



© 29.5.2020, FOK



© Skulpturenmuseum Marl,



© Maike Willuweit

Fachbereich 1 Politik | Gesellschaft | Umwelt

Fachbereichsleitung: Uwe Frank Bauch

Beratung / Anmeldung · Telefon: 02365 99-4299

montags und dienstags 8 bis 16 Uhr

mittwochs und freitags 8 bis 12.30 Uhr

donnerstags 8 bis 18 Uhr

Putins Gift: Russlands Angriff auf Europas Freiheit

Cyberangriffe, Giftanschläge, gezielte Desinformation: Die Angriffe auf Europas Demokratien sind keine Theorie mehr, sondern Realität. Das autoritäre Russland unter Wladimir Putin führt diesen Kampf mit allen Mitteln – sichtbar und unsichtbar. Die langjährigen Russlandkenner Gesine Dornblüth und Thomas Franke zeigen in ihrer Lesung, wie Moskau versucht, Demokratien zu unterwandern, Gesellschaften zu spalten und Vertrauen in Politik und Medien zu zerstören. Ihre Recherchen führen nach Georgien, Armenien, in die baltischen Staaten, nach Zentralasien und mitten hinein in die EU – und machen deutlich, wie tief Putins Ein-



Dr. Gesine Dornblüth

Slavistin und Hörfunkjournalistin, war von 2012 bis 2017 Deutschlandfunk-Korrespondentin in Moskau und recherchiert seit den 1990er-Jahren im postsowjetischen Raum.

© Privat



Thomas Franke

Journalist, Autor und Regisseur, lebte ebenfalls mehrere Jahre in Moskau und berichtet seit über zwei Jahrzehnten über Russland und Osteuropa.

© Privat

fluss bereits reicht. Ein Abend über Macht, Manipulation und die Frage, wie wir unsere offene Gesellschaft gegen autoritäre Angriffe schützen können.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Dr. Gesine Dornblüth

Thomas Franke

Dienstag, 17. März

18.30 bis 20 Uhr

die insel Hauptstelle · Raum P1

entgeltfrei

1000

Münchener Sicherheitskonferenz

Ukraine, Gaza, Iran, Sudan: Die Zahl der Krisen nimmt weltweit zu. Wie ist es dazu gekommen? Was muss geschehen, damit Deutschland eine neue aktive Rolle in der Weltpolitik ausfüllen kann? Christoph Heusgen hat die deutsche Außenpolitik der letzten fünfzehn Jahre hautnah mit erlebt. Aus seiner Sicht ist die Zeitenwende Startpunkt einer neuen deutschen Außenpolitik. Der Wettbewerb der Systeme findet nicht mehr zwischen Ost und West statt, sondern zwischen Gewalt und Recht. Welche Führungsrolle kann und soll Deutschland übernehmen?

Dieser Vortrag beleuchtet die aktuelle politische Situation und erklärt die Einflussmöglichkeiten der Politik, auch mit Formaten wie der Münchener Sicherheitskonferenz.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Christoph Heusgen

Mittwoch, 25. Februar

18.30 bis 20 Uhr

die insel Hauptstelle · Raum P1

entgeltfrei

1001



© Kuhlmann-MSC

Christoph Heusgen

(*17. März 1955 bei Neuss) ist ein deutscher politischer Beamter und Diplomat. Er war ab 2005 außen- und sicherheitspolitischer Berater von Bundeskanzlerin Angela Merkel und von 2017 bis 2021 Ständiger Vertreter der Bundesrepublik Deutschland bei den Vereinten Nationen. Von 2022 bis 2025 leitete er die Münchener Sicherheitskonferenz. Er ist Co-Chairman des St. Gallen Symposiums.

Antisemitismus



© Privat

Dr. Hans-Ulrich Foertsch

... prägt seit vielen Jahrzehnten die ärztliche Selbstverwaltung im Verwaltungsbezirk Recklinghausen. Seit 1974 – mit nur einer kurzen Unterbrechung – steht er an der Spitze des Bezirks und setzt sich mit großer Kontinuität für eine verantwortungsvolle, qualitätsorientierte medizinische Versorgung ein.

Der heute 88-Jährige engagiert sich nicht nur berufspolitisch, sondern seit vielen Jahren auch gesellschaftlich: im Lions Club, als Bildungspate für junge Menschen sowie als Unterstützer der Kinderhilfe Tschernobyl Marl. Darüber hinaus gründete er die Goethegesellschaft Vest Recklinghausen und den Förderverein der Psychologischen Beratungsstelle Marl.

Besonders prägend für sein Wirken ist seine persönliche Erinnerung an die letzten Tage des Zweiten Weltkriegs. Diese Erfahrung macht ihn zu einem entschiedenen Mahner gegen Antisemitismus und zu einem überzeugten Demokraten. Dr. Foertsch nutzt seine Stimme im ärztlichen Berufsstand immer wieder, um an historische Verantwortung zu erinnern und Haltung für ein respektvolles, offenes Miteinander zu zeigen.

Das Problem des Antisemitismus existiert seit langem und reicht bis in die vorchristliche Zeit zurück.

Der Begriff „Problem“ bedeutet Hindernis und das Vorgelegte. Beide Begriffe erklären bis heute, dass sich der Gottesbegriff des Judentums und seine Auslegung von den anderen monotheistischen Religionen derart unterscheidet, dass immer wieder Hass, Ablehnung und kriegerische Auseinandersetzungen entstanden.

Versuche einer Verständigung oder eines dauerhaften Friedens haben bisher versagt.

Zur Geschichte der Entwicklung des Antisemitismus wird Dr. Foertsch anlässlich des Antirassismustages der Stadt Marl am 16.3.2026 einen Vortrag halten.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Dr. Hans-Ulrich Foertsch

1002

Montag, 16. März

18.30 bis 20 Uhr

die insel Hauptstelle · Raum P1

entgeltfrei



Kapitalismus, Klima und Demokratie. Krisen und Auswege

Der Kapitalismus und mit ihm die liberale Demokratie befinden sich in einer tiefen Krise. Rechtsautoritäre Kräfte sind vielerorts im Aufwind, sowohl international als auch innergesellschaftlich gebären sich kapitalistische Staaten immer gewaltförderiger, die Klimakrise spitzt sich zu. Wie hängen die verschiedenen Krisenphänomene miteinander zusammen? In welche Richtungen entwickeln sich liberal-demokratisch verfasste kapitalistische Gesellschaften? Und wie sähen emanzipatorische Alternativen aus, die sowohl der Klimakrise als auch dem Rechtsruck etwas entgegenzusetzen haben?

Markus Wissen hat sich gemeinsam mit Ulrich Brand in dem Buch Kapitalismus am Limit (Oekom-Verlag, München 2024) mit diesen Fragen auseinandergesetzt und wird seine Überlegungen zur Diskussion stellen.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Prof. Dr. Markus Wissen

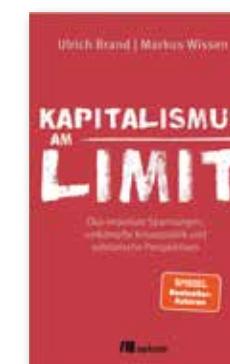
1003

Donnerstag, 16. April

18.30 bis 20 Uhr

die insel Hauptstelle · Raum P1

entgeltfrei



© Johannes Krüger

Prof. Dr. Markus Wissen

... lehrt und forscht als Professor für Gesellschaftswissenschaften an der Hochschule für Wirtschaft und Recht Berlin zu sozial-ökologischen Transformationsprozessen. Er ist Redakteur der PROKLA. Zeitschrift für kritische Sozialwissenschaft und Mitglied im wissenschaftlichen Beirat der Rosa-Luxemburg-Stiftung. Zusammen mit Ulrich Brand hat er 2024 Kapitalismus am Limit. Öko-imperiale Spannungen, umkämpfte Krisenpolitik und solidarische Perspektiven im Oekom Verlag veröffentlicht.

COP 30 – Eine kritische Nachbetrachtung und wie steht es um Klimawandel und Klimaschutz

In einer Zeit globaler Klimadynamiken gewinnen internationale Verhandlungen und deren Ergebnisse besondere Bedeutung. Der Vortrag führt in die multilaterale Weltklimakonferenz ein, beleuchtet Ziele, Mechanismen und den Kontext von COP 30 und fragt kritisch nach Übertragbarkeit, Durchsetzung und Nachhaltigkeit der Beschlüsse.

Zunächst skizzieren wir die Ziele: Welche Emissionsminderungen wurden vereinbart, welche Finanzierungslösungen zugesichert, und wie wirken sich Entscheidungen auf Regionen und Bevölkerungsgruppen aus? Welche Rolle spielen technologische Lösungen, Anpassungsstrategien und Klimafinanzierung? Die wichtigsten Beschlüsse und ihre potenziellen Auswirkungen auf Politik, Wirtschaft und Zivilgesellschaft werden erläutert.

Im Anschluss folgt eine kritische Nachbetrachtung. Wird COP 30 den Erwartungen gerecht? Wo zeigen sich Grenzen und Widersprüche? Sind Ziele ambitioniert genug? Welche Mechanismen fördern Umsetzung oder bleiben fragil? Wie transparent, inklusiv und demokratisch legitimiert sind Verhandlungen? Welche Interessenkonflikte zwischen Industrie, Staat und Umweltorganisationen beeinflussen Ergebnisse? Reichen zugesagte Mittel besonders betroffene Länder zu unterstützen, und wie stabil sind diese Zusagen?

Der Vortrag verbindet Perspektiven aus Wissenschaft, Politik, NGOs und Betroffenen, zeigt Fortschritte, Gaps und realistische nächste Schritte auf. Abschließend diskutieren wir Rechenschaftspflicht, Reformbedarf und resiliente Verhandlun-

gen. Wir freuen uns auf Ihre Fragen und einen konstruktiven Austausch.

Um wieviel hat sich das Klima weltweit und regional erwärmt? Welche Klimaabkommen sind derzeit in Kraft, welche sind neu, und wie effektiv sind sie? Zu dem Erreichten gehören neue Abkommen zur Finanzierung der Klimawandelanpassung und zum Schutz tropischer Wälder. Außerdem haben 119 Länder (die für 74 % der globalen Emissionen verantwortlich sind) neue nationale Klimapläne erstellt. Insbesondere wurde auch das Ziel bestätigt, den Klimawandel auf 1,5 °C zu begrenzen – wenn auch erstmals von dem Szenario die Rede ist, dass dieses Ziel nicht eingehalten werden könnte.

Im 2. Teil des Vortrags werden wir das am stärksten vom Klimawandel betroffene EU-Land besuchen – Zypern. Hier hat sich das Klima bereits um durchschnittlich 2 °C erwärmt, und die Folgen sind dramatisch. Der Vortrag illustriert detailliert, was das für die dort lebenden und arbeitenden Menschen, die Wasserversorgung, Landwirtschaft, natürliche Ökosysteme an Land und im Meer sowie die Geopolitik bedeutet.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Prof. Dr. Frithjof Küpper

1004

Dienstag, 3. März

18.30 bis 20 Uhr

die insel Hauptstelle • Raum P1

entgeltfrei



© DOERS Shutterstock



© Privat

Prof. Dr. Frithjof Küpper

aus Marl gewann bereits als Schüler bei „Jugend forscht“ in der Sparte Biologie den ersten Preis mit seinen Forschungen über die Auswirkungen von Schwermetallen auf Wasserpflanzen. Nach dem Abitur studierte er Biologie in Konstanz, im französischen Roscoff und in Paris. Nach der Promotion forschte und lehrte er in den USA an der University of California in Santa Barbara und in Schottland für die Scottish Association for Marine Science in Oban. Seit 2012 leitet der Meeresbiologe den Lehrstuhl für marine Biodiversität der University of Aberdeen, außerdem ist er seit 2013 Gastprofessor an der San Diego State University in Kalifornien.



Kopfweiden im Marler Süden

© 12. Februar 2021, FCK

Kopfweiden – Welchen Beitrag leisten Bäume zum Klimaschutz

Kopfweiden sind traditionelle Landschaftselemente in nord- und westeuropäischen Tiefebene. Ihre Bestände werden heute vor allem ehrenamtlich von Naturschützern gepflegt, weil sie wichtige strukturgebende Elemente der Kulturlandschaft auch unserer Region sind – und Lebensräume für eine grosse Biodiversität (vor allem Vögel, Fledermäuse, Insekten). Außerdem sind Kopfweiden, weil sie sehr schnellwüchsig sind, sehr nachhaltige Lieferanten grosser Mengen Brennholz und anderer Biomasse.

Behandelte Aspekte:

CO₂-Senken: Bäume binden CO₂ über Jahre hinweg durch Photosynthese und speichern Kohlenstoff in Holz, Wurzeln und Boden. Langfristige Speicherung: Kopfweiden haben oft schnelleres Wachstum, speichern aber durch Holzbaum Holz langfristig CO₂, besonders sinnvoll in Wäldern, Parks und Alleen.

Kühlung und Hitze-Rückhaltung: Baumbepflanzungen reduzieren urbane Hitzeinseln, senken

nearby Temperaturen und damit den Energiebedarf für Kühlung.

Bodenqualität und Wasserhaushalt: Wurzelsysteme fördern Bodenstruktur, Humusbildung und Wasserspeicherung, reduzieren Erosion und verbessern das Mikroklima. Biodiversität: Bäume schaffen Lebensräume für Vögel, Insekten und Flechten, stärken Ökosysteme und deren Resilienz. Luftqualität: Blätter filtern Staub und Schadstoffe; bei bestimmten Arten kann die Luftreinhalteleistung höher sein.

Wirtschaftliche Vorteile: Baumparks und Grünflächen steigern Immobilienwerte, fördern nachhaltige Stadtentwicklung und bieten Erholungsräume, was indirekt soziale und gesundheitliche Vorteile hat.

Die Veranstaltung beinhaltet (1) einen Vortrag und (2) einen praktischen Teil (einen Arbeitseinsatz zur Kopfweidenpflege). Im Vortrag (1) geht es generell um die Rolle von Baumpflanzungen und -schutz im Zusammenhang mit Klimaschutz, um Ursprün-

ge der Kopfweidenkultur, um ihre Biodiversität, Ökologie und ihren möglichen Beitrag zum Klimaschutz in Mitteleuropa. Im praktischen Teil (2) am folgenden Tag werden exemplarisch Kopfweiden im Marler Süden gepflegt, wobei die Biotopschutz- und Nachhaltigkeitsfunktion direkt erlebt werden können. Teilnehmer dürfen sich kostenlos mit dem dabei anfallenden, klimafreundlichen Brennholz versorgen.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Prof. Dr. Frithjof Küpper

1005

Freitag, 27. Februar

18.30 bis 20 Uhr

die insel Hauptstelle · Raum P1 und

Samstag, 28.2. (Praktischer Teil)

10 bis 16 Uhr

entgeltfrei

Bildungsurlaub

„Zukunftsregion Emscher-Lippe – nachhaltig und gerecht!“

Klimawandel, soziale Fragen und regionale Transformation erleben

Klimawandel, Energiewende und nachhaltige Ernährung sind nicht nur ökologische, sondern auch gesellschaftliche Fragen: Wer trägt die Lasten des Wandels, wer profitiert davon, und welche Verantwortung haben wir gegenüber kommenden Generationen? In diesem Bildungsurlaub setzen wir uns mit diesen Fragen auseinander und beleuchten die sozial-ökologische Transformation aus regionaler Perspektive.

