



Landesverband
Mecklenburg-Vorpommern

vhs für ein lebenswertes M-V

*Portfolio
vhs als Begegnungsanker*

Stand 07/2026

www.vhs-verband-mv.de

Allrounder mit Auftrag - vhs in MV

Volkshochschulen als kommunale Bildungsanbieter versorgen Bürgerinnen und Bürger ein Leben lang mit Bildungsangeboten, zugleich sind sie damit ein wichtiger Ort der Begegnung und des Austauschs. Es gehört zu ihrem Selbstverständnis, Veränderungsprozesse und neue Herausforderungen nicht nur im Blick zu haben, sondern ihnen auch zu begegnen. Einsamkeit verstehen die vhs nicht als individuelles Problem, sondern als gesamtgesellschaftliche Herausforderung.

Die Volkshochschulen könnten mit ihren Angeboten auf mehreren Ebenen arbeiten:

- Sie schaffen Bewusstsein
- Sie sensibilisieren mit speziellen Veranstaltungen und Kursen für das Thema.
- Außerdem entwickeln und planen sie konkrete Formate zur Bewältigung von Einsamkeit.
- Über neue Kontakte und Kompetenzen aus den Kursen stärken die vhs individuelle und gesellschaftliche Resilienz.

Bei all dem ist von Belang, dass die Volkshochschulen zahlreiche Gruppen erreichen, die nur wenige andere Angebote nutzen und zugleich besonders von Einsamkeit betroffen sind, z.B. ältere Menschen, Menschen mit Bedarfen in der Grundbildung, Zugewanderte oder auch junge Menschen mit Brüchen in der Bildungsbiographie.

Als Einrichtungen gemäß Weiterbildungsförderungsgesetz MV garantieren sie Beständigkeit und dauerhafte Präsenz - wichtig für Menschen, die sich zunächst überwinden müssen, ein Angebot zu nutzen.

acht
Volkshochschulen

mehr als 100
Kursorte

vhs

+ 15

Arbeitsstellen

120.000 +
Unterrichtsstunden

Struktur und Netzwerk

Als Anbieter mit hunderten Kursangeboten im Flächenland setzen die vhs in MV auf reale Begegnungsmöglichkeiten und Nähe zu den Menschen und untereinander.

Ergänzt wird das Präsenzangebot durch zahlreiche Online-Angebote, u.a. wichtig für mobilitätseingeschränkte Personen.

Volkshochschulen arbeiten nicht allein, sie bilden Kooperationen und Netzwerke mit anderen Bildungsanbieter und zahlreichen Institutionen aus dem Bereich Wohlfahrtspflege, politische, kulturelle und Gesundheitsbildung u.v.m. So erreichen sie mehr Menschen und Begegnung wird erweiterbar.



Auf Bundesebene ist der Deutsche Volkshochschulverband (DVV) der **Allianz gegen Einsamkeit** beigetreten. Besonders im Fokus stehen für die vhs dabei die Menschen, die laut Bertelsmann-Studie von Einsamkeit betroffen sind: Ältere, Personen mit Migrationshintergrund, junge Leute mit niedrigem Schulabschluss.

Die vhs in Mecklenburg-Vorpommern bieten all diesen Gruppen Anlaufstellen: Sie haben ein breites Angebot für Senior*innen, sie sind der größte Integrationskursanbieter im Bundesland und sie bieten nachholende Schulabschlüsse mit 250-300 Absolvent*innen im Jahr an.

Auch mit dem DVV-Projekt **talentCAMPus** richten die Volkshochschulen sich an junge Menschen, die Gemeinschaft statt Einsamkeit erleben sollen. Sie können zusammen mit Gleichaltrigen ihre Gedanken und Gefühle künstlerisch zum Ausdruck zu bringen. Wenn ihre Familie nicht in den Urlaub fahren kann, haben sie so dennoch erlebnisreiche Ferien, sogar begleitet von einem Rufbussystem für ländliche Gegenden.

Zudem ist der DVV der **Initiative „Dritte Orte für Begegnung“**, mit der die Körber-Stiftung auf die wichtige Rolle von Dritten Orten aufmerksam machen möchte, beigetreten. Die Volkshochschulen bringen sich hier als offene, niedrigschwellige Orte der Begegnung ein. Menschen kommen unabhängig von Alter, Herkunft oder Lebenssituation zusammen. Es entsteht nicht nur ein Raum für Austausch, sondern auch für demokratische Bildung und gemeinschaftliches Engagement.

Der Landesverband M-V sowie die Mitgliedsvolkshochschulen sind so einerseits über Tagungen, Fortbildungen und Informationen stets zur Thematik im Bilde, andererseits bieten sie selbst zahlreiche Kurse, Formate und Räume an, in denen Begegnung Einsamkeit vorbeugt.

