

A large, dark blue circle is the central focus, containing the text 'vhs.daheim' and 'Online Lernen mit der Volkshochschule'. It is partially overlapped by a smaller light blue circle on the bottom left and a smaller lime green circle on the top right.

# vhs.daheim

Online Lernen mit der  
Volkshochschule

Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer,

in China nahm das Corona Virus seinen Ausgang und die chinesische Regierung ordnete so drastische Maßnahmen an, wie sie nur in einem Überwachungsstaat möglich sind. Wie das bei der Bevölkerung ankam, darüber diskutieren wir mit dem Sinologen Prof. Thomas Höllmann. Das Virus verändert auch den Alltag in Deutschland ganz enorm: wir sprechen über die Auswirkungen auf Verbraucher, über Datensicherheit im Home Office und darüber wie sich Konflikte durch Kommunikation meistern lassen.

Eine wohlverdiente Pause von Corona bieten unsere Angebote für Kinder, die bestimmt auch Erwachsenen gefallen: In dieser Woche sind eine Lesung und praktisches Experimentieren zum Thema Musik an der Reihe. Das Duo Jazzango erfreut Groß und Klein mit einem Konzert zwischen Tango und Jazz und am Donnerstag spricht der Autor Su Turhan über sein Leben und Werk – insbesondere natürlich über Kommissar Pascha.

Wir hoffen, bald die Türen wieder für Sie zu öffnen und wünschen bis dahin gutes Lernen mit Ihrer Volkshochschule!

## vhs.daheim am Vormittag

Dienstag, 14.04.	10.00	vhs Straubing gGmbH	<b>Pilates</b>
Mittwoch, 15.04.	10.00	vhs Zirndorf & Stein	<b>Bedürfnisorientierte Kommunikation – Konflikte erfolgreich meistern</b>
Donnerstag, 16.04.	10.00	vhs Straubing gGmbH	<b>Grundlegende Datensicherheit zu Hause und insbesondere im HomeOffice</b>
Freitag, 17.04.	10.00	vhs Straubing gGmbH	<b>Lesung für Kinder: Alex ist einfach anders</b>
Samstag, 18.04.	10.00	vhs Neufahrn e.V.	<b>Ton aus - Ton an – wir erforschen und machen Musik für Kinder von 7 bis 10 Jahren</b>
Sonntag, 19.04.	<b>11.00</b>	vhs im Norden des Landkreises München	<b>China: Corana, Gedichte und Esskultur – Krise im Überwachungsstaat</b>

## vhs.daheim am Abend

Montag, 13.04.	19.30	vhs SüdOst gGmbH	<b>Duo Jazzango</b>
Dienstag, 14.04.	19.30	vhs Erding und vhs SüdOst gGmbH	<b>Armin Nassehi: Das große Nein</b>
Mittwoch, 15.04.	19.30	vhs Erding und vhs SüdOst gGmbH	<b>Was bedeutet Corona für Verbraucher?</b>
Donnerstag, 16.04.	19.30	vhs SüdOst gGmbH und vhs Straubing gGmbH	<b>Gespräch mit Su Turhan, dem Autor von Kommissar Pascha</b>
Freitag, 17.04.	19.30	vhs Mainburg e.V.	<b>Yoga Fit am Abend</b>
Samstag, 18.04.	19.30	vhs Straubing gGmbH	<b>Geschichte und Kunstgeschichte einer Stadt – am Beispiel von Straubing</b>

**Alle Veranstaltungen auf dem Youtube Kanal vhsdaheim:  
[www.youtube.vhs-daheim.de](http://www.youtube.vhs-daheim.de)**



vhs.daheim am Vormittag

**Uschi Schmidt**

## **Pilates sanft und effektiv**

**Dienstag, 14. April 10.00 Uhr**

Pilates sanft und effektiv ist ein Ganzkörpertraining zur Kräftigung der tiefen Stütz-  
muskulatur des gesamten Rumpfes für bessere Haltung, Atmung und Beweglichkeit.  
Nach einem kurzen Aufwärmen mit flotter Musik folgen ruhige konzentrierte Übungen  
auf der Matte. Auch ohne Vorkenntnisse ist der Einstieg möglich.