Fünf Tage lang erkunden wir die Emscher-Lippe-Region überwiegend mit dem Fahrrad sowie ergänzend mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Dabei besuchen wir Orte und Projekte, die beispielhaft für den Wandel hin zu einer nachhaltigeren und gerechteren Gesellschaft stehen. Thematisiert werden unter anderem energetische Sanierung im öffentlichen Raum, regionale und nachhaltige Ernährung, der oft unterschätzte Aspekt der „grauen Energie“ sowie alternative Wohn- und Lebenskonzepte wie Wohnungs- oder Haustauschmodelle. Im Mittelpunkt steht die Frage, wie eine klimaneutrale Entwicklung der Region gelingen kann und wie dieser Prozess ge-

nerationengerecht gestaltet werden kann. Der Bildungsurlaub verbindet fachliche Impulse mit praxisnahen Exkursionen, Beobachtungen vor Ort und intensivem Austausch in der Gruppe. Diskussionen über Chancen, Zielkonflikte und Herausforderungen der sozial-ökologischen Transformation sind dabei ebenso zentral wie das gemeinsame Erleben der Region. Der klassische Seminarraum spielt in diesem Bildungsurlaub eine untergeordnete Rolle. Stattdessen wechseln sich unterschiedliche Lernorte, Exkursionen und gemeinsames Unterwegssein in der Region ab und ermöglichen einen abwechslungsreichen Zugang zu den Themen.

**Montag, 6. Juli, 10 Uhr bis
Freitag, 10. Juli, 15 Uhr**



395,00 EUR DZ/HP

495,00 EUR EZ/HP

100,00 EUR ohne Übernachtung

**Anmeldung über
www.arbeitundleben.nrw**

Energiewende in Marl – Was müssen wir tun?

Klimaschutz beginnt bei Individuen und Kommunen. Der Vortrag zeigt auf, was Einzelpersonen, Städte, Gemeinden und kommunale Entscheidungsträger leisten können. Er spricht von aktuellen Entwicklungen in Marl und der Region. Wo gibt es in Marl und Umgebung Potentiale, noch mehr zu erreichen, was sind die Herausforderungen? Was kann man mit dem privaten Lebenswandel erreichen, um dem Klima möglichst nicht zu schaden?

Ausbau erneuerbarer Energie: Ausbau von Solar- und PV-Anlagen auf Dächern von Wohn- und Gewerbegebäuden, ggf. lokale PV-Freiflächenanlagen; verstärkter Zubau von Windenergie an passenden Standorten.

Speicherkapazitäten: Erhöhung von Batteriespeichern, Power-to-X-Lösungen (z. B. Wasserstoff) zur Sektorenkopplung und zur Versorgungssicherheit in Zeiten geringerer Einspeisung.

Netzausbau und Systemintegration: Modernisierung der Netzstrukturen, intelligentes Lastmanagement, Demand-Response-Programme, um Strom aus erneuerbaren Quellen zuverlässig zu nutzen.

Wärme- und Mobilitätswende: Wärmedämmung, effiziente Heiztechnik (Wärmepumpen, Fernwärme), dezentrale Wärmeversorgung, Ausbau öffentlicher und gemeinschaftlicher Ladestationen für E-Fahrzeuge.

Industrie- und Stadtquartierlösungen: Lokale Industrie-CO₂-Reduktion durch effiziente Prozesse, Co-Benefits wie geringere Energiekosten und neue Arbeitsplätze; quartiersbezogene Energieversorgung (Quartierspeicher, intelligentes Energiemanagement).

Bürgerbeteiligung und Wirtschaft: Förderung lokaler Bürgerenergiegesellschaften, Anreize für private Investitionen, Transparenz über Förderprogramme und Kosten-Nutzen-Abwägungen.

Welche Rolle der Einzelne spielen kann:

Stromsparen: Verbrauch reduzieren (Stand-by vermeiden, Spitzenzeiten meiden), effiziente Geräte nutzen.

Erneuerbare Verträge: Ökostrom- oder -dachschutz durch Anbieterwahl unterstützen.

Dach- und kommunale Projekte: PV-Anlagen auf dem eigenen Dach installieren oder in lokale Projekte investieren; Fördermöglichkeiten prüfen.

Wärme investieren: Heizung auf Effizienz prüfen, Wärmepumpe oder Modernisierung, bessere Dämmung.

Mobilität: Nutzung von ÖPNV, Fahrrad, Carsharing; E-Fahrzeuge oder Hybridfahrzeuge bevorzugen; Ladeverhalten zeitlich optimieren.

Netz- und Community-Engagement: Teilnahme an Bürgerenergieprojekten, Mitwirkung in lokalen Ausschüssen, Informationsaustausch und Feedback geben.

Bildung und Bewusstsein: Informationen sammeln, Nachbarn und lokale Gruppen informieren, Workshops besuchen.

In Marl

Lokale Förderungen, Programme von Stadt Marl, NRW's Klimaschutzinitiativen und Förderbanken.

Kooperationen zwischen Stadt, Energieversorger, Unternehmen und Bürgern fördern lokale Wertschöpfung.

Langfristige Planung beachten: Kosten, Rentabilität, Netzintegration, soziale Fairness und Akzeptanz in der Bevölkerung.



Private Solaranlage in Marl

© 29.5.2020, FCK

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Prof. Dr. Frithjof Küpper

1006

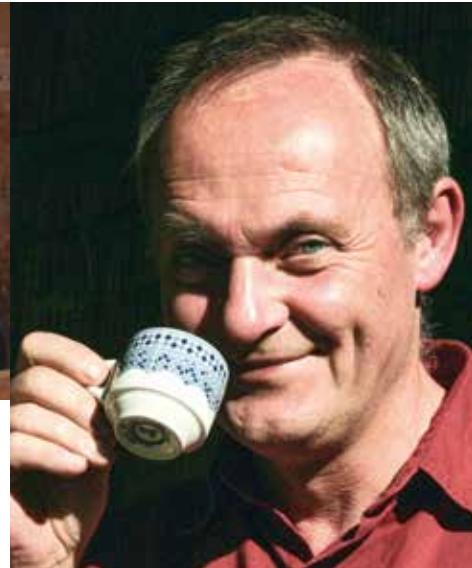
Donnerstag, 11. Juni

18.30 bis 20 Uhr

die insel Hauptstelle • Raum P1

entgeltfrei

Natur in Marl – Ein Abend mit dem NABU Marl



Marl ist mehr als Industrie und Bergbau – die Stadt und ihre Umgebung bieten eine überraschende Vielfalt an Naturräumen und Arten. Der NABU Marl lädt herzlich zu einem spannenden Vortrag ein, bei dem wir gemeinsam einen Blick auf die faszinierende Natur direkt vor unserer Haustür werfen.

Erfahren Sie, welche Tiere und Pflanzen in Marl heimisch sind, welche Lebensräume erhalten und geschützt werden müssen – und wie sich selbst scheinbar unscheinbare Ecken der Stadt als ökologische Schatzkammern entpuppen. Ob im eigenen Garten, in der Haard, am Loemühlenteich, am City-See, in der Matena oder an der HalMa – überall gilt es, die Natur zu entdecken.

Die drei engagierten Naturfotografen Philipp Schuch, Peter Marrek und Britta Müller präsentieren eindrucksvolle Bilder von Wildtieren in Marl – festgehalten in besonderen Momenten, direkt vor unserer Haustür. Ihre Fotografien zeigen die Schönheit der heimischen Tierwelt, die es zu schützen und zu erhalten gilt.

Erwin Gebauer, Gruppensprecher des NABU Marl, wird zudem über aktuelle Beobachtungen, Schutzprojekte und Möglichkeiten berichten, wie Sie sich selbst für den Erhalt der biologischen Vielfalt in Marl engagieren können. Bilder, Geschichten und konkrete Einblicke machen diesen Abend zu einer lebendigen Reise durch die Natur unserer Stadt.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

**Erwin Gebauer, Britta Müller,
Peter Marrek** 1007

**Dienstag, 27. Januar
18.30 bis 20 Uhr
die insel Hauptstelle • Raum P1
entgeltfrei**



Kaffee-Workshop: Von der Kirsche bis zur Tasse

© Alex Kunkel

Der Kaffee-Experte Alex Kunkel aus dem Kaffee-Garten-Ruhr in Essen zeigt die Wandlung grüner, grasig riechender Rohkaffeebohnen zum köstlichen Getränk. Dabei werden reife Kaffeekirschen von echten Kaffeebäumen untersucht. Wir erfahren Spannendes aus der Kultur- und Wirtschaftsgeschichte des beliebten Getränks – wie der Kaffee aus Äthiopien in das Osmanische Reich kam und von dort aus die Welt eroberte.

Lebendig berichtet er von der mühsamen Arbeit der Aufzucht, Ernte und Verarbeitung bis zur Rohkaffee-Bohne – und wie die Farmer mit dem Klimawandel kämpfen. Deshalb ist der FaireHandel wichtig zur Unterstützung der Kaffee-Produzenten.

Kurze Videos zeigen wie Kaffee heutzutage weltweit angebaut und verarbeitet wird. Das alles kennt Alex Kunkel von seinen Besuchen in einer Kaffee-Kooperative in Uganda.

Zum Schluss wird Kaffee geröstet und direkt verkostet.

Alex Kunkel

Der Kaffee-Experte aus dem KaffeeGarten-Ruhr in Essen war seit 2007 vierzehn mal in Uganda und berichtet anschaulich von seinen Erfahrungen.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Alex Kunkel 1008

**Mittwoch, 25. März
18.30 bis 21 Uhr
die insel Hauptstelle • Raum P1
entgeltfrei**

Deepfakes & KI – Wenn wir unseren Augen und Ohren nicht mehr trauen können

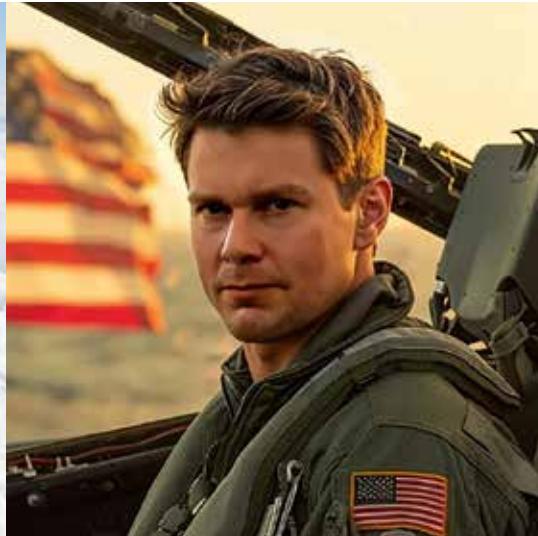


Beide Bilder sind KI-generiert!

Haben Sie das Video des Politikers gesehen, der Dinge sagt, die er nie gesagt hat? Oder von dem „Enkeltrick 2.0“ gehört, bei dem Betrüger die Stimme von Angehörigen täuschend echt am Telefon simulieren? Willkommen in der Welt der „Deepfakes“.

Künstliche Intelligenz (KI) entwickelt sich rasend schnell. Was gestern noch Hollywood-Studios vorbehalten war, ist heute mit einer einfachen App möglich: Gesichter in Videos austauschen, Stimmen klonen und Realitäten verfälschen. Doch wie unterscheiden wir in Zukunft Wahrheit von Fälschung?

In diesem Vortrag schauen wir hinter die Kulissen der KI-Manipulation. Verständlich und ohne unnötiges Fachchinesisch lernen Sie, wie diese Technologie funktioniert – und vor allem, wie Sie sich schützen können.



© Privat

Inhalte des Vortrags:

- **Was sind Deepfakes?**
Ein Blick in den Maschinenraum der Künstlichen Intelligenz.
- **Realität vs. Fälschung:**
Live-Beispiele, die verblüffen und aufklären.
- **Gefahren im Alltag:**
Von Fake News bis zu Schockanrufen – wo Vorsicht geboten ist.
- **Der Detektiv-Blick:**
Praktische Tipps und Checklisten, mit denen Sie gefälschte Videos und Audios entlarven (z.B. worauf Sie bei Augen, Lippenbewegungen und Atmung achten müssen).

Ziel des Abends ist es nicht, Angst vor der Technik zu schüren, sondern Ihre digitale Selbstverteidigung zu stärken. Werden Sie zum Experten für den „zweiten Blick“!

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Dipl.-Ing. Joachim Berns

1009

**Donnerstag, 5. Februar
18.30 bis 20 Uhr
die insel Hauptstelle · Raum P1
entgeltfrei**

Joachim Berns

Der Dipl.-Ing. Elektrotechnik und Autor von technischen Beiträgen wurde 1960 in Marl geboren. Nach dem Studium der Elektrotechnik und Tätigkeiten bei einer Firma für Automatisierungstechnik ist er seit 1989 Mitarbeiter der TU Dortmund. Zu Beginn hat er sich dort am Institut für Roboterforschung mit autonom arbeitenden Robotersystemen, maschinellem Lernen und der dazu erforderlichen Hardware beschäftigt. Seit 2014 ist er Mitarbeiter des Lehrstuhls für Hochspannungstechnik mit dem Schwerpunkt Hochspannungsgleichstromübertragung (HGÜ).



Lesung: Immer am Abgrund

In seiner Zeit bei der Polizei hat Klaus-Peter Lipphaus vieles erlebt, dass die Grenzen des Vorstellbaren übersteigt. Während seiner Jahrzehntelangen Arbeit als Kriminalkommissar ermittelte er gegen Rauschgiftbanden und organisierte Kriminalität, vor allem aber in zahlreichen erschütternden Mordfällen.

Habgier, sexuelle Triebhaftigkeit, schiere Mordlust – Kommissar Lipphaus war mit sämtlichen Spielarten der Niedertracht konfrontiert, aus denen Menschen zu Mördern werden.

In seinem Buch enthüllt er nun die schockierendsten Fälle, an deren Aufklärung er beteiligt war; von Kindsmorden über tödliche Familienzwiste bis zum

Doppelmord in Herne, der 2017 große Schlagzeilen machte. Lipphaus Geschichten beweisen, mit welchem unermüdlichen Einsatz die Polizei täglich dafür kämpft, dass jeder Täter seiner gerechten Strafe zugeführt wird. Damit kein Verbrechen ungesühnt bleibt. Sein Buch ist eine Reise an den Abgrund der menschlichen Seele.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Klaus-Peter Lipphaus

1010

Mittwoch, 11. März

18.30 bis 20 Uhr

die insel Hauptstelle • Raum P1

5 €

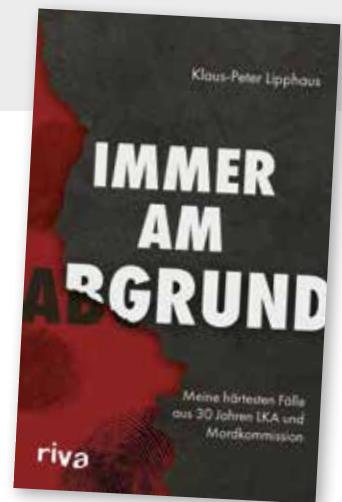
Klaus-Peter Lipphaus

... war über 40 Jahre im Polizeidienst von Nordrhein-Westfalen tätig. Der Spross einer Bergmannsfamilie erlernte die Verbrechensbekämpfung von der Pike auf: Nachdem er während der ersten Jahre seiner Laufbahn bei der Schutzpolizei die raue Wirklichkeit auf deutschen Straßen kennengelernt hatte, bewarb er sich erfolgreich für die Weiterbildung zum Kriminalkommissar. Danach bekämpfte er beim LKA Rauschgift- und Bandenkriminalität, bevor er in die Mordermittlung wechselte. Er stand mehreren Mordkommissionen vor und wurde schließlich zum Kriminalkommissariatsleiter befördert. Auch nach seiner Pensionierung 2021 unterstützte er die Behörden weiterhin mit seiner Expertise.



