

**Nr. 251-1001**

**DAS IST DEMOKRATIE!  
DU HAST DIE WAHL!**

**Vortrag zur Meinungsbildung vor der Bundestagswahl**

Früher als erwartet, sind alle wahlberechtigten Menschen in Deutschland dazu aufgerufen, ihre Stimme bei der Bundestagswahl abzugeben. Um die Bürgerinnen und Bürger darauf möglichst gut vorzubereiten, bietet die Landeszentrale für politische Bildung in Zusammenarbeit mit der Lokalen Agenda 21 Uhingen einen Infovortrag an. Neben den Parteien, ihren Spitzenkandidatinnen und -kandidaten und den zentralen Wahlkampfthemen wird dabei ein Blick auf aktuelle Entwicklungen sowie interessante Hintergründe geworfen. Der Vortrag mündet in eine gemeinsamen Diskussions- und Fragerunde geleitet von Nico Oesterwind, Landeszentrale für politische Bildung BW.



**Veranstaltungen in Zusammenarbeit mit der Lokalen Agenda 2021 Uhingen**

**Zeit:** **Dienstag, 28.01.2025,**  
ab 19:00 Uhr  
**Ort:** K1 Gebäude Kirchstr. 1, 73066 Uhingen  
Dachgeschoss- Aufzug vorhanden  
**Kosten:** Eintritt ist frei  
um **Anmeldung** wird gebeten **unter 07161 9380-133**

**Nr. 242-1103**

**NATURSCHÖNHEITEN SCHWÄBISCHE ALB**

**Flora, Fauna, Streuobstwiesen und Landschaften**

Der Naturfotograf Bernhard Etspüler aus Neuffen zeigt in seinem Bildervortrag die Naturschönheiten des Albvorlandes und der Schwäbischen Alb. Auf seinen Streifzügen nimmt er uns mit durch Naturschutzgebiete, das Biosphärengebiet und Streuobstwiesen. Dabei zeigt er uns Bilder der heimischen Flora und Fauna, wobei er am liebsten unsere Vogelwelt fotografiert.



**Eine Veranstaltung** des NABU Göppingen & Umgebung in **Kooperation** mit der VHS Uhingen, der VHS Göppingen und dem Schwäbischen Albverein Uhingen.

Bernhard Etspüler, Naturfotograf

**Zeit:** **Montag, 17.02.2025,**  
19:00 – 20:30 Uhr  
**Ort:** **K1** Gebäude Kirchstr. 1, 73066 Uhingen  
Dachgeschoss- Aufzug vorhanden  
**Dauer:** 1 Termin  
**Teilnehmerzahl:** 10 - 50  
**Eintritt:** 5,00 €  
frei für Mitglieder (mit Ausweis) des Nabu GP & Umgebung und des Schwäbischen Albvereins Uhingen

**Nr. 242-3033**

**HAUTKREBS IM GESICHT - WIE SIEHT DAS AUS UND WAS KANN MAN TUN?**



**Im KlinikDialog mit den ALB FILS KLINIKUM GmbH**

Die Zahl der Menschen, die im Laufe ihres Lebens an Hautkrebs erkranken, hat in den vergangenen 20 Jahren stark zugenommen. Allein in Deutschland gibt es mehr als 280.000 neue Hautkrebsfälle pro Jahr – bei vielen davon ist das Gesicht betroffen. Hautkrebs entsteht vor allem, wenn die Haut zu viel ultravioletter Strahlung ausgesetzt wird. Das Gesicht zeigt dabei meist Formen von weißem Hautkrebs, während man den schwarzen Hautkrebs am ganzen Körper findet.



Hautkrebs hat viele Gesichter und kann gerade im Gesicht eine ästhetische Herausforderung für die behandelnden Ärzt\*innen darstellen. Aus diesem Grund laden die ALB FILS KLINIKEN Betroffene ein, um über das Thema Hautkrebs im Gesicht aufzuklären.

Dr. Dr. Dr. Winfried Kretschmer, Facharzt für Mund-, Kiefer- und plastische Gesichtschirurgie des ALB FILS KLINIKUMS, informiert über die verschiedenen Arten und das Aussehen von Hauttumoren und die chirurgische Therapie insbesondere unter ästhetischen Aspekten im Gesichtsbereich.