Richten Sie sich eine Matte, ein kleines Kissen und ein  
Handtuch oder falls vorhanden ein Theraband her.  
Bequeme nicht einengende Kleidung und keine Schuhe  
sind für das Training am besten geeignet.



Foto: privat



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

Mit Klick auf diesen Link kommen Sie hin:  
[www.youtube.vhs-daheim.de](http://www.youtube.vhs-daheim.de)



**Tanja Leideck**

## **Bedürfnisorientierte Kommunikation – Konflikte erfolgreich meistern**

**Mittwoch, 15. April 10.00 Uhr**

### **Kommunikation – die Macht der Worte.**

Gerade in Krisensituationen kochen Gefühle manchmal hoch. In diesen Momenten ist eine bewusste Wahl unserer Worte sinnvoll, um Konflikte zu vermeiden. Die Voraussetzung dafür ist, dass wir unsere Bedürfnisse kennen und wissen warum unsere Gefühle entstehen. Nur dann können wir wertschätzend mit uns selbst und mit anderen umgehen. Denn neben sachlich-rationalen Faktoren spielen oft emotionale Aspekte eine große Rolle.



Erfahren Sie in diesem interaktiven Vortrag, wie Gefühle entstehen und lernen Sie die Bedürfnisse, die dahinterstehen kennen. Damit Sie Gespräche empathisch gestalten können, so dass Sie von anderen verstanden werden. Und gleichzeitig die eigenen Botschaften klar vermitteln. Um diese in Konfliktsituationen anzuwenden und eine wertschätzende Kommunikation zu gestalten.

**Veranstalter: Volkshochschule Zirndorf & Stein**

Mit Klick auf diesen Link kommen Sie hin:  
[www.youtube.vhs-daheim.de](http://www.youtube.vhs-daheim.de)



**Heiko Hinkofer und Ulrich Holzapfel**

## **Grundlegende Datensicherheit zu Hause und insbesondere im HomeOffice**

**Donnerstag, 16. April 10.00 Uhr**

Datensicherheit im Home Office – ein Thema mit dem derzeit viele Firmen, Betriebe und Behörden neu konfrontiert werden. Der Vortrag informiert über die wichtigsten Regeln. Lebensnah wird es durch den Erfahrungsaustausch zweier Geschäftsführer mit Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern im HomeOffice.

### **Heiko Hinkofer**

Digital Native seit Mitte der 90er. Geschäftsführer einer professionellen Online Agentur in Straubing, die kleine und mittelständische Unternehmen bei der Konzeption, Design-Entwicklung und Umsetzung von Online- und Mobile-Projekten betreut. Es handelt sich um ein Team von Webentwicklern, Mediengestaltern und Projektleitern, die jetzt größtenteils im HomeOffice sitzen.

### **Ulrich Holzapfel**

Seit den 80ern fasziniert von den Anfängen der Computertechnik und in verschiedenen Berufsfeldern das „Digitale“ mit eingebracht - zu „alt“, um sich als „Digital Native“ zu bezeichnen, dafür aber besorgt um so manche „Digital Naives“ jeden Alters. Geschäftsführer und pädagogischer Leiter der Volkshochschule Straubing gGmbH, die u.a. 2014 zusammen mit anderen vhs'n bundesweit den ersten MOOC (massive open online-course) für vhs-Kunden – den vhs-StrickMOOC – auf den Weg gebracht hat. Es folgten weitere Online-Projekte – und nun aktiv bei #vhsDaheim ganz vorne mit dabei.