© Privat

- „Das tote Mädchen im Wald“, von Britta Marks u. Melanie Rust, ZDFHeute vom 24.03.2021
- „Mördern auf der Spur“, Folge 14 Ermittler an ihren Grenzen, ZDFInfo vom 18.11.2017
- <https://www.n-tv.de/panorama/Herner-Taten-nicht-leicht-wegzustecken-article19740982.html>
- WDR Lokalzeit Ruhr um 19.30 Uhr vom 08.05.2025 (Beitrag 4)
- <https://www.waz.de/staedte/bochum/article7312916/chef-ermittler-sieht-gefahr-von-raubmorden.html>



Er ist von zwei Krebserkrankungen genesen und hatte die Endlichkeit vor Augen, was ihn zum Schreiben brachte. Nachdem sich glücklicherweise die Perspektiven über die Endlichkeit zu seinen Gunsten verschoben haben, merkte er jedoch beim Schreiben, dass seine Erlebnisse als Polizist durchaus beachtlich waren und definitiv festzuhalten sind. Lipphaus hat bereits so viele Stationen durchlaufen, Erfahrungen und Erlebnisse sammeln durfte, die auch in einem Polizistenleben eher ungewöhnlich sind.

Atomwaffenverbotsvertrag

In diesem Jahr sollen US-Mittelstrecken-Flugkörper in Deutschland aufgestellt werden, haben die US- und Bundesregierung 2024 vereinbart. Aber schon 2021 hatte die US-Army angekündigt, eine der fünf für weltweite Einsätze vorgesehenen „Multi Domain Task Forces“ in Deutschland aufzustellen. Die Flugkörper (500 bis 2800 km Reichweite) sollen keine Nuklearsprengköpfe tragen, können aber Ziele weit im europäischen Teil Russlands erreichen, auch strategische Nuklearwaffen und Führungszentren. Ob Deutschland bei Angriffen eine Mitsprache haben wird, ist unklar. Anfliegenden Marschflugkörpern und Hyperschallraketen kann man nicht ansehen, ob sie Nuklearwaffen tragen. Russland wird alles tun, um seine Abschreckung aufrechtzuerhalten. Die Nervosität wird steigen; Fehlalarme und Überreaktionen sind auf beiden Seiten zu befürchten.

Dr. Jürgen Altmann erklärt die neuen Mittelstreckenwaffen, die nächstes Jahr nur in Deutschland stationiert werden sollen. Er erklärt auch die Besonderheiten dieser z. T. neuartigen Waffen und deren Bedeutung für uns.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Dr. Jürgen Altmann

1011

Mittwoch, 22. April

18.30 bis 20 Uhr

die insel Hauptstelle · Raum P1

entgeltfrei



Jürgen Altmann

PD Dr., (im Ruhestand) ist Physiker und Friedensforscher an der Technischen Universität Dortmund. Seit 1985 bearbeitet er wissenschaftlich-technische Probleme der Abrüstung.

Hauptfragen sind:

Welche Folgen für den Frieden würden neue Waffenarten bringen? Wie könnte man sie im Vorfeld verbieten oder begrenzen? Größere Studien befassten sich mit Laserwaffen, Raketenabwehr, Nanotechnik sowie unbemannten und autonomen Waffensystemen. In der Lehre behandelt er Atom- und andere Waffen, Begrenzungsverträge sowie die Überprüfung, ob sie eingehalten werden.

© Privat

Eröffnung der Frauenkulturtage 2026 – in Vielfalt vereint

Feminismus, Elternschaft, mentale Gesundheit, Familie, Queerness, Politik, Kultur ... Die Themen, die uns beschäftigen und die die Kooperationspartner*innen der Frauenkulturtage in ihren Veranstaltungen aufgreifen, sind vielfältig. Aber eines haben sie gemeinsam: sie bringen Menschen zusammen, die sich für die Gleichberechtigung von Frauen in der Gesellschaft einsetzen.

Die Eröffnungsveranstaltung bietet in diesem Jahr ganz besonders die Möglichkeit, zusammen zu kommen und sich zu vernetzen. Rednerin Britta Kah bringt in ihren Texten aktuelle gesellschaftliche Themen auf den Punkt und legt mit einem Augenzwinkern den Finger in die ein oder andere metaphorische Wunde. Inspiriert von ihren Ausführungen können die Teilnehmenden bei einem Imbiss ins Gespräch kommen und mit den Kooperationspartner*innen neue Verbindungen knüpfen, die wichtige Impulse für das gemeinsame Ziel der echten Gleichberechtigung der Geschlechter setzen können. Gemeinsam sind wir stark, gemeinsam sind wir in Vielfalt vereint.

Anmeldungen werden per E-Mail oder telefonisch entgegengenommen:

gleichstellungsbeauftragte@marl.de
oder 02365/992444

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Britta Kah

1012

Donnerstag, 5. März

15 bis 20 Uhr

die insel Hauptstelle · Raum P1

entgeltfrei



© Privat

Britta Kah

... zuhause irgendwo zwischen Ruhrgebiet und Niederrhein, ist Slam-Poetin, Moderatorin und Wortakrobatin. In ihren Texten verarbeitet sie das, was ihr das Leben vor die Füße oder an den Hinterkopf wirft. Dabei ist kein Themenbereich zu sensibel, keine Situation zu prekär, als dass sie nicht darüber schreiben und auf Bühnen sprechen würde. Ihre Inhalte sind stets unzensiert, direkt und zutiefst ehrlich, regen zum Schmunzeln aber immer auch zum Nachdenken an.

© Privat

Kreativer Abend – Leinwand der Stärke und Weiblichkeit

Kunstwerkstatt mit Anna Schüler



Anna Schüler

... lebt und arbeitet in einer Kleinstadt am Rande des Münsterlandes. Über einen Zeitraum von mehr als zwei Jahrzehnten führte sie in Selm eine Malschule und lehrte außerdem in Workshops und Seminaren, sowohl „in person“ als auch Online. Zudem bildete sie über einige Jahre Kreativpädagoginnen aus. Ihre Wurzeln liegen in Dortmund, einer bunten und lebendigen Stadt, die sie bis heute als Heimat begreift. Groß geworden im Umfeld der Zechen und Stahlöfen, der rauen aber herzlichen Mentalität der Menschen, wurden dort ihre Sichtweisen sowohl in künstlerischer als auch in persönlicher und politischer Hinsicht geprägt.

Die Künstlerin ist Malerin und Mixed-Media-Künstlerin. Ihr Schaffen umfasst abstrakte Gemälde, Mischtechniken und Collagen. Nach langen Jahren der großformatigen abstrakten Acrylmalerei arbeitet sie nun vorzugsweise kleinformatig und vermehrt mit Dingen, die eine Geschichte haben, Dinge, die manchmal weggeworfen, nicht mehr gebraucht werden.

Alte Papiere, Stoffe, Fotos und Anderes, das den Zauber, vielleicht aber auch die Tragödien vergangener Zeiten in sich trägt, deren Wert manchmal nicht wahrgenommen und/oder unterschätzt wird. Sehr wichtig ist ihr die Arbeit an einem Projekt, das sich mit der NS Zeit befasst und an dem sie seit 2021 kontinuierlich arbeitet.



© Anna Schüler

Werde Teil unseres kreativen Workshops! Gestaltet Eure Leinwand zum Thema Weiblichkeit und Stärke! Bringt dabei Euren Mut und Visionen ein. Wir wollen gemeinsam mit Euch in angenehmer Atmosphäre (mit Musik, Getränken, Snacks) unsere Phantasie entwickeln und unsere Resilienz stärken. Jede Frau ist willkommen! Eine Anmeldung wird für die Materialbeschaffung/-Nutzung bevorzugt.

Materialien: Kleine Leinwände pro Teilnehmerin und eine große Leinwand (bitte einen alten Kittel oder Hemd mitbringen)

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Anna Schüler

1013

Freitag, 13. März

16 bis 19 Uhr

die insel Hauptstelle · Raum K2

entgeltfrei

Das Frauenbild der AfD

27 % der Wählerinnen bei der letzten Bundestagswahl haben die AfD gewählt. Die AfD spricht sich offen und eindeutig für traditionelle Geschlechterrollen aus.

Zitat eines AfD-Kandidaten zur letzten Bundestagswahl: „Ich bin nach wie vor der Meinung, (...) dass Frauen nicht für die Politik geeignet seien, weil sie doch ein Stück weit emotionaler sind als Männer.“

Aktionen von Gewerkschaften an vielen Orten zu gerechter Bezahlung, ist für die AfD ein „Propagandainstrument“, das abgeschafft werden muss.

Die AfD drückt in ihrem Grundsatzprogramm klare Vorstellungen über die „einheimische“ Frau aus: Traditionell soll sie sein, viele Kinder bekommen und sich in Vollzeit um die Familie kümmern

An diesem Abend wollen wir darüber reden, warum Frauen die z.T. hart erkämpften Frauenrechte aufs Spiel setzen, uns gemeinsam ansehen, wie demokratisch ist die AfD, spaltet sie die Gesellschaft, ist sie wirklich frauenfeindlich?

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Bärbel Wilgermein

1014

Donnerstag, 7. Mai

18.30 bis 20 Uhr

die insel Hauptstelle · Raum P1

entgeltfrei

Bärbel Wilgermein

- Sozial-Pädagogin
- Betriebswirtin
- Trainerin für Rhetorik und Kommunikation



© Privat

Gleichberechtigung in der Musikindustrie

Zwischen Rockstar-Mythos und #MeToo: Gleichberechtigung in der Musikindustrie

In den vergangenen acht Jahren sind feministische Themen im öffentlichen Diskurs sichtbarer geworden, auch in der Musikindustrie. Dies ist nicht zuletzt auf den Hashtag #MeToo zurückzuführen, der Frauen weltweit dazu ermutigte, ihre Erfahrungen mit sexualisierter Gewalt in der Unterhaltungsbranche öffentlich anzusprechen und ihre Solidarität mit Betroffenen zu bekunden. Gleichzeitig zeigen Studien, dass sich Frauen in der Musikindustrie weiterhin mit Vorurteilen und Unrechtmäßigkeiten herumschlagen müssen. Anhand aktueller Beispiele aus den Medien und Erkenntnissen aus der internationalen Medienforschung wird dieser Vortrag einen Einblick in die aktuelle Lage der Gleichberechtigung in der Musikindustrie geben. Was ist der „Rockstar-Mythos“ und welche Auswirkungen hat er auf die öffentliche Wahrnehmung von Musikerinnen und anderen Frauen, die in der Musikindustrie mitwirken? Inwiefern hat #MeToo diese Wahrnehmung verändert? Welche Lösungsansätze gibt es, damit Frauen in der Musikindustrie gleichberechtigt teilhaben können? Diese Fragen werden im Laufe des Vortrags besprochen. Abschließend lade ich Sie ein Fragen, Gedanken oder eigene Erfahrungen zu teilen. Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Dr. Sarah Mengede

1015

Donnerstag, 26. März

18.30 bis 20 Uhr

die insel Hauptstelle • Raum P1

entgeltfrei



© Privat

Dr. Sarah Mengede

... ist Medien- und Kulturwissenschaftlerin mit dem Schwerpunkt Populärmusik. Bis vor Kurzem forschte und lehrte sie an der Newcastle University im Vereinigten Königreich, wo sie auch aktiv in der Musikindustrie mitwirkte. In ihrer Doktorarbeit erforschte Sarah Mengede die Erfahrungen von Rockmusikerinnen, Fotografinnen und Journalistinnen sowie deren Perspektiven auf den zeitgenössischen Musikjournalismus. Ihr Forschungsartikel „Women Rock“ (2020) wurde auf Englisch veröffentlicht und ist bei Taylor & Francis online abrufbar.

Marler Menschen – von Judith von Loe bis Ilse Olschewski



© RDN Verlag/Marco Stepienak

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Samstag, 7. März

11 bis 13 Uhr

Hülsstraße 24, 45770 Marl

entgeltfrei

1015A

Hinweis: das Buch (178 Seiten, mehr als 160 Bilder) ist im Buchhandel und im i-Punkt der Stadt Marl für 19,90 Euro erhältlich.

geschichtswerkstattmarl

Für das Gemeinwohl bauen



Scharounschule Marl, Zustand 2015

© LWL-DLBW Hartmut Ochsmann

Albert Schweitzer bemerkte treffend: „Erst bauen die Menschen die Wohnungen, dann bauen die Wohnungen die Menschen.“ Unsere gebaute Umwelt formt Denken und Verhalten – meist ist es die Architektur, die dafür den Rahmen setzt. Demokratisches Bauen wird dort real, wo Architektur nicht Einzelinteressen folgt, sondern soziale Verantwortung übernimmt. Besonders sichtbar ist

dies in Baugenossenschaften, im sozialen Wohnungsbau, in Selbsthilfe-Siedlungen, innovativen Wohnprojekten und generationenübergreifenden Häusern. Auch öffentliche Räume für Jugend, Kultur- oder Sport stärken Teilhabe und demokratische Bildung. Obwohl Namen wie Bauhaus, Le Corbusier oder Friedensreich Hundertwasser oft nur als Ästhetik erinnert werden und gewerkschaftliche Bauträger sogar in Vergessenheit geraten sind, bleiben ihre Ideen des demokratischen Bauens wertvoll – und verdienen es, wieder ins Zentrum gerückt zu werden.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Dr. Hans H. Hanke

**Dienstag, 28. April
18.30 bis 20 Uhr
die insel Hauptstelle • Raum P1
entgeltfrei**

1016

© Privat



Historiker und Denkmalpfleger, war 1992 bis 2022 wissenschaftlicher Referent der LWL-Denkmalpflege, Landschafts- und Baukultur in Westfalen. Er nimmt seit 1995 einen Lehrauftrag am Lehrstuhl für Kunstgeschichte an der Ruhr-Universität Bochum wahr. Er ist Autor zahlreicher Publikationen über Architektur und Städtebau im Ruhrgebiet.



© Skulpturenmuseum Marl,

Der Weg zum neuen Haus.

Kommunale Museumsarchitektur der Nachkriegszeit im Ruhrgebiet

In der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts erlebte das Ruhrgebiet einen regelrechten Museumsbauboom. Kommunen investierten in neue kulturelle Infrastrukturen, um den strukturellen Wandel der Region zu begleiten und ein neues Selbstverständnis zu formen. Dabei entstanden Museumsbauten, die zwischen Pragmatismus, architektonischer Vision und knappen Haushalten balancierten.