<b>Zeit:</b>	<b>Dienstag, 18.02.2025,</b> 18:30 – 20:00 Uhr
<b>Ort:</b>	K1 Gebäude Kirchstr. 1, 73066 Uhingen Dachgeschoss- Aufzug vorhanden
<b>Kosten:</b>	Eintritt ist frei – keine Anmeldung erforderlich

**Nr. 251-1041**

**FAIR DENKEN- FAIR SPRECHEN- FAIR HANDELN**

**Vortragsveranstaltung zum Thema „Nachhaltiger Konsum“**

Der Faire Handel ist eine gute Möglichkeit, nachhaltiger einzukaufen und zu leben. Welchen Nutzen hat man davon? Welche Produkte gibt es aus fairem Handel und woran erkennt man diese? Halten die Produkte aus fairem Handel qualitativ und geschmacklich, was sie versprechen?

Sie erwartet ein Abend für alle Sinne: Fundierte Informationen zum Hören, Kostproben zum Schmecken, Material zum Fühlen und ein Austausch von Erfahrungen und Fragen zum miteinander reden.

**Veranstaltungen in Zusammenarbeit mit der Lokalen Agenda 2021 Uhingen**

Veranstalter: Steuerungsgruppe Fairtrade Town Uhingen

Ingeborg Pujiula, Referentin für Bildungs- und Öffentlichkeitsarbeit (Fairer Handel, ökofaire Beschaffung)

<b>Zeit:</b>	<b>Mittwoch, 19.03.2025,</b> ab 18:30 Uhr
<b>Ort:</b>	K1 Gebäude Kirchstr. 1, 73066 Uhingen Dachgeschoss- Aufzug vorhanden
<b>Kosten:</b>	Eintritt ist frei

um **Anmeldung** wird gebeten **unter 07161 9380-133**.

Bitte beachten:

**Haftung und Versicherung:** Bei Verlust oder Diebstahl übernimmt die VHS keine Haftung. Es besteht keine Unfallversicherung. Die Teilnahme an Veranstaltungen der VHS erfolgt ausschließlich auf eigene Gefahr.

## Nr. 251-1101

### KRÄUTERSPAZIERGANG

Einladung zum Wald- und Wiesenspaziergang. Was steht denn da am Wegesrand? Kräuter zum Heilen und Genießen. Unscheinbar, für manchen auch Unkraut, jedoch für Naturfreunde Genuss, Freude und Verückung. Es gibt viele Pflanzen in unserer unmittelbaren Umgebung, die zu schade sind, sie nicht zu beachten.

Ich würde gerne mein Wissen über essbare Kräuter weitgeben und gerne mit Ihnen während eines Spazierganges teilen.

Schon einmal etwas von *Taraxacum officinale*, *Lamium galeobdolon* oder *Urtica dioica* gehört? Wenn nicht, dann nehme ich Sie gerne mit auf einen Spaziergang, im diesem Geheimnis auf die Spur zu gehen. Die Natur stellt uns die vitaminreichsten und gesündesten Lebensmittel ganz umsonst zur Verfügung.

Freuen Sie sich auf einen interessanten, wilden Nachmittag.

Der Kurs findet bei jedem Wetter statt, daher bitte an festes Schuhwerk und wetterangepasste Kleidung denken.

Martina Ruf, Fachberaterin für Selbstversorgung mit essbaren Wildpflanzen

Anmeldeschluss: 21.03.2025, danach ist keine Stornierung mehr möglich!

<b>Zeit:</b>	<b>Samstag, 29.03.2025,</b> 14:00 - 16:00 Uhr
<b>Treffpunkt:</b>	Parkplatz Friedwald in Wangen, nach Gärtnerei Bazle, 1. Straße rechts, siehe Beschilderung
<b>Dauer:</b>	1 Termin
<b>Teilnehmerzahl:</b>	ab 5
<b>Kosten:</b>	18,00 €

## Nr. 251-1102

### KRÄUTERSPAZIERGANG

Ausschreibung wie beim Kurs Nr. 251-1096

Der Kurs findet bei jedem Wetter statt, daher bitte an festes Schuhwerk und wetterangepasste Kleidung denken.

Martina Ruf, Fachberaterin für Selbstversorgung mit essbaren Wildpflanzen

Anmeldeschluss: 04.04.2025, danach ist keine Stornierung mehr möglich!

<b>Zeit:</b>	<b>Samstag, 12.04.2025,</b> 14:00 - 16:00 Uhr
<b>Treffpunkt:</b>	Parkplatz Friedwald in Wangen, nach Gärtnerei Bazle, 1. Straße rechts, siehe Beschilderung
<b>Dauer:</b>	1 Termin
<b>Teilnehmerzahl:</b>	ab 5
<b>Kosten:</b>	18,00 €

## Onlinekurse- bequem von zuhause



### Nr. 251-1041- online

#### SUPERHIRN – NAMEN UND GESICHTER MERKEN-

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.