Die Volkshochschulen binden die Thematik offen und entstigmatisierend in ihr Angebot ein, wie hier auf der Startseite der vhs Rostock.



Einsamkeit ist ein vielschichtiges Phänomen mit vielen Auswirkungen. Das breite Angebotsportfolio der vhs ist besonders geeignet, ihm zu begegnen:

Sprachen/DaZ:

Sprachkenntnisse als Schlüssel zur Integration und aus der Isolation heraus



Politik/Gesellschaft/Umwelt:

Stärkung von Urteilsfähigkeit und Handlungskompetenzen durch demokratischen Diskurs

Berufliche Bildung:

gesellschaftliche Teilhabe durch Fort- und Weiterbildung



Kulturelle Bildung:

Erleben der Lebenswelt über Kunst, offene Formate und Selbstwirksamkeit

Grundbildung/ Alphabetisierung; Schulabschlüsse:

gesellschaftliche Teilhabe durch Literalisierung und Alltagskompetenz, Ausgleich von Bildungsdefiziten



Gesundheit: Prävention von Einsamkeitsauswirkungen wie psychosomatischen Beschwerden oder Suchtpotential, Gemeinschaft und positive Körperwahrnehmung

Sprachkurse - Wege aus der Isolation

Die Volkshochschulen allein stellen ca. ein Drittel der zugelassenen Träger für Integrationskurse in MV dar. Daneben bieten sie auch freie Deutschkurse und weitere Maßnahmenkurse wie die Starterkurse des Landes. Oftmals sind die Sprachkurse auch die erste Gelegenheit für regelmäßige Begegnung nach der Ankunft in Deutschland.

Die Volkshochschulen sind sich dieser Verantwortung bewusst und flankieren deshalb das reine Kursangebot mit zahlreichen Möglichkeiten zur Begegnung wie offenen Lernräumen, Sprachcafés u.ä.



Plakat: kvhs Nordwestmecklenburg

Grundbildung und Alphabetisierung - Schlüssel zur Teilhabe

Alphabetisierung und Grundbildung hat an vielen Volkshochschulen eine lange Tradition: Seit Jahrzehnten tragen die vhs den weitaus größten Teil der Lese- und Schreibkurse für Erwachsene.

Volkshochschulen bieten allen Menschen lebenslang die Chance, Lesen, Schreiben und Rechnen zu lernen sowie digitale und weitere Grundkompetenzen zu erwerben und sich dadurch neue Lebensperspektiven zu eröffnen.

Von großer Bedeutung sind hier, neben den klassischen Kursformaten, auch sozialräumliche Angebote wie z.B. die „Lerntreffs im Quartier“, die einen niedrigschwelligen Zugang zum Wiedereinstieg ins Lernen ermöglichen. Viele Menschen erleben hier, dass sie mit ihren Erfahrungen nicht allein sind.

Selbststärkung über Kreativität

Schöpferisch tätig zu sein, schafft neue Verbindungen zur eigenen Lebenswelt und dem Selbstwertgefühl. Die Volkshochschulen greifen den Bedarf danach mit über 10.000 Unterrichtseinheiten im Jahr auf. Neben dem Erlernen bestimmter Techniken sind dabei auch Kurse im Angebot, die sich speziell auf die Auseinandersetzung mit Identität, Gemeinschaft, Rollenbildern usw. beziehen. An der vhs Vorpommern-Rügen etwa gibt es Schreibwerkstätten, die über die Freude am eigenen Text neues Selbstvertrauen und Verbindung zu anderen schaffen.

Gemeinschaft statt Einsamkeit - Demokratiestärkung vor Ort

Als Orte des Austauschs und Kontakts setzen Volkshochschulen dem anonymen Raum Gemeinschaft und Austausch entgegen. Sie nehmen damit ihre Aufgabe als politische Bildner ernst und bestärken Menschen, in den Dialog zu gehen, statt sich zurückzuziehen. Niederschwelligkeit ist den vhs hierbei besonders wichtig.

Als Beispiel fungiert hier ein Angebot der vhs im Landkreis Rostock:

Sie befinden sich hier: [Startseite](#) / [Kurse](#) / [Politik, Gesellschaft, Umwelt](#)

Gemeinsam ist man weniger allein!- geführte Wanderung durch den Gespensterwald



Einsamkeit ist ein komplexes und weitverbreitetes Problem, das Menschen in verschiedenen Altersgruppen und Lebenssituationen betrifft (Einsamkeitsbarometer 2024, BMFSFJ). Da erhöhte Einsamkeitsbelastungen mit erheblichen Risiken für die individuelle Gesundheit einhergehen, lernen wir auf unserer Wanderung durch den Gespensterwald nicht nur die Natur, sondern auch andere Menschen kennen.