Der Vortrag beleuchtet diese vielschichtige Entwicklung – von den frühen Nachkriegsplanungen bis zu ikonischen Konzepten wie dem „white cube“ oder dem experimentellen „Split-Level-Bauten“, die flexible oder niederschwellige Museumsräume versprachen. Im Fokus steht dabei nicht nur die architektonische Form, sondern auch die Frage, welche kulturellen und politischen Leitbilder die kommunalen Bauherren leiteten.

Abschließend richtet der Vortrag den Blick auf den Umgang mit diesen heute oft in die Jahre gekommenen Häusern: Wie geht man mit den oft nicht fertiggestellten Bauten und überholten Konzepten um? Wie lassen sich ihre Qualitäten bewahren? Wie geht man mit energetischen, funktionalen oder denkmalpflegerischen Herausforderungen um? Und welche Rolle kann diese Architektur in einer Zeit spielen, in der Museen sich stärker öffnen, diverser werden und neue Formen des Erzählens suchen? Der Vortrag lädt dazu ein, die Museumslandschaft des Ruhrgebiets neu zu be-

trachten – als Spiegel ihrer Zeit und als Aufgabe, die uns bis heute beschäftigt wie das Projekt Marshall 66 in Marl zeigt.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Dr. Alexandra Apfelbaum

**Dienstag, 5. Mai
18.30 bis 20 Uhr
die insel Hauptstelle • Raum P1
entgeltfrei**

1017

© Privat

Dr. Alexandra Apfelbaum

ist promovierte Kunst- und Architekturhistorikerin. Sie ist im eigenen Büro seit 2009 als freiberufliche Autorin und Herausgeberin tätig, arbeitet als Kuratorin und Architekturvermittlerin und lehrt derzeit an der TH Köln Architekturtheorie. Ihr Schwerpunkt sind Forschungen zu Architektur und Kunst in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts mit Fokus auf dem Ruhrgebiet und der Nachkriegszeit. Sie ist zudem Mitbegründerin und Vorstandsvorsitzende der Initiative Ruhrmoderne, die sich für den Erhalt und die Weiternutzung der Nachkriegsarchitektur im Ruhrgebiet engagiert.



Wie funktioniert unsere Stadt?

Schwammstadt

Gemeinsam gestalten wir die Zukunft: Die Zukunftsinitiative Klima.Werk

Ob Starkregen oder Dürre: Die Zukunftsinitiative Klima.Werk möchte die Folgen des Klimawandels abmildern und das Stadtleben für die Bürger:innen nachhaltig attraktiver gestalten. Ziel ist es, die Städte durch Klimaschutz- und Klimafolgenanpassungsmaßnahmen zu stärken und so aktiv an der klimaresilienten Zukunft der Metropolregion mitzuwirken!

Andreas Giga, Leiter der Serviceorganisation der Zukunftsinitiative bei EGLV, betont: „Unser gemeinsames Ziel ist eine nachhaltige, wasserbewusste Stadtentwicklung, die die negativen Folgen des Klimawandels merklich reduziert.“ In seinem Vortrag innerhalb der Reihe „Wie funktioniert unsere Stadt?“ gibt er Antworten auf folgende Fragen:

- Wer sind die Macher:innen in der Zukunftsinitiative Klima.Werk?
- Was ist eine Schwammstadt?

Anhand eines Modells erklärt er den Aufbau und die Wirkungsweise einer Dachbegrünung und führt die Teilnehmenden so ins direkte Handeln.

Nehmen Sie an der von Rainer Oligmüller moderierten Diskussion teil und gestalten Sie aktiv die Zukunft unserer Stadt mit! Erfahren Sie, wie Sie durch einfache Maßnahmen einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz leisten können. Gemeinsam können wir die Herausforderungen des Klimawandels meistern und eine nachhaltige Zukunft gestalten.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Rainer Oligmüller

Andreas Giga

1018

Dienstag, 10. Februar

18.30 bis 20 Uhr

die insel Hauptstelle · Raum P1

entgeltfrei

© Virrage Images / Shutterstock



Wie funktioniert unsere Stadt?

Schwamm drunter

Extremwetterereignisse wie anhaltende Trockenphasen, Hitze und Starkregen nehmen aufgrund des Klimawandels zu. Städte, die stark versiegelt sind und über wenige Grün- und Wasserflächen verfügen, sind besonders stark betroffen. Die Zukunftsinitiative Klima.Werk arbeitet daher eng mit den Städten der Emscher-Lippe-Region zusammen, um die Auswirkungen des Klimawandels zu mildern.

Um effektiv handeln zu können, ist es entscheidend, frühzeitig über mögliche Lösungen und Wege aufzuklären, Wissen zu vermitteln und gemeinsam neue Ideen zu entwickeln. Genau hier setzt das Wissensspiel „Schwamm drunter!“ der Zukunftsinitiative Klima.Werk an. Dieses kollaborative Brettspiel vermittelt Wissen, regt zum Nachdenken an und zeigt, wie Akteur:innen der Stadtgesellschaft zum blau-grünen Stadtumbau beitragen können.

In der Reihe „Wie funktioniert unsere Stadt“ werden Menschen im Sinne einer Bildung für nachhaltige Entwicklung motiviert, sich aktiv für eine bessere Zukunft einzusetzen.

Im Workshop wird das Wissensspiel „Schwamm drunter!“ eingesetzt, um für die Themen Schwammstadt und Klimafolgenanpassung zu sensibilisieren. Rainer Oligmüller zeigt den Teilnehmenden anschaulich, was vor Ort für das Klima getan werden kann. Die Spielgruppe pflanzt Bäume, beantwortet Wissenstragen und kommt mit Bürger:innen sowie verschiedenen Akteur:innen aus Wirtschaft und Stadtverwaltung ins Gespräch. Die Spielmechanik vermittelt nicht nur Wissen über reale Klima-Projekte, sondern stärkt auch die Argumentationsfähigkeit und fördert die Kreativität.



© Zukunftsinitiative KLIMA.WERK

Machen Sie mit und gestalten Sie aktiv die Zukunft Ihrer Stadt! Melden Sie sich jetzt für den Workshop an und erfahren Sie, wie Sie durch einfache Maßnahmen einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz leisten können. Gemeinsam können wir die Herausforderungen des Klimawandels meistern und eine nachhaltige Zukunft gestalten.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Rainer Oligmüller

Estelle Fritz

1019

Mittwoch, 13. Mai

18.30 bis 20 Uhr

die insel Hauptstelle · Raum P1

entgeltfrei

Wie funktioniert unsere Stadt?

Bürgerschaftliches Engagement

Das Bündnis „Grüne Lungen für Essen“ hat 2024 den Essener Umweltpreis für seine Aktion „Moneien für Schotter“ gewonnen. Das Bündnis wurde mit Umweltpreisen geehrt. Die Initiative setzt sich für mehr Grünflächen in der Stadt ein, indem sie über die Nachteile von Schottergärten aufklärt und auf die Notwendigkeit von Klimaresilienz und Klimaanpassung aufmerksam macht.

Umwelt-, Natur- und Klimaschutz sind heute wichtiger denn je. Auch die Corona-Pandemie hat diese Probleme nicht weniger wichtig gemacht. Leider sind die politischen Entscheidungen zu diesen Themen in Essen oft nicht gut genug. Es wird in Essen viel gebaut, als ob der Klimawandel kein Problem wäre. Das Bündnis „Grüne Lungen für Essen“ kämpft dafür, dass die Grünflächen erhalten bleiben.

Die Referentin Estelle Fritz ist die Sprecherin dieses Bündnisses von verschiedenen Stadtteil-Initiativen, deren Ziel ist es, die Stadt Essen umweltfreundlicher zu machen und besser auf den Klimawandel zu reagieren.

Die Mitglieder des Bündnisses möchten auf die Bedürfnisse in Essen aufmerksam machen. Sie wollen, dass die Politik die richtigen Entscheidungen trifft. Dabei ist der Austausch zwischen Politik und Bürgerinnen und Bürgern sehr wichtig.

Im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Wie funktioniert unsere Stadt Marl?“ möchte Rainer Oligmüller mit Estelle Fritz und den Teilnehmenden ins Gespräch kommen. Gemeinsam wollen sie überlegen, wie die Ideen aus Essen auch in Marl umgesetzt werden können.

Kommen Sie dazu, bringen Sie Ihre Fragen mit und lassen Sie uns gemeinsam für eine nachhaltige Zukunft einsetzen.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Rainer Oligmüller

1020

Estelle Fritz

Donnerstag, 21. Mai

18.30 bis 20 Uhr

die insel Hauptstelle · Raum P1

entgeltfrei



© Maike Willuweit

Wanderung durch den Arenbergischen Forst

Eine Mitarbeiterin des Zentralen Betriebshofs der Stadt Marl führt Sie auf einer ca. 3 km langen Wanderung durch den schönen Arenbergischen Forst.

Entlang der Neuaufforstung zum klimastabilen Mischwald hin zur ökologischen Ausgleichsfläche, sowie zur Schaffung eines Ersatzlebensraumes der Waldschnecke, zurück zum Wanderparkplatz.

Die Wanderung wird mit Informationen rund um den Klimawandel, der modernen Forstwirtschaft und einem kleinem Wissensquiz begleitet.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Maike Willuweit

1021

Donnerstag, 21. Mai

15 bis 17 Uhr

Arenbergischer Forst

Treffpunkt Wanderparkplatz

Alter Hervester Weg

entgeltfrei

© Unsplash



Propagandafilme des Dritten Reiches: Vorbehaltshelf „Pour le Mérite“

Pour le Mérite ist ein von der nationalsozialistischen Regierung in Auftrag gegebener Propagandafilm, der den Frieden von Versailles diffamiert und die Ursprünge des Nationalsozialismus aufzuzeigen versucht. Der Film spielt zunächst 1918 und erzählt die Geschichte einiger junger deutscher Kriegsflieger an der Westfront. Der Leutnant der Reserve Fabian, Ordensträger des „Pour le Mérite“, wird für einen abgestürzten Kameraden an die Front eingezogen. Beim Einsatz unter Rittmeister Prank müssen die Deutschen erhebliche Verluste durch den englischen Captain Brown hinnehmen. Mit Inkrafttreten des Versailler Vertrags 1920, der Deutschland eine eigene Luftwaffe sowie die allgemeine Wehrpflicht verbietet, müssen sich die ehemaligen Flieger in Zivilberufen durchschlagen. Fabian heiratet und gründet mit einigen Kameraden eine Segelflugschule, um heimlich eine neue Luftwaffe aufzubauen. Prank geht aus Abscheu vor der Demokratie nach kurzer Gefangenschaft ins Ausland. Erst als 1935 die Wehrmacht gegründet wird, kommt er zurück. Einige der ehemaligen Fliegerkameraden können in der neu gegründeten Luftwaffe wieder gemeinsam kämpfen. Karl Ritter war einer der wichtigsten Filmemacher des NS-Regimes. Unter seiner Regie entstanden viele Filme, die die Ideologie des Dritten Reichs mehr oder weniger explizit transportierten.

Pour le Mérite erhielt als erster Film das Prädikat „jugendwert“ und wurde außerdem als „staatspolitisch und künstlerisch besonders wertvoll“ geführt. Der Film kolportiert die „Dolchstoßlegende“, verherrlicht die Wehrmacht und wendet sich ge-

gen Demokratie. Vorbild für Hauptfigur Prank ist der deutsche Jagdflieger Freiherr von Richthofen, der für seine Verdienste im Ersten Weltkrieg als Roter Baron gefeiert wurde. Ritters Film ist ein Loblied auf die deutschen Jagdflieger und demonstriert an ihnen den vermeintlichen Ursprung des Nationalsozialismus. Mit seiner beabsichtigten Wirkungsweise zählt er als „Kriegserziehungsfilm“.

Von den Alliierten wurde der Film 1945 als Verbotsfilm klassifiziert. Seit 1966 befinden sich die ehemaligen Verbotsfilme im Bestand der Friedrich-Wilhelm-Murnau-Stiftung und werden unter Vorbehalt in öffentlichen Aufführungen zugänglich gemacht.

- Kriegsfilm aus dem Jahre 1938
- Deutsche Erstaufführung: 22.12.1938
- Länge: 121min
- Land: Deutschland
- Regie: Karl Ritter
- Drehbuch: Fred Hildenbrand
- Kamera: Günther Anders
- Musik: Herbert Windt
- Ton: Werner Pohl
- Bauten: Walter Röhrig

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Uwe Frank Bauch

1022

Donnerstag, 28. Mai

18.30 bis 20 Uhr

die insel Hauptstelle · Raum P2

entgeltfrei



SPIELZEIT 25/26



PROGRAMMÜBERSICHT & KARTEN: www.theater-marl.de

oder im i-Punkt im Marler Stern | Telefon 02365.994310 | i-Punkt@marl.de





© Stadt Marl

Tag des Gedenkens an die Opfer des Nationalsozialismus

„Hatte mich total in ihrem Bann“

Gedenkfeier und ökumenischer Gottesdienst zur Erinnerung an die Opfer des Nationalsozialismus am 27. Januar 2026 in der Scharounschule

Aus den Erinnerungen eines Mannes, der als junges NSDAP-Mitglied zum ersten Mal eine Rede von Adolf Hitler hörte und den Moment als „Erweckungserlebnis“ empfand: „Da gab es nur noch eine Sache für mich, entweder mit Adolf Hitler zu gewinnen oder für ihn zu sterben. Die Persönlichkeit des Führers hatte mich total in ihrem Bann.“ Der Führerkult des Nationalsozialismus war politisches Instrument und Staatsideologie zugleich, der Millionen Menschen an die Unfehlbarkeit eines Einzelnen glauben ließ.

Der Blick in die Vergangenheit mahnt uns zur Erinnerung und ebenso zur Wachsamkeit in der Gegenwart. Denn auch heute erleben wir in Teilen der Welt, aber auch in digitalen Räumen unserer Gesellschaft neue Formen von Personenkult und autoritärer Sehnsucht. Menschen suchen Halt in einfachen Antworten, folgen lautstarken Stimmen und entwickeln blinden Respekt vor Autoritäten, ohne diese kritisch zu hinterfragen.

Unter der Überschrift „Hatte mich total in ihrem Bann“ lädt Bürgermeister Thomas Terhorst am 27. Januar 2026 um 17.00 Uhr zur Gedenkfeier am „Tag des Gedenkens an die Opfer des Nationalsozialismus“ in die Aula der Scharounschule ein. Das Jahresthema der Veranstaltung lautet: Führerkult. Bereits um 16:00 Uhr beginnen Pastoralreferent Dr. Philipp Winger (Pfarrei Heilige Edith Stein) und Pfarrer Siegfried Erbslöh (esm) mit einem ökumenischen Gottesdienst. Zwischen Gottesdienst und Gedenkfeier gibt es eine 20-minütige Pause.

Das Programm wird mitgestaltet von: Albert-Schweitzer-/Geschwister-Scholl-Gymnasiums, der Willy-Brandt-Gesamtschule, Gymnasium im Loekamp, der Initiative Marler Wege zum Frieden und der Akzeptanz Company Marl.