Der Gedächtnistrainer und Buchautor **Helmut Lange** zeigt Ihnen anhand von Beispielen wie Sie auch von dieser Methode profitieren können.

<b>Zeit:</b>	<b>Dienstag, 11.03.2025,</b> 19:00 – ca. 21:30 Uhr
<b>Ort:</b>	Virtueller Schulungsraum
<b>Dauer:</b>	1 Termin
<b>Kosten:</b>	24,00 €

### Nr. 251-1042-online

#### SUPERHIRN – KOPFRECHNEN, SCHNELLE ALS MIT DEM TASCHEBRECHNER

Sie lernen verblüffende Kopfrechentricks, mit deren Hilfe Sie schneller im Kopf rechnen können als mit einem Taschenrechner.

Mit ein bisschen Übung können Sie vielleicht auch schneller rechnen als Sie sprechen können. Die aus Indien stammenden Rechenmethoden (vedische Mathematik) sind in unserem Kulturkreis noch unbekannt, machen viel Spaß und erhöhen das generelle Interesse an Mathematik um ein Vielfaches.

Der Buchautor und Andragoge **Helmut Lange** zeigt Ihnen die besten Kopfrechen-Tricks.

<b>Zeit:</b>	<b>Donnerstag, 13.03.2025,</b> 19:00 – ca. 21:30 Uhr
<b>Ort:</b>	Virtueller Schulungsraum
<b>Dauer:</b>	1 Termin
<b>Kosten:</b>	24,00 €

**Nr. 251-1043- online**

## **SUPERHIRN – VOKABELN LERNEN IM SEKUNDENTAKT (FÜR SCHÜLER)**

Wer möchte nicht im Sekundentakt Vokabel lernen können? Und dabei noch Spaß haben?

Die Schlüsselwortmethode hilft Ihnen dabei Vokabeln nicht nur schneller zu erfassen, sondern auch länger im Kopf zu behalten.

Das zig-fache Wiederholen wird auf ein Minimum reduziert.

Der Bestsellerautor und Dipl. Pädagoge **Helmut Lange** hat zum Thema "Vokabel lernen" mehrere Bücher geschrieben und zeigt Ihnen anhand von weiterentwickelten Lernstrategien den Weg zu verblüffenden Lernerfolgen - schon während des Webinars.



**Helmut Lange** zeigt Ihnen die besten Vokabellern-Tricks.

<b>Zeit:</b>	<b>Dienstag, 18.03.2025,</b> 16:00 – ca. 18:00 Uhr
<b>Ort:</b>	Virtueller Schulungsraum
<b>Dauer:</b>	1 Termin
<b>Kosten:</b>	24,00 €

### **Technische Voraussetzung für Teilnehmer\*innen:**

- Eine gute und stabile Internetverbindung. Wir empfehlen mindestens eine 6.000 DSL Leitung über LAN-Kabel.
- Einen aktuellen Browser welcher die hochmoderne Technologie HTML (Web RTC) unterstützt: zurzeit sind es Firefox und Google Chrome sowie Safari (ohne Screensharing)
- Lautsprecher: Damit Sie dem gesprochenem Wort des Referenten folgen können.
- Webcam und Headset: Bei aktiver Teilnahme und direkter Kommunikation sollte ein Headset genutzt werden, da es sonst zu einer Rückkopplung kommt.

**Nr. 251-1104**

## **WILDKRÄUTERFÜHRUNG RUND UM DAS SCHLOSS FILSECK**

Unsere heimischen Wildkräuter begleiten uns schon seit Urzeiten. Sie schenken uns Nahrung, Kleidung, Gesundheit und Lebensfreude. Bei einem Spaziergang rund um das Schloss Filseck entdecken wir sie gemeinsam und lernen ihre Anwendung in alter und neuer Zeit kennen.



Eine Veranstaltung des NABU Göppingen und Umgebung e.V. **in Kooperation** mit der Schloss-Filseck-Stiftung der Kreissparkasse Göppingen, der VHS Uhingen und der Lokalen Agenda 21 der Stadt Uhingen.

Sybille Popp, Heilpraktikerin

<b>Zeit:</b>	<b>Samstag, 12.07.2025,</b> 16:00 – ca.18:00 Uhr
<b>Treffpunkt:</b>	vor dem Durchgang zum Schlosshof
<b>Dauer:</b>	1 Termin
<b>Teilnehmerzahl:</b>	10 - 30
<b>Kosten:</b>	5,00 € frei für Mitglieder (mit Ausweis) des Nabu GP & Umgebung und des Schwäbischen Albvereins Uhingen