

Outdoor – Prävention – Ernährung

Kurse an der Volkshochschule Frankfurt (Oder) im Frühjahrssemester 2026

Outdoor

Bogenschießen: Schnupperkurs für Anfänger/-innen [W302.28]

Wojciech Gawor | 16.04.26 | 1x Do, 17:00 - 19:15 Uhr

Veranstaltungsort: August-Bebel-Str. 12, hinter Unigebäude Parkplatz

10,00 vor Ort zu zahlen



Bogenschießen: Schnupperkurs für Anfänger/-innen [W302.29]

Wojciech Gawor | 11.06.26 | 1x Do, 17:00 - 19:15 Uhr

Veranstaltungsort: August-Bebel-Str. 12, hinter Unigebäude Parkplatz

10,00 vor Ort zu zahlen

Golf (Schnupperkurs) [W302.30]

Kaspar Frey | 20.03.26 | 1x Mi, 17:00 - 18:30 Uhr

Veranstaltungsort: Golfplatz Slubice, ul. Sportowa 1 (Straße)

5,00 € vor Ort zu zahlen

Golf (Schnupperkurs) [W302.31]

Kaspar Frey | 15.04.26 | 1x Mi, 17:00 - 18:30 Uhr

Veranstaltungsort: Golfplatz Slubice, ul. Sportowa 1 (Straße)

5,00 € vor Ort zu zahlen

Prävention/Krankheit/Gesundheit

Mein Krebs hat mein Leben leichter gemacht - eine selbst Betroffene berichtet [W303.01]

Uta Beitlich-Thommes | 27.02.26 | 1x Do, 15:00 - 17:00 Uhr

Veranstaltungsort: VHS, Raum 1.07 (Haus 1)

entgeltfrei

Letzte Hilfe – das 1x1 der Sterbebegleitung: Workshop zur Unterstützung begleitender Menschen

15.04.2026 | 1xMi, 14:00 – 18:30 Uhr

Veranstaltungsort: VHS, Raum 1.07 (Haus 1)

entgeltfrei

Letzte Hilfe – das 1x1 der Sterbebegleitung: Workshop zur Unterstützung begleitender Menschen

09.05.2026 | 1xSa, 09:00 – 13:30 Uhr

Veranstaltungsort: Regine-Hildebrandt-Haus (Hospiz), Bergstraße 171

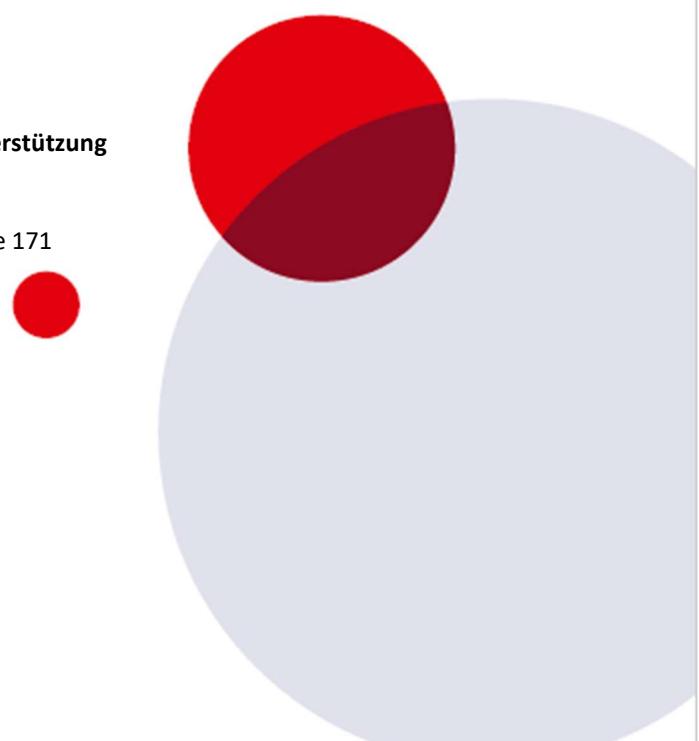
entgeltfrei

Die geheime Macht der Düfte - Einführung in die Welt der äth. Öle (Vortrag) [W304.01]

Daniela Hoffmann | 12.01.26 | 1x Mo, 18:30 - 20:00 Uhr

Veranstaltungsort: VHS, Raum 1.07 (Haus 1)

5,00 €



Erkältungszeit mit ätherischen Ölen besser überstehen - Erkältungsbalsam [W304.02]

Daniela Hoffmann | 09.02.26 | 1x Mo, 18:30 - 20:00 Uhr

Veranstaltungsort: VHS, Raum 0.20 (Haus 2)

5,80 €

Atemunterstützung mit ätherischen Ölen [W304.03]

Daniela Hoffmann | 09.03.26 | 1x Mo, 18:30 - 20:00 Uhr

Veranstaltungsort: VHS, Raum 1.07 (Haus 1)

5,80 €

Schlaf und ätherische Öle - Schlafcreme [W304.04]

Daniela Hoffmann | 13.04.26 | 1x Mo, 18:30 - 20:00 Uhr

Veranstaltungsort: VHS, Raum 0.20 (Haus 2)

5,80 €

Hautpflege mit ätherischen Ölen - Hautbalsam [W304.05]

Daniela Hoffmann | 18.05.26 | 1x Mo, 18:30 - 20:00 Uhr

Veranstaltungsort: VHS, Raum 0.20 (Haus 2)

5,80 €

Riechtraining mit ätherischen Ölen [W304.06]

Daniela Hoffmann | 08.06.26 | 1x Mo, 18:30 - 20:00 Uhr

Veranstaltungsort: VHS, Raum 1.07 (Haus 1)

5,80 €

Sommer mit ätherischen Ölen [W304.07]

Daniela Hoffmann | 06.07.26 | 1x Mo, 18:30 - 20:00 Uhr

Veranstaltungsort: VHS, Raum 1.07 (Haus 1)

5,80 €

Gesunde Ernährung/Kochen

Selbst is(s)t und kocht der Mann- ein Kochkurs für Männer Ü 55 [W305.02]

Ambulanter Hospizdienst | 12.02.26 - 26.03.26 | 6x Do, 17:00 - 20:00 Uhr

Veranstaltungsort: VHS, Raum 0.20 (Haus 2)

10,00 € Materialkosten pro Termin

Backkurs - die zauberhafte Welt der Springerle [W305.03]

Maria Schwabe | 17.02.26 | 1x Do, 16:00 - 17:30 Uhr

Veranstaltungsort: VHS, Raum 0.20 (Haus 2)

5,80 € + zzgl. 6,00 € Materialkosten