**Dienstag, 27. Januar
16 bis 18.30 Uhr**
Aula Scharounschule · Westfalenstraße 68a
entgeltfrei

90 Jahre Stadt Marl

Am 20. April 1936 erhielt Marl vom Oberpräsidenten der Provinz Westfalen, Freiherr von Lüninck, die Stadtrechte gemäß der „Deutschen Gemeindeverordnung vom 30. Januar 1935“. Das vorherige Großamt Marl mit seinen ländlichen Flächen, diversen Ortschaften, dem Amtshaus an der Vikariestraße und zwei Zechen wurde zur Stadt erhoben.

Wie kam es ausgerechnet 1936 dazu? Was bedeutete die Stadtwerdung für die Menschen in Marl? Und wie ging es weiter? Diese und weitere Fragen beantwortet ein stadtgeschichtlicher Vortrag am Jahrestag des Stadtgeburtstags mit Begrüßung durch Bürgermeister Thomas Terhorst und anschließendem Empfang. Nähere Details zum Referenten etc. erscheinen online und in der Lokalpresse.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

**Montag, 20. April
ab 17.30 Uhr**
Aula Scharounschule · Westfalenstraße 68a
entgeltfrei



© Stadt Marl

Demokratie in Gefahr!

AG Demokratie in Marl

Die „AG Demokratie in Marl“ ist überparteilich, demokratisch und ein Netz von Einzelnen, die in Marl vielfältig aktiv und vernetzt sind. Sie will für das „Wir“ in Marl menschenrechtliche Bildung unterstützen, wofür es viel Potenzial und leider auch Bedarf gibt. Die AG Demokratie in Marl spricht gezielt verschiedene Generationen und sozial-kulturelle Milieus an und verhilft zum vielseitigen Erfahrungsaustausch, u.a. durch Befragung auch von Zeitzeugen und „Zeitzeugen“, auch um aus unserer Geschichte demokratisch zu lernen. Zum Einsatz kommen alle möglichen Medien, natürlich auch „social media“.

Bisherige Aktionen: Vor der Europawahl 2024 und in 2025 äußern sich Jugendliche durch Video-Clips in sozialen Medien. Niedrigschwellige Gesprächssituationen an Jugendzentren. Einladung an Schulen. Gemeinsame Veranstaltungen verschiedener Generationen am 9.9.2025 um 18.30 Uhr in der insel-VHS.

Die AG Demokratie in Marl trifft sich nach Vereinbarung und kooperiert außer mit der insel-VHS auch mit dem Kinder- und Jugendparlament, dem Seniorenbeirat, weiterführenden Schulen und Jugendeinrichtungen in Marl.



Am 8. Mai 1945 wurde Deutschland vom Nationalsozialismus befreit. Den Deutschen und der ganzen Welt wurde nach dem Zweiten Weltkrieg klar, was Faschismus bedeutet und wozu Menschen im Namen dieser menschenverachtenden Ideologie fähig sind. Aus dieser Erkenntnis entstand die Verpflichtung „Nie Wieder Faschismus“ und die Erkenntnis, dass unsere Demokratie wehrhaft bleiben muss und Jede*r von uns dazu aufgerufen ist, sie zu verteidigen.

Wir haben nun das Jahr 2026, und obwohl die Grausamkeiten des Zweiten Weltkriegs, die Shoah und das gesamte Grauen in Geschichtsbüchern beschrieben werden, verlieren viele Menschen die emotionale Verbindung dazu. Unsere Demokratie wird in manchen Kreisen infrage gestellt, wir erleben weltweit einen massiven Rechtsruck in der Politik – über Trump, Putin, Orbán, Bolsonaro und viele andere. Um so wichtiger ist es aufzuzeigen, dass unsere Demokratie alternativlos ist und dass wir „arbeiten“ müssen, um diese zu erhalten.

Deshalb möchten wir an diesem geschichtsträchtigen Tag generationsübergreifend einladen, Demokratie Geschichten aus Marl im Wandel der Jahrzehnte zu hören und gleichzeitig miteinander ins Gespräch zu kommen. Seien Sie dabei und fühlen Sie sich willkommen.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

AG Demokratie in Marl

Freitag, 8. Mai

18 bis 20 Uhr

die insel Hauptstelle · Raum S5

entgeltfrei

1022A



© Marler Gruppe

Marler Gruppe

Die Marler Gruppe ist die Fortsetzung der klassischen Fernseharbeitsgemeinschaft, die vor mehr als fünfzig Jahren als Projekt der Volkshochschule – später in Zusammenarbeit mit dem Adolf-Grimme-Institut – entstanden ist.

Sie trifft sich in der Regel einmal im Monat und sichtet Fernsehbeiträge und vergleichbare Netzproduktionen verschiedener Sparten. Ausgewählte Filme – jedes Mitglied ist hier vorschlagsberechtigt – werden geschaut und mit fachlicher Begleitung diskutiert, mal einig, mal kontrovers, aber immer sehr lebendig.

Die Marler Gruppe vergibt den Grimme-Publikumspreis. Aus ihrem Kreis bildet sie gegen Schluss eines Kalenderjahres eine alle Altersgruppen berücksichtigende Jury, die in der Regel Ende Januar/Anfang Februar in einer mehrtägigen Sichtung den Film ermittelt, der prämiert werden soll – in diesem Jahr in der Kategorie „Kinder & Jugend“. Bei den anschließenden Sitzungen werden wir uns in diesem Jahr auf Produktionen und Entwicklungen im Bereich „Information & Kultur“ konzentrieren.

Teilnehmen an dem VHS-Kurs „Marler Gruppe“ können alle, die Interesse an der Entwicklung der Medienlandschaft und an der Auseinandersetzung mit TV- und Netz-Beiträgen haben. Besonders erwünscht ist die Teilnahme von jungen Leuten wie zum Beispiel Schülerinnen und Schülern aus der Oberstufe der Marler Gesamtschulen und Gymnasien und des Berufskollegs.

Eine Anmeldung zur Teilnahme ist erforderlich.

Gabi Hinderberger, Kurt Langer

1023

6 x mittwochs

18 bis 20 Uhr

ab 21. Januar

die insel Hauptstelle · Raum S5

entgeltfrei

Geschichtswerkstatt: Neues aus Marls Geschichte

Originelle Gastwirte, tüchtige Pastoren, kreative Politiker und Politikerinnen, strenge Pädagogen, pflichtbewusste Mediziner, staatstreue Beamte – sie und viele weitere Frauen und Männer haben Marl's Geschichte geprägt. Sie lenkten die Geschichte ihrer Heimatstadt, wurden gefeiert, drückten der Gemeinde ihren Stempel auf. Was waren das für Menschen?

Dieser Frage ist die Geschichtswerkstatt nachgegangen und hat deshalb eine Biographien-Sammlung „Marler Menschen“ geschrieben, die demnächst in Buchform veröffentlicht werden soll. Die Lebensbilder machen die wechselvolle Marler Geschichte des 20. Jahrhunderts greifbar. Sie setzen kein Denkmal, sondern geben einen facettenreichen Einblick in die Lebendigkeit der Stadt.

Die Geschichtswerkstatt will sich nun neuen Aufgaben zuwenden und ist aufgeschlossen für Anregungen, Vorschläge und Ideen, welche Themen angegangen werden sollen und sich realisieren lassen. Mitmacherinnen und Mitmacher, die an der Geschichte von Marl interessiert sind, können sich gerne hier einbringen.

Die Geschichtswerkstatt ist eine gemeinsame Veranstaltung der insel-VHS und des Heimatvereins Marl e.V.

Gert Eiben

1024

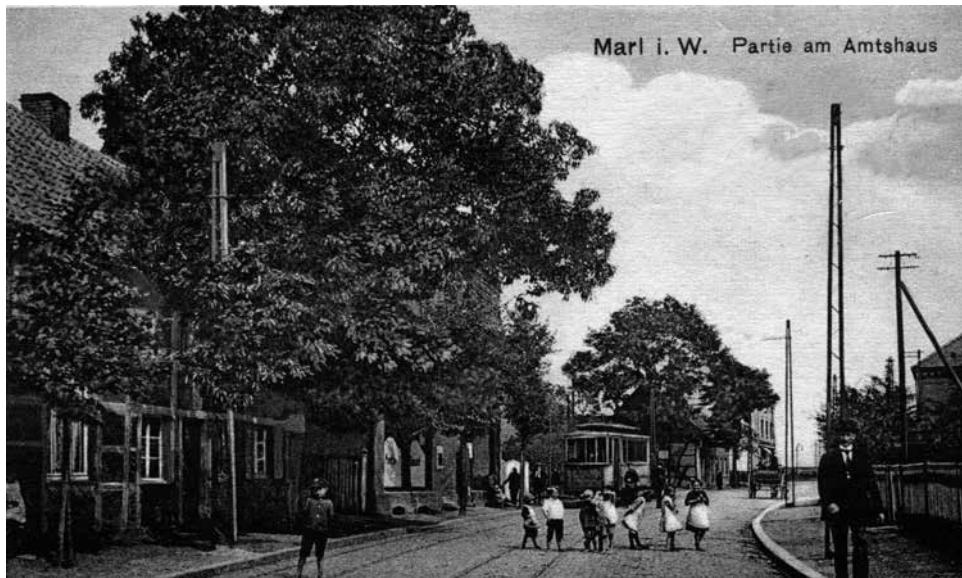
6 x dienstags

19 bis 20.30 Uhr

ab 27. Januar

die insel Hauptstelle • Raum P2

entgeltfrei



Marl vor mehr als 100 Jahren, als die Hochstraße noch ein Spielplatz war. Der Zaun rechts steht vor der Volksschule, hinten rechts das ganz alte Amtshaus.

Partnerschaftlich und zu fairen Preisen wohnen



bei der Alte Marler Wohnungsgenossenschaft eG



**Wohnen in
Alt-Marl,
Marl-Drewer
und Marl-Sinsen.**



... genossenschaftliches Wohnen in Marl ... einmalig!

Alte Marler Wohnungsgenossenschaft eG • Willy-Brandt-Allee 2 • 45770 Marl
Telefon 0 23 65 / 51 11 70 • Mobil 0160-5763502, Herr Annuß (Vermietung)
www.alte-marler-wohnungsgenossenschaft.de

Workshop In C - Marler Partitur

Es geht weiter, ganz Marl kann tanzen! Bei der Erstaufführung der Marler Partitur am 10. und 11. September 2022 nahmen Schulen, Vereine und Menschen aus der ganzen Stadt zusammen mit internationalen Tänzerinnen und Tänzern die Straßen und Plätze in Besitz. Was eben noch alltägliche Bewegung war, wurde vor unseren Augen zu einer Choreografie, die alle und alles verbunden hat.

Sasha Waltz, deutsche Tänzerin, Choreografin und Gewinnerin des Deutschen Tanzpreises hat dieses Projekt für die Stadt Marl entwickelt, in Zusammenarbeit mit dem Skulpturenmuseum Marl. Initiiert wurde es von der Initiative Zukunft findet Stadt, einer Gruppe Marler Bürgerinnen und Bürger, die sich für den Erhalt wichtiger Bauwerke und die Belebung der Stadtmitte engagieren.

Sasha Waltz' In C – Marler Partitur greift auf Terry Riley's Komposition In C (1964) zurück, mit der die Kompagnie schon in anderen Projekten Erfahrungen sammelte. Sie ist aus 53 musikalischen Phrasen zusammengefügt, welche nach eigenem

Ermessen der MusikerInnen wiederholt werden können. Die Choreografie folgt diesem Prinzip und sieht 53 Bewegungsfiguren vor, die sich in einer klaren Regeln folgenden „strukturierten Improvisation“ überlagern und verschieben können. Die Figuren können von Laiengruppen ganz oder teilweise eingeübt und in eigene tänzerische Abläufe eingefügt werden.

Nun können Interessierte völlig neu einsteigen oder auch ihre Kenntnisse auffrischen.

Anmeldung erwünscht per E-Mail an:
zukunft-findet-stadt-marl@web.de

3 x sonntags 1025
11 bis 13 Uhr
ab 22. Februar
die insel Zwgst. Hüls • 3. Etage
Raum 3.1 Gymnastik
entgeltfrei

© Neue Auftraggeber



Deutschland deine Weine!

Dieser Abend bietet Einblick in die Welt der deutschen Weine: Auf unserem Streifzug durch die deutschen Anbaugebiete verkosten wir in lockerer Atmosphäre von knochentrocken bis lieblich süß und von weiß über rosé zu rot. Wir bringen Licht in die Systematik der Prädikatsweine und der Qualitätsstufen, vom Ortswein bis zum Großen Gewächs. Ulrike Schulte-Zurhausen, Sommelière und Weinfachfrau, führt durch den Abend und weiß auch manchen Tipp zur Frage, wie Wein und Speisen ein optimales Paar ergeben.

Zu den Weinen werden Mineralwasser und Brot gereicht. Den Teilnehmenden steht es frei, Knabberereien und kleine Snacks mitzubringen.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.
Das Entgelt in Höhe von 25 € ist an der Abendkasse bei Wein Molitor zu entrichten.

Ulrike Schulte-Zurhausen 1026
Donnerstag, 30. April
18.30 bis 20 Uhr
Weinhof Molitor
25 €



© Ulrike Schulte-Zurhausen

Ulrike Schulte-Zurhausen

ist schon lange in der Weinwelt zu Hause: Nach vielen Jahren als Kauffrau im internationalen Weingroßhandel und praktischen Erfahrungen auf deutschen und französischen Weingütern ist die ausgebildete IHK-Sommelière jetzt im Bereich Weinreisen und -events unterwegs. Ihre vinophile Begeisterung teilt sie gern mit Gleichgesinnten und veranstaltet aus dieser Motivation heraus Themenabende und Verkostungen.

Seniorenbeirat der Stadt Marl

Der Seniorenbeirat der Stadt Marl besteht aus 22 direkt in den einzelnen Wahlbezirken gewählten Mitgliedern.

Der Beirat versteht sich als Sprachrohr der älteren Einwohnerinnen und Einwohner und plant, beratend dem Stadtrat und der Verwaltung zur Seite zu stehen. Themen wie Altenhilfe, altengerechtes Wohnen und generationenübergreifende Angebote stehen im Fokus.

Zum Aufgabenbereich des Seniorenbeirates gehört in erster Linie die Vertretung der Interessen der lebenserfahrenen Generationen. Um diese Interessenvertretung sinnhaft wahrnehmen zu können, entsendet der Seniorenbeirat Mitglieder in die Ausschüsse der Stadt. In den Ausschüssen

arbeiten Mitglieder der Fraktionen verschiedener Parteien, sachkundige Bürger:innen und die einzelnen Mitglieder des Seniorenbeirates zusammen, um die anstehenden Aufgaben der Stadt zu diskutieren, Lösungsansätze zu erarbeiten und die Beschlüsse des Rates vorzubereiten.

Nach der Satzung des Seniorenbeirates ist der Beirat vor jeder Entscheidung, die die Lebenssituation erfahrener Menschen betrifft, zu informieren und um eine Stellungnahme zu bitten.

Mindestens einmal jährlich lädt der Bürgermeister den Vorstand ein und einmal jährlich trifft er sich mit allen Beiratsmitgliedern, um gemeinsam interessierende Belange zu erörtern.