Die Wanderung umfasst eine Strecke von etwa 6 km und dauert je nach Interesse der Teilnehmenden sowie Pausen etwa 3 Stunden.
Die Wege sind ausschließlich ebenerdig und besitzen keine

Dieser Kurs ist buchbar!

[+ In den Warenkorb legen](#)

Kursnummer	D26H109-05
Beginn	Fr., 18.09.2026,

<https://www.vhs-lkros.de/kurse/politik-gesellschaft-umwelt/kurs/Gemeinsam-ist-man-weniger-allein--gefuehrte-Wanderung-durch-den-Gespensterwald/D26H109-05>

Dieser Fachbereich bietet aber auch Raum, für differenzierte Auseinandersetzung mit gesellschaftlichen Herausforderungen wie der Einsamkeit und Ereignissen, die eng mit ihr in Zusammenhang stehen. An der genannten vhs findet so etwa ein Vortragsabend unter dem Titel "Wie haben Kinder und Jugendliche die Corona-Pandemie erlebt?" in Zusammenarbeit mit Wissenschaft für Demokratie – Wir für Dich e. V. statt.

Die Volkshochschule Schwerin stellt mit 14 **Seniorenkreisen**, die bereits viele Jahre bestehen, eines der umfänglichsten Angebote für Ältere in ganz MV zur Verfügung.

Auch hier steht im Mittelpunkt, dass die Teilnehmenden in den Dialog treten können, mit Politiker*innen, Expert*innen, Kulturschaffenden usw.

Die Formate bringen auch mit sich, dass wechselnde Orte besucht werden - ein wichtiger Ansatzpunkt, um Sozialräume zu erschließen.



Foto: Volkshochschule Ehm Welk Schwerin

In der Gruppe stark für Gesundheit

Bewegungsförderung, psychische Gesundheit und Handlungskompetenz für eine gesunde Lebensführung stehen in engem Zusammenhang mit dem Themenkomplex Einsamkeit. Denn Einsamkeitserfahrungen beeinträchtigen auch die Gesundheit.

Die positiven psychosozialen Effekte von vhs-Kursen sind bereits bestätigt, es ist jedoch auch nötig, spezifische Angebote für den Gesundheitserhalt zu machen. In M-V stechen einige Werte, die sich auf den Gesundheitszustand sowie auf die Gefahr von Einsamkeit beziehen, besonders hervor: Adipositaszahlen, Suchterkrankungen und Krankheitstage. Daneben schätzen sich die Menschen in M-V regelmäßig als eher unglücklich ein.

Mit mehr als 17.000 Unterrichtseinheiten allein im Bereich Gesundheit im Jahr, zahlreichen krankenkassenzertifizierten Angeboten und erschwinglichen Preisen sind Volkshochschulen für Bürgerinnen und Bürger eine zentrale Anlaufstelle. Gesunde Lebensführung wird so nicht zum Luxus, sondern ist echte Grundversorgung, besonders im ländlichen Raum und für eine älter werdende Gesellschaft. Ein immer größer werdender Anteil der Kurse bezieht auch die psychische Gesundheit explizit mit ein, z.B. in der Yogapraxis, in Kursen zu psychischer Resilienz und mehr.



Bild: Berufsbegleitendes Fasten in der Gruppe, vhs Landkreis Rostock

Viele Kurse, die Einsamkeit vorbeugen, bewegen sich auf Schnittstellen der klassischen vhs-Fachbereiche. Die Volkshochschulen gehen hier auf Bedarfe und Entwicklungen ein. An zahlreichen Standorten werden aktuell zum Beispiel "Letzte Hilfe"-Kurse zur Umsorgung Sterbender angeboten. Bis zur letzten Stunde sollen Menschen nicht allein, sondern in Begleitung bleiben - und diejenigen, die sich kümmern, erfahren hier ebenso Gemeinschaft und Entlastung.

Dritte Orte - Begegnung über den Kurs hinaus

Volkshochschulen arbeiten traditionell curricular und bieten mit ihren Programmen bereits die Möglichkeit zu Begegnung, zum Kennenlernen Anderer. Ergänzend arbeiten sie aber auch daran, über den Kurs hinaus Räume für Gemeinschaft zu bieten.

Es können und werden Aufenthaltsorte in den Volkshochschulen geschaffen, an denen Teilnehmer*innen sich außerhalb der Kurse treffen können. Diese Angebote sind auch für Menschen, die noch keine vhs-Kurse nutzen, offen.

