

VORTRAG UND DISKUSSION: EMPATHIE UND WIDERSTAND

In ihrem Vortrag ‚Empathie und Widerstand‘ zeigt Kristina Lunz, warum Mitgefühl und Haltung keine Gegensätze sind, sondern zentrale Voraussetzungen für gesellschaftlichen Wandel. Anhand persönlicher Erfahrungen und aktueller gesellschaftlicher Entwicklungen spricht sie darüber, wie wir auch in herausfordernden Zeiten handlungsfähig bleiben und Verantwortung übernehmen können.

Kristina Lunz ist Unternehmerin, Bestsellerautorin und Gründerin des Centre for Feminist Foreign Policy.

Bitte bei der Anmeldung über unser Homepage unter Kommentar angeben, ob Sie online oder in Präsenz teilnehmen werden.



Kristina Lunz
ab 13:30 Uhr
Anmeldeschluss: 01.10.2026
KursNr: 26B123315

WORKSHOP: ZWISCHEN ZUHÖREN UND WIDERSPRECHEN – WERTSCHÄTZEND HALTUNG ZEIGEN

Rechtspopulistische oder diskriminierende Aussagen begegnen uns oft im Freundes-, Familien- oder Bekanntenkreis. Doch wie kann man reagieren, ohne zu schweigen oder das Gespräch eskalieren zu lassen?

Der Workshop vermittelt Grundlagen zu menschenfeindlichen Argumentationsmustern und zeigt Wege auf, schwierige Gespräche respektvoll und klar zu führen.



Lena Sebening
16.00 - 17.15 Uhr
Anmeldeschluss: 01.10.2026
KursNr: 26B122415

VORTRAG: AKTIVE ERINNERUNGSKULTUR - DIE KZ-GEDENK- UND DOKUMENTATIONSSTÄTTE PORTA WESTFALICA

In Zusammenarbeit mit der VHS Ostkreis

Seit 2009 engagiert sich der Verein für eine Erinnerungskultur an der Porta Westfalica. Über 120 Ehrenamtliche ermöglichen die Gedenkstättenarbeit bei den Führungen in der ehemaligen Untertageverlagerung Dachs I, dem Gedenkort des Vereins in einer Stollenanlage im Portaner Jakosberg. Thomas Lange thematisiert in seinem Vortrag die geschichtlichen Hintergründe der KZ-Außenlager an der Porta Westfalica und der Rüstungsverlagerungen unter die Erde. Er zeigt auf, welche Bedeutung das ehrenamtliche Engagement für ein aktives und zukunftsgerichtetes Gedenken hat.

Bitte bei der Anmeldung über unser Homepage unter Kommentar angeben, ob Sie online oder in Präsenz teilnehmen werden.



Thomas Lange
ab 15.30 Uhr
Anmeldeschluss: 01.10.2026
KursNr: 26B122915

VORTRAG: KENNEN WIR EIGENTLICH NOCH UNSERE MOTIVE? - GIBT ES IN DEUTSCHLAND NUR NOCH EINE KLAGEKULTUR?

In diesem Vortrag geht es darum durch Selbstverantwortung und positive Wahrnehmung in Motivation zu gelangen. Schaffen wir uns doch die Umstände, damit uns die Umstände nicht schaffen. Intensive Wahrnehmung und Dankbarkeit wieder für den Moment zu entwickeln und nicht immer nur zu jammern, das sollte das Ziel eines zufriedenen Lebens sein, erfüllt und nicht stets belastet.



Vanessa Biernacka
15.45 -16.45 Uhr
Anmeldeschluss: 01.10.2026
KursNr: 26B123215

Anmeldungen möglich
über den QR-Code oder über [www.vhs-
schaumburg.de/projekte/haus-der-demokratie](http://www.vhs-schaumburg.de/projekte/haus-der-demokratie)

Raum	Veranstaltung	Uhrzeit
Cafeteria	Über Demokratie reden im VHS Café - Raum der Begegnung	15.00 - 17.30 Uhr
Foyer	Clown trifft auf Demokratie – Wir schaffen unser Gesicht der Demokratie	15.00 - 17.30 Uhr
Raum 1.01	VHS-Lerntreff: Gemeinsam spielerisch Lernen	15.00 - 17.30 Uhr
Raum 1.02	Szenario: Was passiert, wenn es mit der Demokratie nicht klappt? –Ausstellung: "Entrechtet, vertrieben, ermordet", Ehemalige Synagoge e.V.	15.00 - 17.30 Uhr
Raum 1.03	Ein Demokratiequiz mit dem Netzwerk für Demokratie, Zusammenhalt &Vielfalt	15.00 - 17.30 Uhr
Raum 1.04	Online-Selbstlernkurs "Antisemitismus: verstehen, besprechen, begegnen"	15.00 - 17.30 Uhr
Raum 1.08	Veranstaltung der Bürgerstiftung Schaumburg	15.00 - 17.30 Uhr
Raum 1.09 oder vor dem Eingang	Tanz trifft auf Tradition im Schaumburger Land	16.00 - 17.00 Uhr
Raum 1.12	Kurzfilme	15.00 - 17.30 Uhr

VHS – HAUS DER DEMOKRATIE

02.10.2026

AB 13.30 UHR

Freuen Sie sich auf ein abwechslungsreiches Programm mit der Aktivistin Kristina Lunz, einem Vortrag zur Erinnerungskultur, verschiedenen Workshops, einer Ausstellung, Diskussionsrunden, viele Mitmachaktionen und unser VHS Café mit musikalischer Untermalung. Erleben Sie die Vielfalt der Demokratie im VHS – Haus der Demokratie unter dem Motto: Zuhören - Erinnern - Handeln!



Jahnstraße 21 A, 31655 Stadthagen

www.vhs-schaumburg.de