Der Seniorenbeirat hat verschiedene Arbeitskreise eingerichtet, um unterschiedliche Themen zu bearbeiten:

Im Alter mobil bleiben

Hier beschäftigen wir uns z.B. mit den Verkehrsverbindungen der Vestischen, Generationenparkplätzen, dem Tag der Mobilität, mit der Sicherheit auf Rad- und Gehwegen, aber auch damit, was angeboten werden kann, damit alte Menschen sich gut fortbewegen können.

Was tun gegen Altersarmut?

Hier beschäftigen wir uns mit Möglichkeiten der Unterstützung von Rentnerinnen und Rentnern in Kooperation mit LichtBlick Seniorenhilfe e.V., mit Klaras AntiRost, der Initiative Marl hilft und anderen Möglichkeiten, Bedürftigen zu helfen. Wir suchen Unterstützerinnen und Unterstützer, die z.B. Sharingprojekte initiieren.

Verbesserung der Kommunikation der verschiedenen Generationen

Der Seniorenbeirat ist der Meinung, dass alle Generationen im Gespräch sein sollten und will eine Initiative für Vorleseomas und -opas gründen. Nahezu 40 Prozent aller Kinder wird nicht vorgelesen. Das hat erhebliche Auswirkungen auf die Entwicklung der Sprache. Eine Zusammenarbeit mit dem noch zu gründenden Kinder- und Jugendparlament ist selbstverständlich.

Verbesserung der Lebenssituation von älteren Menschen mit Behinderungen

Der Seniorenbeirat setzt sich für Barrierefreiheit in allen Lebensbereichen ein; es bedarf mehr öffentlicher Toiletten und einer größeren Akzeptanz der Öffentlichkeit. Regelmäßig werden Rollatorentrainings gemeinsam mit der Verkehrswacht, der Vestischen Straßenbahnen GmbH und der Polizei durchgeführt.

Mitbestimmung und Teilhabe

Der Seniorenbeirat motiviert, sich politisch zu organisieren, in Gewerkschaften zu bleiben und tritt ein für die Stärkung der demokratischen Organisationen und Verbände.

Lebenslanges Lernen ist für den Seniorenbeirat selbstverständlich. Er freut sich, dass die insel-VHS Veranstaltungen durchführt, die auf die Bedürfnisse der Älteren zugeschnitten sind.

Ansprechpartner*innen:

Herr Klaus Schäfer (Vorsitzender Seniorenbeirat)

Tel.: 02365/9212889, E-Mail: kla.scha@freenet.de

Geschäftsführung Seniorenbeirat: Lisa-Marie Dünheuft

Tel.: 02365/99-2285, E-Mail: lisa-marie.duenheuft@marl.de



MAKS

Marler Arbeitskreis für Senioren

Wer ist MAKS?

- MAKS ist die Abkürzung für den Marler Arbeitskreis für Senioren.
- MAKS kümmert sich um die Belange älterer Menschen in Marl.
- Verschiedene Akteure der Seniorenarbeit in Marl sind miteinander gut vernetzt und geben auf kurzem Wege, pragmatisch und unbürokratisch, Beratung und Hilfestellung.
- MAKS bietet ein umfassendes Beratungs- und Betreuungsangebot für Marler Senioren und ihre Angehörigen.

Hier finden Sie uns:

Altenhilfe koordination

Kerstin Marohn-Ranft
Riegelhaus, 2. Etage, Raum 201
Telefon: 02365 – 99 2390
E-Mail: Kerstin.Marohn-Ranft@Marl.de

GERIATRIE Klinikum Vest, Paracelsus-Klinik Marl

Lipper Weg 11, 45770 Marl
Telefon: 02365 / 90 - 1731

Wer ist MAKS?

- Die Mitglieder von MAKS sind Mitarbeitende ...
- der Wohlfahrtsverbände: ASB, AWO, Ev. Johanneswerk, Caritas, Diakonie mit verschiedenen Funktionen und Aufgabenbereichen
 - des Beratungs- und Infocenter Pflege (BIP) der Stadt Marl
 - von Pflegeheimen
 - der Alzheimer Gesellschaft, Kreis Recklinghausen
 - des Sozialpsychiatrischen Dienstes des Kreises Recklinghausen
 - des Ambulanten Hospizvereins Marl e.V.
 - des Fördervereins Klara Hospiz
 - der Evangelischen Stadtkirchengemeinde
 - der Pflege-Überleitung der Geriatrie in der Paracelsus-Klinik

sowie

- die Altenhilfe koordinatorin der Stadt Marl
- der Integrationsbeauftragte der Stadt Marl
- der Betreuungsbehörde der Stadt Marl
- die Vorsitzende des Seniorenbeirats der Stadt Marl
- der Chefarzt der Geriatrie in der Paracelsus-Klinik

Frau Marohn-Ranft

Altenhilfe koordination Stadt Marl

Tel.: 02365 99-2390

www.MAKS-Marl.de



Offene Bewegungstreffs für ältere Menschen in Marl

*Draußen mit Spaß
in Schwung kommen!*

Kostenlos
& ohne
Anmeldung!

Wann und wo?

montags, 10.30 Uhr Max-Reger-Straße 99
am Nachbarschaftszentrum Hüls-Süd

mittwochs, 11.00 Uhr Schwalbenstraße 39
am Lutherhaus in Marl-Hamm

Das Treffen findet bei jedem Wetter für
30 – 40 Minuten statt.

Ansprechpersonen bei der Stadt

Kerstin Marohn-Ranft Tel.: 02365 99-2390
Christiane Roggenbuck Tel.: 02365 99-2856

Was muss ich beachten?

- einfache Alltagsbewegungen ohne Vorkenntnisse
- keine Sportkleidung erforderlich
- geschulte Bewegungstreffeitungen
- Mitmachen auf eigene Verantwortung



Die elektronische Patientenakte

Seit 2025 wird die elektronische Patientenakte (ePA) schrittweise im Gesundheitswesen eingeführt. Viele Praxen und Kliniken arbeiten bereits damit, doch die Umsetzung verläuft unterschiedlich schnell – und für Patientinnen und Patienten bleiben oft Fragen offen. Wer der ePA nicht widersprochen hat, besitzt bereits automatisch eine eigene Akte. Offen ist für viele jedoch, wie sie diese Akte einsehen, verwalten und über App oder Computer freischalten können.

Der 90-minütige Vortrag vermittelt einen verständlichen Überblick über den aktuellen Stand der ePA. Es wird erklärt, wie die Einsicht und Verwaltung über Smartphone, Tablet oder PC funktioniert, welche Informationen gespeichert werden können, wie man Zugriffsrechte für Angehörige oder Bevollmächtigte vergibt und welche Vorteile

oder Kritikpunkte derzeit diskutiert werden. Auch die Frage, was passiert, wenn man seine ePA nicht aktiv nutzen möchte, wird behandelt. Ziel ist es, eine klare Grundlage für eine informierte und selbstbestimmte Entscheidung im Umgang mit der elektronischen Patientenakte zu schaffen.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Maren Wensing

1027

Mittwoch, 18. März

17 bis 18.30 Uhr

die insel Hauptstelle · Raum P1

entgeltfrei

In Kooperation mit dem Seniorenbeirat Marl und MAKS

© Maren Wensing



Pedelectraining in Kooperation mit dem Polizeipräsidium Recklinghausen

Pedelec und E-Bike

Die Sicherheit von Radfahrern steht schon seit Jahren im besonderen Fokus der Verkehrssicherheitsarbeit des Polizeipräsidiums Recklinghausen. Die bestehenden Konzepte sind speziell für ältere Menschen um den Bereich Pedelec-/E-Bike-Nutzung erweitert worden.

In Kooperation mit der insel-VHS bieten Fachleute der Polizei einen kostenlosen Workshop an.

Im theoretischen Teil des Workshops werden den Teilnehmerinnen und Teilnehmern u. a. die Geschwindigkeitsrisiken mit einem Elektrofahrrad und dessen Unfallfolgen verdeutlicht. Aber auch die Handhabung des Fahrzeugs und die Leistungsfähigkeit von Rad fahrenden Senioren werden unter die Lupe genommen.

Der anschließende praktische Teil besteht aus einem Parcours, der alltägliche Verkehrssituationen mit dem Fahrrad nachstellt.

Die Teilnehmenden durchfahren den Parcours unter Aufsicht und Anleitung der polizeilichen Verkehrssicherheitsberater.

„Wer die Kontrolle über sein Fahrrad hat und sein eigenes Leistungsvermögen abschätzen kann, verringert das Risiko im Straßenverkehr zu verunglücken. Der Schwerpunkt unseres Konzeptes liegt deshalb darauf, den Teilnehmenden die sichere Handhabung des Elektrofahrrades zu vermitteln“, sagt Polizeipräsidentin Friederike Zurhausen.



© Unsplash

Die maximale Teilnehmendenzahl liegt aus organisatorischen Gründen bei 15 Personen.

Alle Beteiligten benutzen bei den Workshops ihre eigenen Fahrräder! Es besteht Helmpflicht!

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Susanne Klodt

1028

Mittwoch, 27. Mai

15 bis 18 Uhr

Parkplatz Hauptstelle Wiesenstraße 22

entgeltfrei

In Kooperation mit dem Seniorenbeirat Marl

Wundprävention und Diabetes: Tipps für mehr Gesundheit

Diabetes betrifft viele Bereiche des Körpers – besonders gefährdet sind dabei Haut und Füße. Wie Sie Ihre Gesundheit gezielt unterstützen und Risiken frühzeitig erkennen können, erfahren Sie in diesem informativen Vortrag.

Sie lernen, wie sich Diabetes auf die Wundheilung auswirkt und warum sorgfältige Hautpflege, regelmäßige Fußkontrollen und eine stabile Blutzucker-einstellung so entscheidend sind. Ziel ist es, Ihnen praktische Tipps an die Hand zu geben, mit denen Sie das Risiko für Wunden deutlich reduzieren und Komplikationen vermeiden können.

Der Vortrag richtet sich an Betroffene, Angehörige und alle Interessierten. Es wird auf verständliche Weise erklärt, worauf es bei der täglichen Pflege ankommt, wie erste Anzeichen von Hautveränderungen erkannt und richtig behandelt werden können und wie Sie durch bewusste Ernährung und gezielte Bewegung Ihre Gesundheit aktiv fördern.

Ein anschließender Austausch bietet Raum für Fragen und persönliche Erfahrungen. Ziel dieses Vortrags ist es, zu informieren, zu stärken und Ihnen das nötige Wissen mitzugeben, um gut für sich selbst oder Ihre Angehörigen sorgen zu können.



© Unsplash

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Ingrid Wesselbaum

1029

Donnerstag, 7. Mai

18.30 bis 20 Uhr

Quartierszentrum Marl-Sinsen

entgeltfrei

In Kooperation mit dem Seniorenbeirat Marl

Ingrid Wesselbaum

ist erfahrene Krankenschwester sowie zertifizierte Wundexpertin. Besonders am Herzen liegt ihr die Prävention, um Menschen mit Diabetes vor Folgeerkrankungen und Komplikationen zu schützen. Ihr Ziel ist es, wichtiges Wissen rund um Diabetes und Wundversorgung anschaulich und praxisnah zu vermitteln – verständlich für alle Interessierten.



PC-Einführungskurs – PC Starter

Dieser PC-Einsteigerkurs ist für die gedacht, die sich die Welt der Computer in einem moderaten Lerntempo erschließen möchten.

Im Kurs wird vermittelt, wie der Computer und Programme gestartet und wieder beendet werden. Mit Hilfe des Computers werden einfache Texte und Tabellen gestaltet, gespeichert, gedruckt und versendet.

Inhalte:

- Schreiben und Rechnen mit dem PC (Büro-Office-Programme)
- Wie komme ich ins Internet? Technik – Browser – Provider
- Suchen und finden im Internet, z.B. die Mediathek von ARD und ZDF besuchen
- Sich eine E-Mail-Adresse einrichten und eine E-Mail versenden

Wir schulen Sie auf Laptops mit Windows 11 und Microsoft Office 2021. Sie können auch einen eigenen Laptop mitbringen.

Hans Heinrich Blume

1030

2 x donnerstags

9 bis 12.45 Uhr

ab 5. März

die insel Zwgst. Hüls · 1. Etage

Raum 1.4 EDV

ab 6 Teiln. 53,00 €

ab 4 Teiln. 67,50 €

In Kooperation mit dem Seniorenbeirat Marl

Einführung in die Nutzung des Smartphones

In diesem Kurs lernen Sie den grundlegenden Umgang mit einem Smartphone. Sie werden zunächst mit den Grundlagen vertraut gemacht und erfahren, wie ein Smartphone funktioniert. Verschiedene Funktionen des Smartphones, wie das Versenden von Textnachrichten oder das Telefonieren, werden vermittelt. Weitere Inhalte des Kurses sind:

- WLAN, Nutzung des Internets
- Telefon, Kontakte, Dateien, Nachrichten
- Erläuterung der Systemeinstellungen
- Herunterladen von Apps
- Google-Dienste

Für Ihre Fragen und Anregungen ist genügend Zeit eingeplant.

Renate Lünenbürger

1031

2 x montags

15 bis 18 Uhr

ab 20. April

die insel Hauptstelle · Raum S2

ab 8 Teiln. 27,90 €

ab 6 Teiln. 38,80 €

ab 4 Teiln. 49,45 €

In Kooperation mit dem Seniorenbeirat Marl

OMAS GEGEN RECHTS – nun auch in Marl!

Vor einiger Zeit haben sich Omas, und auch Opas, aus Marl getroffen, und haben eine Gruppe OMAS GEGEN RECHTS Marl gegründet.

Nach der letzten Kommunalwahl war klar, Marl braucht eine eigene, regionale Gruppe, die für eine Vielfalt der Kulturen steht, die Demokratie und Rechtsstaatlichkeit schützt und achtet, mit einem respektvollen Umgang und Toleranz. Wir OMAS GEGEN RECHTS widersetzen uns gegen jede Form von rechtsextremen, rechtspopulistischen und menschenfeindlichen Strömungen, sowie Ausgrenzung von Menschen mit einem Migrationshintergrund.

Wir lehnen Rassismus, Antisemitismus, Islamfeindlichkeit und Antifeminismus ab. Unser Augen-



merk liegt auf die zukünftige Politik in der Stadt Marl, Öffentlichkeitsarbeit zum Thema rechte Politik und Faschismus, Erinnerungskultur, Aufklärungsarbeit für und mit Jugendlichen und aktuelle Themen.

Wir arbeiten gerne mit Gruppen zusammen, die unsere Grundsätze und Haltung teilen. Unsere Treffen sind alle 14 Tage in der VHS Hauptstelle, Wiesenstrasse. Die Raumnummer wird im Flur der VHS bekanntgegeben.

Ansprechpartnerinnen:

Bärbel Wilgermein, Susanne Strupat
E-Mail: info@omasgegenrechtsmarl.de

Marler Wege

Die Initiative setzt Impulse zur Stärkung des friedlichen Miteinanders und möchte sich mit weiteren engagierten Menschen und Organisationen vernetzen.

Wir setzen Zeichen für Respekt und Toleranz und für ein interkulturelles Miteinander. Die Initiative setzt sich für eine friedlichere Welt ein und sagt „NEIN“ zu weltweiten kriegerischen Auseinandersetzungen. Wir kämpfen für ein Atomwaffenverbot in Deutschland. Zu Marls Geschichte gehört, dass der Rat 1982 beschloss, dass die Stadt „Atomwaffenfreie Zone“ wird.

