechtliche oder sozialrechtliche Gründe können dabei eine Rolle spielen. Dieser Vortrag beleuchtet die wichtigsten Möglichkeiten der lebzeitigen Immobilienübertragung und erklärt, worauf bei der vertraglichen Gestaltung zu achten ist — einschließlich Schutzklauseln für unerwartete Entwicklungen. Der Referent ist Rechtsanwalt, Notar und Fachanwalt.

Dozent: Friedrich Sanders

09.09.	Mi 18:00 - 20:15 Uhr	14 €
--------	----------------------	------

VHS Meppen, Freiherr-vom-Stein-Str. 1, Raum 1-29

Wie verfasse ich ein Testament?

Erben und Vererben

14-302

Wir erarbeiten uns Wissen zu den Fragen:

- Wer erbt, wenn kein Testament vorhanden ist?
- Wie kann durch Testament oder Erbvertrag eine Regelung erfolgen und Streit vermieden werden?
- Was versteht man unter Pflichtteil?
- Was geschieht, wenn mehrere erben?

Die Veranstaltung wendet sich an alle, die sich Grundlagenwissen erarbeiten möchten, sich mit der Regelung ihrer eigenen Erbfolge beschäftigen wollen sowie an Erben, die sich über die aktuellen Rechtsgrundlagen informieren möchten.

Dozent: Dr. Bernhard Schlichter

09.11.	Mo 18:00 - 20:15 Uhr	14 €
--------	----------------------	------

VHS-Gebäude Haselünne, Am Wasserturm 5, OG Raum 4

Wer klug ist, sorgt vor!



Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung 14-002

- In Kooperation mit dem SkF und SKM Meppen - Was passiert, wenn Sie Ihre Angelegenheiten aufgrund von Unfall, Alter oder Krankheit nicht mehr selbst regeln können; wenn Sie nicht mehr in vollem Umfang entscheidungs- und handlungsfähig sind? Damit Sie sicher sein können, dass Ihre Dinge so geregelt werden, wie Sie es wünschen, ist es sinnvoll schon in gesunden Tagen Vorsorge zu treffen. Wir erarbeiten uns Wissen zur Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung. Außerdem erfahren Sie wie Sie frühzeitig festlegen können, wer in Ihrem Namen und in Ihrem Sinne entscheiden soll.

Dozent: Hans Cosse

10.11.	Di 18:00 - 20:15 Uhr	14 €
--------	----------------------	------

VHS Meppen, Freiherr-vom-Stein-Str. 1, Raum 2-01

MOBILITÄT & VERKEHRSSICHERHEIT



Sicher mobil - ein Leben lang

Verkehrssicherheits - Seminar

16-001

Ob im Auto, auf dem Rad oder zu Fuß — in diesem Seminar frischen Sie Ihre Verkehrskompetenz auf und gewinnen mehr Sicherheit im Straßenverkehr.

An vier Vormittagen beschäftigen wir uns mit typischen Gefahrensituationen, praktischem Verhalten im Alltag sowie dem sicheren Umgang mit Auto, E-Bike, Pedelec und als Fußgänger. Dabei stehen die Interessen und Bedürfnisse der Teilnehmenden im Mittelpunkt.

Seminarleiter ist Fahrlehrer Bernhard Kemper, Ausbilder der Verkehrswacht Emsland und erfahrener Fortbilder im Bereich Verkehrssicherheit. Sein wichtigster Tipp für alle älteren Verkehrsteilnehmer lautet: „Niemand will Ihnen die Mobilität nehmen, aber es ist wichtig, sich der eigenen Stärken und Schwächen bewusst zu sein und offen für Weiterbildungen zu bleiben. So bleiben Sie sicher und selbstbewusst unterwegs.“

Das Seminar „Sicher mobil“ ist ein bundesweites Angebot des Deutschen Verkehrssicherheitsrates mit Unterstützung der Deutschen Verkehrswacht; die Organisation vor Ort übernimmt die Volkshochschule Meppen.

Dozent: Bernhard Kemper

17./18.11.	Di 09:00 - 11:00 Uhr, Mi 09:00 - 11:00 Uhr
24./25.11.	Di 09:00 - 11:00 Uhr, Mi 09:00 - 11:00 Uhr
kostenfrei	

Kossehof, Vogelpohlstr. 3, Seminarhaus I

Eine Anmeldung ist erforderlich.

ONLINEKURSE

Superhirn

Namen und Gesichter merken

11-040

Viele Menschen können sich zwar sehr gut an Gesichter erinnern, aber der dazugehörige Name ist in den meisten Fällen nicht mehr präsent. Damit Ihnen in Zukunft auch der dazugehörige Name einfällt, gibt es einfache und wirksame Methoden sich Gesichter und Namen einzuprägen. Mit dieser Methode schaffte es auch der Gedächtnissportler Boris Konrad ins Guinness-Buch der Rekorde: 201 Gesichter und die dazugehörigen Namen in nur 15 Minuten. Helmut Lange zeigt Ihnen anhand von Beispielen wie Sie auch von dieser Methode profitieren können.

Dozent: Helmut Lange

01.10.	Do 19:00 - 21:30 Uhr	26 €
--------	----------------------	------

Einkommensteuererklärung speziell für Ruheständler

14-006

In diesem Kurs lernen Sie die wichtigsten Besonderheiten der Einkommensteuererklärung im Ruhestand kennen.

Themen sind unter anderem Abgabepflicht, Renten und Pensionen in den Steuerformularen, Altersentlastungsbetrag, Krankheits- und Pflegekosten, Rentenanpassungsbetrag sowie die Prüfung einer möglichen Steuerschuld mit „Mein ELSTER“.

Fragen aus dem Plenum werden aufgegriffen. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Eine individuelle Beratung findet nicht statt.

Dozent: Volker Riechert

23.11.	Mo 14:00 - 18:00 Uhr	59 €
--------	----------------------	------

Ein Ehemann ist keine Altersvorsorge



Finanzplanung für Frauen

14-004

- Unterstützt durch das Gleichstellungsbüro des Landkreises Emsland sowie der Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft des Landkreises Emsland -

Frauen sind im Alter besonders häufig von Armut betroffen. Umso wichtiger ist es, die eigene finanzielle Zukunft selbst in die Hand zu nehmen.

In diesem Vortrag erfahren Sie, wie eine gut strukturierte Finanzplanung gelingt, welche Finanzprodukte zur Altersvorsorge geeignet sind und wie staatliche Förderungen sowie die betriebliche Altersvorsorge genutzt werden können. Eine Zusammenfassung der Kursinhalte kann beim Dozenten erworben werden.

Dozent: Holger Jünke

28.11.	Sa 09:30 - 16:30 Uhr	5 €
--------	----------------------	-----