**Veranstalter: Volkshochschule Straubing gGmbH**

Mit Klick auf diesen Link kommen Sie hin:  
[www.youtube.vhs-daheim.de](http://www.youtube.vhs-daheim.de)

**Petra Bartoli y Eckert**

## **Lesung „Alex ist einfach anders“**

**Freitag, 17. April 10.00 Uhr**

Liebe Kinder! Ich bin Petra Bartoli y Eckert und schreibe Bücher für Kinder. Hier lese für euch aus meinem Buch „Alex ist einfach anders“ (Verlag an der Ruhr, KidS-Reihe ab Klasse 3). Wenn ihr zwischen 8 und 10 Jahre alt seid, dann seid ihr hier genau richtig! Vielleicht habe auch eure Eltern Zeit, mit euch gemeinsam an der Online-Lesung teilzunehmen. Dann habt ihr gleich jemanden, der euch unterstützen kann! Denn nach der Lesung dürft ihr mir im Chat alle eure Fragen zum Bücherschreiben oder zur Arbeit einer Schriftstellerin schicken. Und ich beantworte sie dann. Ich freue mich auf euch!

Und darum geht es in der Geschichte: Alex ist nicht nur anders, sondern auch extrem seltsam. Das findet zumindest Finn. An Finns erstem Tag in der neuen Klasse fällt ihm Alex sofort auf: Er will nicht angefasst werden und bekommt die Krise, wenn mal nicht alles so läuft wie gewohnt. Alex hat Autismus – doch das versteht Finn nicht. Er weiß nur: Mit diesem Jungen will er nichts zu tun haben.

Doch nun haben sie auch noch ausgerechnet den gleichen Nachhauseweg.  
Und hier erleben die Kinder ein spannendes Abenteuer, das so manche Überraschung bereithält ...



Petra Bartoli y Eckert ist Dipl.-Sozialpädagogin, Coach und ausgebildete Drehbuchautorin und lebt in der Nähe von Regensburg. Sie ist als Coach und Dozentin und als Autorin für Kinder- und Jugendbücher tätig.



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

Mit Klick auf diesen Link kommen Sie hin:  
[www.youtube.vhs-daheim.de](http://www.youtube.vhs-daheim.de)



**Christiane Meyerhofer**

## **Ton an, Ton aus – wir erforschen und machen Musik**

**Samstag, 18. April 10.00 Uhr**

**Interaktive Online-ScienceLab-Forscherstunde für Kinder von 7 bis 10 Jahren**

Was ist ein Ton und wo kommt er her? Kann man Töne sehen und berühren? Kann man Töne selbst machen? Warum hören wir eigentlich gerne Musik? Und welche Musik gibt es alles? Warum macht Musik uns fröhlich und manchmal traurig? Wie funktionieren Musikinstrumente und können wir selbst auch eines bauen?

Wer nicht nur zuschauen, sondern auch selbst mit experimentieren möchte, legt sich folgende Materialien bereit:

langes Lineal aus Plastik, 1 Bleistift, 2-3 Weingläser, 1 hohes Wasserglas, 2 Luftballons, 1 Haushaltsgummi, Reiskörner, 2-3 kleine Glasflaschen, 1 Krug Wasser

Alle Experimente sind ungefährlich und können von den Kindern mit Hilfe der Kursleitung allein durchgeführt werden, Eltern sollten dennoch im unmittelbaren Zugriff sein (im Haus). Ein ausreichend großer Arbeitsplatz (Küchentisch, Schreibtisch) ist vollkommen ausreichend. Und weil es auch mal lauter werden kann, schadet eine Zimmertür bestimmt nicht. 😊



Christiane Meyerhofer gibt seit 16 Jahren Forscherkurse für Kinder und ist Trainer von Lehrer- und Erzieherfortbildungen in ganz Deutschland. Ebenso ist sie an zahlreichen Schulen mit unterschiedlichsten Projekten beschäftigt.