Durch Aktionen und Veranstaltungen machen wir auf Gedenktage und auf aktuelle Ereignisse aufmerksam.

Die Initiative „Marler Wege zum Frieden“ ist partei- und religionsunabhängig.

Zur Mitarbeit sind Interessierte herzlich eingeladen. Nur gemeinsam schaffen wir mehr!

Kontakt:

Ulla Fries-Langer
E-Mail: u.fries-langer@posteo.de
Meike Mintel
E-Mail: m.mint@gmx.de



© Skulpturenmuseum Marl

Nach vier Jahren am Übergangsstandort in Marl-Hüls beendet das Skulpturenmuseum sein dortiges Ausstellungsprogramm in 2026. In Kooperation mit der Martin-Luther-King-Schule wurde eine dreiteilige Ausstellung mit Werken aller Klassenstufen umgesetzt. Für „ZirkusAngstDschungel“ haben die Schülerinnen und Schüler über mehrere Monate hinweg in verschiedensten Techniken gearbeitet: Tuschezeichnungen, Plastiken aus Ton und Scherenschnitte machen nur einen Teil dieser Techniken aus. Lassen Sie sich in der vielbevölkerten Manege verzaubern, bieten Sie Ihren Ängsten die Stirn und folgen Sie ihrem Entdeckergeist in den Urwald!

AUSSTELLUNG: „ZirkusAngstDschungel“ – Eine Kooperation mit der Martin-Luther-King-Schule
 16.11.2025 – 29.3.2026

KOSTENLOSE FÜHRUNGEN:

Führungen durch die Ausstellung, in der Stadtmitte sowie in Marl-Hüls finden nur auf Anfrage statt.
 Mindestteilnehmerzahl: 3 Personen
 Anmeldung telefonisch unter 02365/992257 oder per E-Mail an fuehrungen@marl.de

GEFÜHRTE RADTOUREN:

9.5.2026 – Rundtour: Start um 14.00 Uhr an der Revolver-Skulptur auf dem Creiler Platz
 16.5.2026 – Ost-West-Tour: Start um 14.00 Uhr am Wolken-Brunnen an der St. Georg Kirche in Alt-Marl
 30.5.2026 – Süd-Nord-Tour: Start um 14.00 Uhr an der Revolver-Skulptur auf dem Creiler Platz
Die Radtouren sind um 20 km lang und dauern ca. 3 bis 4 Stunden. Ein eigenes Fahrrad ist Voraussetzung für die Teilnahme. Mindestteilnehmerzahl: 3 Personen.
 Anmeldung telefonisch unter 02365/992257 oder per E-Mail an fuehrungen@marl.de
Mehr Informationen zu den Führungen entnehmen Sie bitte der Website des Museums: www.skulpturenmuseum-glaskasten-marl.de

ÖFFNUNGSZEITEN: Di – Fr 11 – 17 Uhr, Sa + So 11 – 18 Uhr. Der Eintritt ist frei.

WEITERE INFORMATIONEN:

Skulpturenmuseum Marl, Georg-Herwegh-Straße 63-67, 45772 Marl
 Tel. 02365 / 992257, skulpturenmuseum@marl.de, www.skulpturenmuseum-glaskasten-marl.de



Paul Cézanne, Flusslandschaft mit Häusern, circa 1904,
Öl auf Leinwand, 65,5 x 81 cm
© The Scharf Collection, Foto: Ruland Photodesign

The Scharf Collection

Goya – Monet – Cézanne – Bonnard – Grosse
Düsseldorf: Kunstpalast 12.3. – 9.8.2026

Das Spektrum dieser großartigen Sammlung Scharf geht von den Anfängen der Moderne von Goya über Courbet, Degas, Toulouse-Lautrec bis zur französischen Avantgarde. Von Monet, Cézanne und Pablo Picasso bis hin zur Moderne von Katharina Grosse.

Der Beamervortrag stellt die Ausstellung vor, die bereits in Berlin in der Alten Nationalgalerie zu sehen war. Man darf gespannt sein!

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Dr. Gaby Lepper-Mainzer

1032

Dienstag, 10. März

18.30 bis 20.30 Uhr

die insel Hauptstelle · Raum P2

5 €



Edgar Degas (1834–1917) Sich kämmender Akt,
1886–1890, Kohle, Pastellkreiden auf Papier 60 x 45,5 cm
© The Scharf Collection, Foto: klaus ruland photography

Klassik lieben durch Hören! Ein Plädoyer für offene Ohren

**Gibt es ein Ohr so fein, dass es die Seufzer
der welkenden Rose zu hören vermöchte?**

Arthur Schnitzler

Offene Ohren?! Sind sie nicht selbstverständlich beim Hören von (klassischen) Klängen?

Oft allerdings wird man in der Oper – mehr noch als im Konzert – bei gleichzeitiger Reizüberflutung durch Visuelles vom Wesentlichen, nämlich der Musik, abgelenkt.

Das akustische Wesen von Musik in die Wahrnehmung der Zuhörerschaft (zurück) zu holen, ist das brennende Anliegen der Referentin.

So mag ihr Appell auch dazu beitragen, überhaupt vor klassischer Musik nicht von vornherein zu kapitulieren. Vielmehr gilt es, etwaige Schwellen- und Berührungsängste abzubauen. Diese mögen auch daher röhren, dass dieser Kunstform häufig und in sehr klischeehafter Weise eine gewisse Irrelevanz nachgesagt wird.

Jedoch: Das Gegenteil ist der Fall!

Klassische Musik ist kein altbackenes, trockenes und verkrustetes Brot! Vielmehr regt sie an, ist voller Lebendigkeit, eröffnet ungeahnte klangliche Horizonte, stimuliert und stärkt die Seele (nicht nur in Krisenzeiten!). Und diese Wirkungen werden umso größer, je mehr man sich in die Geheimnisse der Klangerschaffung hinhört.

Da beschreibende Worte der Musik natürlich nur „dienen“ können, wird das „Plädoyer für offene Ohren“ zusätzlich auch mit aussagekräftigen Klangbeispielen via Klavier, CD und Video versehen.



© Michael Baker

Andrea Knefelkamp-West

Musikerin, Dramaturgin, Vermittlerin

Das bewusste(re) Hören richtet sich sowohl an diejenigen, die Oper und Konzert bereits „verfallen“ sind, jedoch ihre Wahrnehmungsperspektive erweitern möchten, als auch an jene, die sich fragen, was das Besondere an diesem Genre ist.

Und vielleicht werden auch Sie verstärkt spüren, dass der Klangkosmos der klassischen Musik zeitlos faszinierend ist, voller emotionaler Geniestreichs, über Jahrhunderte entstanden für Menschen, die Zuhören wollen – und können!

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Andrea Knefelkamp-West

1033

Donnerstag, 26. Februar

18.30 bis 20 Uhr

die insel Hauptstelle · Raum P1

5 €

Grönland – einst und jetzt

Bebilderter Vortrag über die größte Insel der Welt

Grönland ist in aller Munde, aber nur wenige kennen das Land aus eigener Anschauung. Auch US-Präsident Trump war noch nie dort, schickt aber regelmäßig seine Vertreter, um US-Ansprüche auf die größte Insel der Erde zu untermauern.

Grönland ist ein besonderes Land. Vor allem ist es kaum grün (wie der Name suggeriert), sondern immer noch fast ausschließlich weiß, nahezu völlig mit Eis bedeckt und entsprechend so dünn besiedelt wie kein anderes Land der Welt. Auf mehr als 2 Mill. km² leben weniger Menschen als in Castrop-Rauxel, und die auch nur in den Küstenregionen in Mittel- und Südgrönland. Diese Inuit streben – das zeigen alle jüngsten Abstimmungen – nach mehr Unabhängigkeit und möchten mehrheitlich keine US- Bürger werden, aber auch keine Dänen sein, die bislang – bei aller Autonomie Grönlands – noch die Oberhoheit besitzen. In die EU beispielsweise hat Grönland nie gewollt.

Der Referent machte sich von Island aus auf den Weg nach Ostgrönland und stellt die Region um die Stadt Tasiilaq vor und die auf Grönland lebenden Menschen mit ihrer ganz eigenen Kultur, Sprache, Tradition und Geschichte.

Die ausländischen Besucher fasziniert zudem die unberührt erscheinende Natur, die man meist zu Fuß oder per Boot erkundet – möglichst in Begleitung Einheimischer. Clemens Schmale zeigt Bilder aus dem Spätsommer, wenn viele Eisberge unterwegs sind und weniger Kreuzfahrer. Er traf auch mehrfach den bekannten Südtiroler Grönland-Forscher und Autor Robert Peroni.

Der Referent besuchte alle Länder Nordeuropas und referiert zuweilen über die Färöer-Inseln, die einen ähnlichen Autonomiestatus haben wie der große Nachbar Grönland.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Clemens Schmale

1034

Montag, 23. Februar

18.30 bis 20 Uhr

die insel Hauptstelle • Raum P2

5 €



© Anuschka Dinter-Mathei

Spitzbergen: Kalte Küste am Rand der Welt

Walrosse, Gletscher, Mitternachtssonne! Und dazu die Stille einer Welt, die am Rande der Erde liegt. In ihrem Vortrag „Spitzbergen“ nimmt Sie Anuschka Dinter-Mathei mit auf eine Reise ins Herz der Arktis, zu rauschenden Eislandschaften, spektakulären Tierbegegnungen und verschneiten Gipfeln. Lassen Sie sich entführen in eine Region, in der die Natur mit aller Macht regiert, und erleben Sie, wie das Archipel im Nordpolarmeer Geschichten von Wildnis, Klimawandel und Entdeckergeist erzählt.

Mit eindrucksvollen Bildern und persönlichen Erfahrungen zeigt Anuschka Dinter-Mathei, warum Spitzbergen zu den faszinierendsten Regionen unseres Planeten gehört und wie vielseitig diese fragile Wildnis ist, die auf den ersten Blick aus nichts als Steinen zu bestehen scheint.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Anuschka Dinter-Mathei

1035

Donnerstag, 23. April

18.30 bis 20 Uhr

die insel Hauptstelle • Raum P1

5 €

Anuschka Dinter-Mathei

Ob Surfen in Marokko, Reiten in der Prärie, Trekking durch Schwedens Wälder oder Wüstentouren durch Arabien – Hauptsache die Welt mit eigenen Augen sehen! Dem Ruf der Wildnis konnte Anuschka Dinter nie widerstehen und das Sehnsuchtsziel Arktis hat es ihr ganz besonders angetan, denn Eis, Schnee, Nordlichter und Huskys haben sie schon immer begeistert. Kein Wunder, dass sie auch ihr Geschichtsstudium mit einer Masterarbeit über Polarexpeditionen abgeschlossen hat.

Seit 2014 bloggt sie auf ihrer Homepage www.rosasreisen.de über ihre Erlebnisse und tourt seit 2015 mit ihren Vorträgen durch ganz Deutschland.



Glückskurs I – Jeder ist seines Glückes Schmied!?

Glück: Darf's ein bisschen mehr sein?



© Christiane Gruska

Ist das so? Und wenn ja, gibt es für diese Schmiedekunst eine Gebrauchsanleitung?

Ist es gesellschaftlich anerkannt, glücklich zu sein oder ist Zufriedenheit nicht auch schon schön und vielleicht ausreichend?

Wir haben täglich viele Möglichkeiten, uns zu ärgern, uns über Umstände aufzuregen oder genervt zu sein, aber auch trotz widriger Umstände gelassen, zufrieden, ja – glücklich zu sein oder zu werden.

Glücklichsein ist offensichtlich eine Fähigkeit, die erlernt werden kann. Kann man diese Fähigkeit trainieren?

Glück ist ein sehr subjektives Gefühl und jede(r) hat eine eigene Vorstellung davon, was ihn oder sie glücklich macht. Es gibt mehrere universelle Strategien, die sich als wirksam erwiesen haben, um das eigene Glück zu steigern.

An diesem Workshop-Wochenende befassen wir uns damit, die Antwort auf die Frage: „Kann man Glücklichsein trainieren?“ mit Hilfe wichtiger Erkenntnisse aus der Gehirn-, Verhaltens- und Glücksforschung zu geben.

Welche Macht haben Menschen über ihre Gefühle und über ihre Gesundheit, und warum sind auch negative Gefühle wichtig?

Die Erkenntnisse können sofort für das persönliche Wohlbefinden und die Gesundheit eingesetzt werden.

Wir bearbeiten das Beispielthema „Beziehungen und Kritik“. Weitere Themenfelder wie „Entscheidungsfreiheit“ und „Was ist ein gutes Ziel?“ und auch der Umgang mit Angst werden beleuchtet.

Übernehmen Sie die Möglichkeiten, die Sie haben, nehmen Sie Ihr Schmiedewerkzeug selbst in die Hand!

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Christiane Gruska

1036

Samstag, 21. Februar

10.30 bis 16.15 Uhr und

Sonntag, 22. Februar

10.30 bis 15.30 Uhr

die insel Zwgst. Hüls · 1. Etage · Raum 1.3

entgeltfrei

Glückskurs II

Soziale Kontakte und Beziehungen spielen für unser persönliches Glücksempfinden eine wesentliche Rolle. Wie kann ich selbst dieses Netz von Beziehungen so gestalten, dass es für mich ein hohes Glückspotenzial erzeugt? Wie kann ich mit Konflikten und Enttäuschungen umgehen? Welche Instrumente kann ich einsetzen, um mich zu schützen?

Weniger Stress und mehr Gelassenheit wünschen wir uns alle. Was trägt dazu bei, immer öfter gelassen zu sein?

Menschen brauchen andere Menschen, um sich wohlzufühlen. Wertvolle Beziehungen bergen hohe Glücksgefühle. Wie entwickle ich eine gute Balance zwischen individuellen Ansprüchen und äußeren Ansprüchen?

Viele dieser Fragen werden im Workshop angesprochen. Welches Verhalten, welche Instrumente stehen mir zur Verfügung, um glücklich zu sein und zu bleiben? An vielen Fallbeispielen erläutert die Dozentin persönliche Glücksstrategien.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Eine vorherige Teilnahme am Glückskurs I wird empfohlen.

Christiane Gruska

1037

Samstag, 18. April

10.30 bis 16.15 Uhr und

Sonntag, 19. April

10.30 bis 15.30 Uhr

die insel Zwgst. Hüls · 1. Etage · Raum 1.3

entgeltfrei

© Christiane Gruska



Glückskurs III

Der Kurs richtet sich an diejenigen, die bereits an den Kursen 1 und 2 teilgenommen haben und ihr Wissen erweitern und vertiefen wollen.

Einige Grundlagen zum Glücklichsein werden detaillierter betrachtet und die Umsetzung des Wissens trainiert.

Es wird empfohlen, die Mitschriften aus den ersten Kursen mitzubringen und vorab durchzusehen.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Christiane Gruska

1038

Samstag, 14. März

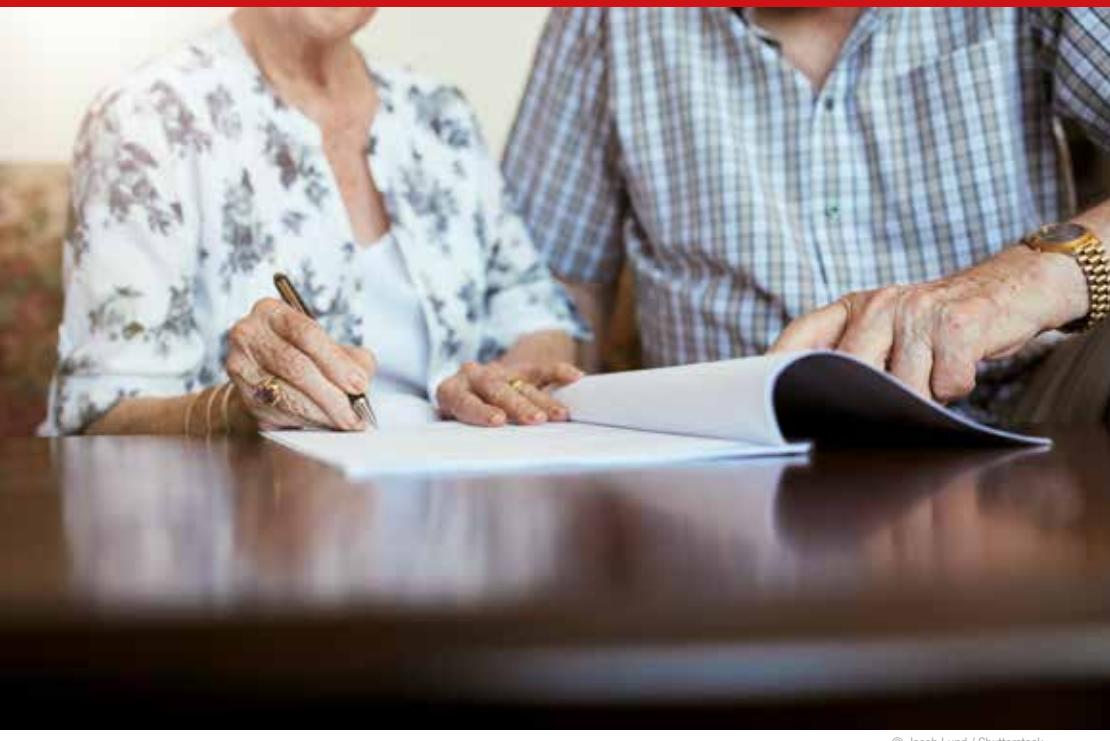
10.30 bis 16.15 Uhr und

Sonntag, 15. März

10.30 bis 15.30 Uhr

die insel Zwgst. Hüls · 1. Etage · Raum 1.3

entgeltfrei



© Jacob Lund / Shutterstock

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Dieser informative Abend erklärt die Generalvollmacht, Vorsorgevollmacht, die Betreuungs- sowie die Patientenverfügung. Es geht z. B. darum, wo und wie jemand im Alter wohnen möchte, und wer die finanzielle und gesundheitliche Betreuung übernehmen soll.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Margret Homann

1039

Dienstag, 21. April

18.30 bis 20.45 Uhr

die insel Zwgst. Hüls • 2. Etage • Raum 2.3

entgeltfrei

Konflikte können auch anders – mit Mediation vom Gegeneinander zum Miteinander

Sie erleben Konflikte als unangenehme Belastung? Sie wünschen sich Leichtigkeit im Umgang mit Streitgesprächen?

Mediation schenkt Lebensqualität. Dieses außergerichtliche Verfahren hat eine einzigartige Besonderheit: Mediation macht aus Streitparteien echte Gewinner auf allen Seiten. Durch gegenseitiges Verstehen ist Zusammenarbeit möglich. So werden zufriedenstellende Lösungen für alle mit Leichtigkeit aufgedeckt.

Der Vortrag stellt Mediation mit all ihren Vorteilen und Fähigkeiten vor. Sie erfahren Wissenswertes über die Einsatzgebiete, Rahmenbedingungen und Möglichkeiten. Begeben Sie sich mit uns auf den chancenreichen Weg der Mediation und entdecken Sie in diesem lebendigen Erlebnis die Vielfalt der Kommunikation für Ihren Alltag.

Die einzelnen Schritte der Mediation werden vorgestellt. Mit jedem Schritt erleben Sie hilfreiche Tipps für zu Hause. Damit Sie in Zukunft Konflikte als Chancen erleben können. Durch diesen Vortrag können Sie entdecken, wie nützlich Mediation für Sie ganz persönlich sein kann. Lange bevor Gespräche in Konflikten scheitern.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Vera Reimann

1040

Dienstag, 10. Februar

18.30 bis 20.30 Uhr

die insel Hauptstelle • Raum P2

entgeltfrei

Vera Reimann

Durch ihre Arbeit als Mediatorin und Coachin für Konfliktthemen im Bereich der Paar- und Familienmediation erlebt sie, wie wichtig das gegenseitige Verstehen im Miteinander ist. Die Faszination gelungener Kommunikation begleitet sie durch ihr Berufs- und Privatleben.

Sie besitzt zudem eine mobile Hundeschule mit Schwerpunkt auf der Zusammenarbeit mit Menschen mit Behinderungen und ihren Assistenzhunden, sowie mit sogenannten gefährlichen Hunden und ihren Besitzern. Das Einsatzgebiet reicht von Konflikten mit dem Umfeld der ClientInnen bis zu Konflikten mit Behörden. Dabei begeistern sie die Chancen, welche jeder Konflikt im Gepäck hat.

Die vielfältigen Möglichkeiten, Mediation im Miteinander nutzen zu können, möchte sie gerne nahebringen. Die Faszination von Kommunikation begleitet sie in der langjährigen Erfahrung im Umgang mit Menschen in Konflikten. Dadurch erlebt sie immer wieder, dass die Menschen lange warten, bis sie sich Unterstützung suchen. Ihr Wunsch ist es, dass Menschen sich frühzeitig die Mediation ganz selbstverständlich zu Nutze machen. Ihre Erfahrungen fließen in ihre Workshops ein und vermitteln den würdevollen und zugewandten Umgang miteinander.

© Vera Reimann



Workshop: Konflikte verstehen – aus Gegeneinander wird Miteinander

Dieser Workshop ist für alle gedacht, die sich in schwierigen Situationen mehr Ruhe, Klarheit und Zusammenarbeit wünschen. Denn Konflikte gehören zum Leben – aber sie müssen nicht belasten. Mit Mediation lassen sich neue Wege finden, um Streitigkeiten gelassen und nachhaltig zu lösen.

Was erwartet Sie?

In diesem Tagesseminar erleben Sie, wie Mediation funktioniert – Schritt für Schritt und ganz praktisch. Sie lernen, wie Sie echtes Verstehen erreichen und wie aus einem Gegeneinander ein Miteinander werden kann.

Das nehmen Sie mit:

- Ein klares Verständnis für die Struktur und Wirkung von Mediation
- Praktische Übungen für eine zugewandte, lösungsorientierte Kommunikation
- Kleine Tricks mit großer Wirkung – für mehr Souveränität im Streit
- Neue Perspektiven, wie Konflikte auch Chancen sein können

Erleben Sie mit uns wie befreiend es ist, Konflikte nicht länger als Belastung zu sehen, sondern als Möglichkeit zur gesicherten Klärung. Sie lernen, wie Sie Missverständnisse auflösen und Lösungen finden, die für alle Beteiligten tragbar sind – ganz ohne Verlierer.

Mitbringen: Neugier auf neue Wege, Freude am Miteinander und Offenheit für die Schönheit der Kommunikation.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Vera Reimann

1041

Samstag, 14. März

10 bis 16 Uhr

**die insel Zwgst. Hüls · 2. Etage · Raum 2.3
entgeltfrei**



© Pixabay

Erste Hilfe Kurs

Die Kurse veranstaltet die insel-VHS zusammen mit der Deutschen Unfallhilfe DUH GmbH.

Der Personalausweis muss zum Kurstag mitgebracht werden.

Gebühren werden vor Ort bezahlt, maximal 12 TN

Anmeldung: www.deutsche-unfallhilfe.de

jeweils 9 bis 16.30 Uhr

die insel Zwgst. Hüls · 2. Etage · Raum 2.1

Sonntag, 8. März

1048

Sonntag, 15. März

1049

Sonntag, 22. März

1050

Sonntag, 19. April

1051

Sonntag, 26. April

1052

Sonntag, 3. Mai

1053

Sonntag, 10. Mai

1054

Sonntag, 25. Januar

1042

Sonntag, 1. Februar

1043

Sonntag, 8. Februar

1044

Sonntag, 15. Februar

1045

Sonntag, 22. Februar

1046

Sonntag, 1. März

1047



Januar

Dienstag, 27. Januar, 18.30 bis 20 Uhr

1007

Erwin Gebauer, Britta Müller, Peter Marrek: Natur in Marl

Ein Abend mit dem NABU Marl

Februar

Donnerstag, 5. Februar, 18.30 bis 20 Uhr

1009

Dipl.-Ing. Joachim Berns: Deepfakes & KI

Wenn wir unseren Augen und Ohren nicht mehr trauen können

Dienstag, 10. Februar, 18.30 bis 20.30 Uhr

1040

Vera Reimann: Konflikte können auch anders

Mit Mediation vom Gegeneinander zum Miteinander

Dienstag, 10. Februar, 18.30 bis 20 Uhr

1018

Rainer Oligmüller, Andreas Giga: Wie funktioniert unsere Stadt?

Schwammstadt: Gemeinsam gestalten wir die Zukunft

Samstag, 21. Februar, 10.30 bis 16.15 Uhr und

1036

Sonntag, 22. Februar 10.30 bis 15.30 Uhr

Christiane Gruska: Glückskurs I – Jeder ist seines Glückes Schmied!?

Montag, 23. Februar, 18.30 bis 20 Uhr

1034

Clemens Schmale: Grönland – einst und jetzt

Mittwoch, 25. Februar, 18.30 bis 20 Uhr

1001

Christoph Heusgen: Münchner Sicherheitskonferenz

Donnerstag, 26. Februar, 18.30 bis 20 Uhr

1033

Andrea Knefelkamp-West: Klassik lieben durch Hören!

Ein Plädoyer für offene Ohren

Freitag, 27. Februar, 18.30 bis 20 Uhr

1005

Prof. Dr. Frithjof Küpper: Kopfweiden

Welchen Beitrag leisten Bäume zum Klimaschutz

März

Dienstag, 3. März, 18.30 bis 20 Uhr

1004

Prof. Dr. Frithjof Küpper: COP 30 – Eine kritische Nachbetrachtung

und wie steht es um Klimawandel und Klimaschutz

Donnerstag, 5. März, 15 bis 20 Uhr

1012

Britta Kah: Eröffnung der Frauenkulturtage 2026

Samstag, 7. März, 11 bis 13 Uhr

1015A

Geschichtswerkstatt: Marler Menschen

Dienstag, 10. März, 18.30 bis 20.30 Uhr

1032

Dr. Gaby Lepper-Mainzer: The Scharf Collection

Goya – Monet – Cézanne – Bonnard – Grosse

Mittwoch, 11. März, 18.30 bis 20 Uhr

1010

Klaus-Peter Lipphaus: Lesung: Immer am Abgrund

Freitag, 13. März, 16 bis 19 Uhr

1013

Anna Schüler: Kreativer Abend – Leinwand der Stärke und Weiblichkeit

Samstag, 14. März, 10 bis 16 Uhr

1041

Vera Reimann: Workshop: Konflikte verstehen – aus Gegeneinander wird Miteinander

Samstag, 14. März, 10.30 bis 16.15 Uhr und

1038

Sonntag, 15. März, 10.30 bis 15.30 Uhr

Christiane Gruska: Glückskurs III

Montag, 16. März, 18.30 bis 20 Uhr

1002

Dr. Hans-Ulrich Foertsch: Antisemitismus

Dienstag, 17. März, 18.30 bis 20 Uhr

1000

Gesine Dornblüth, Thomas Franke:

Putins Gift: Russlands Angriff auf Europas Freiheit

Mittwoch, 18. März, 17 bis 18.30 Uhr

1027

Maren Wensing: Die elektronische Patientenakte

Mittwoch, 25. März, 18.30 bis 21 Uhr 1008

Alex Kunkel: Kaffee-Workshop: Von der Kirsche bis zur Tasse

Donnerstag, 26. März, 18.30 bis 20 Uhr 1015

Sarah Mengede: Gleichberechtigung in der Musikindustrie

Zwischen Rockstar-Mythos und #MeToo: Gleichberechtigung in der Musikindustrie

April

Donnerstag, 16. April, 18.30 bis 20 Uhr 1003

Prof. Dr. Markus Wissen: Kapitalismus, Klima und Demokratie.

Krisen und Auswege

Samstag, 18. April, 10.30 bis 16.15 Uhr und 1037

Sonntag, 19. April, 10.30 bis 15.30 Uhr

Christiane Gruska: Glückskurs II

Dienstag, 21. April, 18.30 bis 20.45 Uhr 1039

Margret Homann: Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Mittwoch, 22. April, 18.30 bis 20 Uhr 1011

Dr. Jürgen Altmann: Atomwaffenverbotsvertrag

Donnerstag, 23. April, 18.30 bis 20 Uhr 1035

Anuschka Dinter-Mathei: Spitzbergen: Kalte Küste am Rand der Welt

Dienstag, 28. April, 18.30 bis 20 Uhr 1016

Dr. Hans H. Hanke: Baukultur: Für das Gemeinwohl bauen

Donnerstag, 30. April, 18.30 bis 20 Uhr 1026

Ulrike Schulte-Zurhausen: Deutschland deine Weine!

Mai

Dienstag, 5. Mai, 18.30 bis 20 Uhr 1017

Dr. Alexandra Apfelbaum: Baukultur: Der Weg zum neuen Haus.

Kommunale Museumsarchitektur der Nachkriegszeit im Ruhrgebiet

Donnerstag, 7. Mai, 18.30 bis 20 Uhr 1014

Bärbel Wilgermein: Das Frauenbild der AfD

Donnerstag, 7. Mai, 18.30 bis 20 Uhr 1029

Ingrid Wesselbaum: Wundprävention und Diabetes: Tipps für mehr Gesundheit

Freitag, 8. Mai, 18 bis 20 Uhr 1022A

Demokratie-AG: Demokratie in Gefahr!

Mittwoch, 13. Mai 18.30 bis 20 Uhr 1019

Rainer Oligmüller, Estelle Fritz: Wie funktioniert unsere Stadt?

Schwamm drunter

Donnerstag, 21. Mai, 15 bis 17 Uhr 1021

Maike Willuweit: Wanderung durch den Arenbergischen Forst

Donnerstag, 21. Mai, 18.30 bis 20 Uhr 1020

Rainer Oligmüller, Estelle Fritz: Wie funktioniert unsere Stadt?

Bürgerschaftliches Engagement

Mittwoch, 27. Mai, 15 bis 18 Uhr 1028

Susanne Klodt: Pedelectraining

Donnerstag, 28. Mai, 18.30 bis 20 Uhr 1022

Uwe Frank Bauch: Propagandafilme des Dritten Reiches

Vorbehaltstfilm „Pour le Mérite“

Juni

Donnerstag, 11. Juni, 18.30 bis 20 Uhr 1006

Prof. Dr. Frithjof Küpper: Energiewende in Marl – Was müssen wir tun?