**Veranstalter: Volkshochschule Neufahrn e.V.**

Mit Klick auf diesen Link kommen Sie hin:  
[www.youtube.vhs-daheim.de](http://www.youtube.vhs-daheim.de)



**Prof. Dr. Thomas O. Höllmann**

## **China: Corona, Gedichte und Esskultur – Krise im Überwachungsstaat**

**Sonntag, 19. April 11.00 Uhr**

### **Wie schmeckt eigentlich Fledermaus?**

Erst seit ein paar Tagen wurde die komplette Abriegelung der chinesischen Stadt Wuhan wieder gelockert. Von hier startete das Virus um die Welt. Was weiß man über den Ursprung der Pandemie? Wie haben Chinas Behörden reagiert? Wie war das Gesundheitssystem vorbereitet? Was hat das für die chinesische Bevölkerung bedeutet? Wie verbinden sich die drastischen Maßnahmen mit dem Ausbau des Überwachungsstaats in China? Welche Risiken der Globalisierung wurden deutlich? Aber auch: Wie bereichert das moderne China die Welt? Wie steht es um die asiatische Küche in Deutschland?

Ein Auszug der Fragen, die mit dem Sinologen und Präsidenten der Bayerischen Akademie der Wissenschaften, Prof. Thomas Höllmann, vertieft werden sollen.



Thomas O. Höllmann, geb. 1952, war Professor für Sinologie an der LMU München, seit 2017 ist er Präsident der Bayerischen Akademie der Wissenschaften.

**Veranstalter:  
Volkshochschule im Norden des Landkreises München e.V.**

Mit Klick auf diesen Link kommen Sie hin:  
[www.youtube.vhs-daheim.de](http://www.youtube.vhs-daheim.de)



vhs.daheim am Abend

**Duo Jazzango**

## **Nordische Melancholie trifft auf südliches Feuer**

**Montag, 13. April 19.30 Uhr**

JAZZANGO heißt das wunderbare Ausnahme-Duo mit der sympathischen Sängerin und Song-Writerin Tuija Komi aus Finnland, laut Süddeutsche Zeitung „Finnische Jazz-Diva mit klangschöner, voluminöser Stimme“ und dem virtuosen und preisgekrönten Akkordeonisten und Komponisten Vlad Cojocar u aus Moldawien.

Beide Musiker stellen sich der Herausforderung einer intimen kleinen Besetzung, dem Duo, und spielen enthüllt und unversteckt, mit Leidenschaft und Leichtigkeit - Live-Musik pur!

Durch diese ungewöhnliche Klang-Kombination entstehen aus den beliebten und bekannten Bossanovas, Jazz- und Pop-Songs besondere und erfrischende Sounds und Hörerlebnisse. Wie ihr Name es schon verspricht, gehört auch Tango „der Blues der Finnen“ mit in ihr Programm.



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

Mit Klick auf diesen Link kommen Sie hin:  
[www.youtube.vhs-daheim.de](http://www.youtube.vhs-daheim.de)



vhs.daheim am Abend



**Prof. Dr. Armin Nassehi**

## **Das große Nein – Eigendynamik und Tragik des gesellschaftlichen Protests**

**Dienstag, 14. April 19.30 Uhr**

Klimaproteste, Gelbwesten, PEGIDA, Occupy, Hongkong, Arabellion – die Anlässe sind vielfältig, die Inhalte unterschiedlich, und doch ist all diesen Protestbewegungen eines gemein: ihre formale Ähnlichkeit. Protest wird dann wahrscheinlich, wenn Interessen, Geltungsansprüche und Kritik an sich selbst erleben, dass sie sich in den eingefahrenen Routinen einer trägen Gesellschaft nicht durchsetzen können. Einerseits wird Protest damit zum Demokratiegenerator, versucht andererseits aber jener Vetospieler zu sein, den moderne Gesellschaftsstrukturen nicht zulassen. Die Grenzen, an die der Protest hierdurch stößt, initiieren eine merkwürdige Steigerungslogik und münden in einer strukturell tragischen Konstellation: In den Mühlsteinen der Gesellschaft, die es schafft, alle Opposition zu integrieren, verpufft der Protest. Professor Armin Nassehi erklärt, wie aus Kritik Protest wird, wie er eingebettet ist in die Kommunikationslogik unserer Zeit, wie sich seine Eigendynamik entfaltet und worin genau die Tragik des Protests besteht.

Prof. Dr. Armin Nassehi ist Herausgeber des Kursbuchs und Professor für Soziologie an der LMU.

**Veranstalter:**

**Zweckverband Volkshochschule im Landkreis Erding**

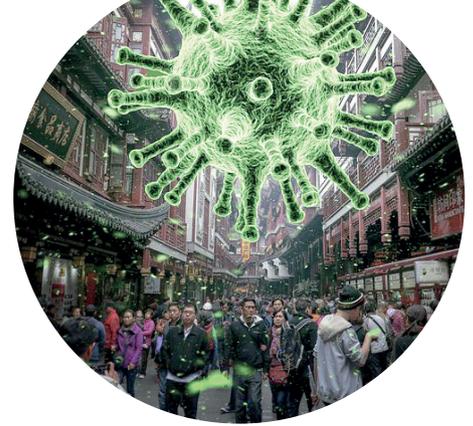
in Kooperation mit

**Volkshochschule SüdOst im Landkreis München GmbH,**

**gemeinnützige Gesellschaft**

Mit Klick auf diesen Link kommen Sie hin:

[www.youtube.vhs-daheim.de](http://www.youtube.vhs-daheim.de)



**Maren Lohner**

## **Was bedeutet Corona für Verbraucher?**

**Mittwoch, 15. April 19.30 Uhr**

Das Sozialleben muss nun für einige Monate aufhören“, sagt der Berliner Virologe Christian Drosten. Kultur- und Sportveranstaltungen werden abgesagt, Bildungseinrichtungen und Geschäfte schließen. Viele Angestellte arbeiten im Homeoffice – parallel zum Homeschooling der Kinder. Geplante Reisen fallen aus.

Doch was heißt das für die Verbraucher, was für Freiberufler und Selbstständige? Welche Finanzhilfen hat die Bundesregierung geplant? Gibt es Steuererleichterungen, zahlt die Reiserücktrittsversicherung?



Foto: privat

**Veranstalter:**  
Zweckverband **Volkshochschule im Landkreis Erding**  
in Kooperation mit  
**Volkshochschule SüdOst im Landkreis München GmbH,**  
**gemeinnützige Gesellschaft**

Mit Klick auf diesen Link kommen Sie hin:  
[www.youtube.vhs-daheim.de](http://www.youtube.vhs-daheim.de)



vhs.daheim am Abend

## Gespräch mit Su Turhan, dem Autor von Kommissar Pascha

**Donnerstag, 16. April 19.30 Uhr**

Im Zuge der Gastarbeiter-Anwerbeabkommen verschlägt es 1968 den in Istanbul geborenen zwei-jährigen Süleyman (Su) Turhan mit seiner Familie von der Bosphorusmetropole ins niederbayerische Straubing. Dort wird seine Mutter als gelernte Näherin dringend gebraucht, sein Vater bekommt eine Anstellung als Hilfsarbeiter bei einer Ziegelei. Nach dem Abitur, das er als einziger Nichtdeutscher auf dem Straubinger Ludwigsgymnasium absolviert, schreibt und inszeniert er das Theaterstück „Leben im Sonderangebot“. Danach beginnt Turhan mit dem Studium der Neuen Deutschen Literaturwissenschaft an der LMU München. Um das teure Münchner Leben zu finanzieren, jobbt er zunächst als Gabelstaplerfahrer bei einem Sanitärgrößhandel. Er heuert bei der Kirchgruppe im Bereich Filmlektorat und Stoffentwicklung an und liest erst sehr viele fremde Drehbücher, bis er sich gewappnet fühlt, als Drehbuchautor und später als Regisseur tätig zu sein. Es folgen die Drehbücher zu seinen Kurzfilmen „Der Schlüssel“, „Gone Underground“ und „Triell“. Ausgezeichnet mit dem Deutschen Kurzfilmpreis in Silber, findet er es an der Zeit, einen Spielfilm zu machen. Das Liebesdrama „Ayla“ entsteht, erhält internationale Publikumspreise und läuft in Deutschland, Türkei und Israel in den Kinos.

Mit „Kommissar Pascha: Ein Fall für Zeki Demirbilek“ gibt Turhan Januar 2013 sein Debüt als Kriminalautor. Es folgen Kurzgeschichten und andere Veröffentlichungen, wie der Thriller „Die Siedlung“ 2017 werden die ersten zwei Bände für die ARD/BR verfilmt. 2020 erscheint mit „Tödliche Auszeit“ der siebte Kommissar Pascha-Roman. Bei einem Bier stellt Schriftsteller Su Turhan seine Kommissar Pascha vor, liest und plaudert über dies und das.



**Veranstalter: Volkshochschule Straubing gGmbH** in Kooperation mit  
**Volkshochschule SüdOst im Landkreis München GmbH,**  
**gemeinnützige Gesellschaft**

Mit Klick auf diesen Link kommen Sie hin:  
[www.youtube.vhs-daheim.de](http://www.youtube.vhs-daheim.de)



vhs.daheim am Abend

**Simin Afschar-Kaboli**

## **Yoga Fit am Abend**

**Freitag, 17. April 19.30 Uhr**

Dieser Kurs kombiniert ohne spirituellen Hintergrund Elemente aus Yoga und Pilates. Ziel ist die Stärkung der Körpermitte und mehr Beweglichkeit. Zu angenehmer Musik üben Sie nur mit dem eigenen Körpergewicht, sodass eine Synergie aus Bewegungsfluss, Kraft und Atmung entsteht. So bekommt jeder – vom Einsteiger bis zum Fitness-Fan – die Möglichkeit, seinen Körper neu zu spüren und zu erleben. Am Ende der Übungen steht eine Entspannungseinheit.



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

Mit Klick auf diesen Link kommen Sie hin:  
[www.youtube.vhs-daheim.de](http://www.youtube.vhs-daheim.de)



vhs.daheim am Abend

**Werner Schäfer**

## **Geschichte und Kunstgeschichte einer Stadt – am Beispiel von Straubing**

**Samstag, 18. April 19.30 Uhr**

Die niederbayerische Stadt an der Donau zwischen dem Gäuboden und den Vorbergen des Bayerischen Waldes blickt auf eine jahrtausendealte Geschichte zurück. Zu einer Stadt der Kunst und der künstlerischen Strömungen wurde Straubing vor rund tausend Jahren mit Kirche und Friedhof St. Peter in der Altstadt und mit der Gründung der wittelsbachischen Neustadt im Jahr 1218. In der Kunst der ehemaligen Haupt- und Regierungsstadt, in der bayerischen Residenz des Herzogtums Bayern-Straubing-Holland und in der Stadt der Kurfürsten und Könige aus dem Hause Wittelsbach siegeln sich alle Epochen von der Romanik bis zur Neuromanik wider. Spätgotik und Barock brachten hervorragende Bauten und Kunstwerke hervor. Süddeutschlands führender Baumeister der Spätgotik Hans von Burghausen war eng mit Straubing verbunden, die großen Grabdenkmäler der Spätgotik besitzen nationalen Rang und Straubing war eine ausgesprochene Stadt der Brüder Asam. Aber auch das Rokoko und der Historismus hinterließen beachtenswerte Zeugnisse der Architektur und der bildenden Künste. Der Referent OStD i.R. Werner Schäfer ist seit Jahrzehnten Stadtführer und veröffentlicht seit 1973 Untersuchungen zur Geschichte und Kunst Straubings.



**Veranstalter:**

**Volkshochschule Straubing gGmbH**

Mit Klick auf diesen Link kommen Sie hin:  
[www.youtube.vhs-daheim.de](http://www.youtube.vhs-daheim.de)