Zahlreiche vhs-Standorte haben offene Foyer-Bereiche, Cafébereiche mit Automaten, für jedermann offene Ausstellungsräume und weitere Begegnungsmöglichkeiten. Die Volkshochschule Mecklenburgische Seenplatte öffnet den Erdgeschossbereich ihrer Arbeitsstelle Neubrandenburg strategisch immer weiter: Zu Beginn mit Ausstellungseröffnungen, aktuell z.B. mit Konzepten wie einer Lebendigen Bibliothek und langfristig mit dauerhaft offenen Räumen zum Verweilen, Lernen, peer-Ansätzen, Kopiermöglichkeit u.a. Zudem entstehen über Kooperationen mit Anbietern in der kulturellen Bildung neue Bildungsorte.

Kursleitung werden - eine gute Anlaufstelle

Selten bedacht - nicht nur für Teilnehmende, auch für Kursleitende sind die Angebote der vhs ein wichtiger Anker, um im Austausch zu bleiben oder neue Menschen kennenzulernen.

Aus der vhs-Praxis wissen wir: Viele Kursleitungen entscheiden sich nach dem Renteneintritt für eine Tätigkeit an ihrer örtlichen vhs. Rhythmus und ein fester Zeitpunkt für Austausch und Gelegenheit, Wissen weiterzugeben erleichtern diese Übergangsphase. Genauso nehmen häufig Menschen eine Tätigkeit als Kursleitung auf, die z.B. neu zugezogen sind, einen familiären Umbruch hinter sich haben, oder in der Elternzeit bzw. am Ende der Elternzeit einige Stunden in der Woche Kurse geben möchten.

Wir bewerben als Verband deshalb gezielt mit dem Motto "Mach, was du liebst" neue Kursleitende. Auf diesem Bild sind zwei Kursleiterinnen der vhs Schwerin zu sehen, sie stammen aus der Ukraine und können so Kultur vermitteln und zugleich erste Schritte zur Erwerbstätigkeit gehen.



Bild: Maren Jakobi

Online, wo Präsenz nicht möglich ist

Es gibt Situationen, in denen Begegnung vor Ort nicht möglich ist oder Online-Angebote deutliche Vorteile bringen: Unser Flächenland, evtl. ungünstige ÖPNV-Zeiten, schlechtes Wetter im Winter, Mobilitätseinschränkung oder Pflegeverantwortung, aber auch Ausnahmesituationen wie Covid-19 machen Online-Angebote heute zu einem wichtigen Baustein. Volkshochschulen verfügen schon seit vielen Jahren über komplette Onlinekurse und die vhs.cloud als Lernplattform inkl. Konferenzsoftware.



Mit Bezug auf das Handlungsfeld Einsamkeit bieten sie mittlerweile aber auch Kommunikationsformate im virtuellen Raum, etwa die “Online-Plauderbank” der vhs Landkreis Rostock. Niederschwellig, mit jederzeit möglichem Einstieg können sich Teilnehmende hier online treffen, einen thematischen Impuls mitnehmen, sich austauschen und bei Interesse auch über das Format hinaus vernetzen.

Digital gap schließen

Aus Studien ist aber auch bekannt, dass Alter und Bildungsgrad enorme Differenzen in der Nutzung von Online-Angeboten bewirken. Hier arbeiten die Volkshochschulen konsequent an der Schließung dieses sogenannten digital gap.

Die vhs Vorpommern-Greifswald beispielsweise beteiligt sich am Digitalpakt Alter und setzt kostenlose Präsenzveranstaltungen direkt im ländlichen Raum um. Die Angebote sind bewusst niedrigschwellig gestaltet. Sie reichen von der sicheren Nutzung eines Smartphones über Online-Banking bis hin zur Einrichtung von E-Mail-Konten und erstem Kontakt mit den Veränderungen, die KI mit sich bringt.

Quellen und weiterführende Links:

Statistische Daten, soweit nicht anders genannt: DIE Survey Volkshochschulstatistik 2024.

Schulabbrecherquote: 10,4 % im Schuljahr 2024/25 lt. Pressemitteilung des Bildungsministeriums vom 26.11.2025.

Benennung von Suchtquote, Adipositas etc.: <https://www.bifg.de/atlas/>. (Morbiditäts- und Sozialatlas, Barmer Institut für Gesundheitsforschung).

Einsamkeit und politische Einstellung: Ernst, Mareike u.a.: Einsam und Radikal? Eine psychologische Perspektive auf Einsamkeit und demokratiefeindliche Einstellungen. <https://www.bpb.de/shop/zeitschriften/apuz/einsamkeit-2024/557854/einsam-und-radikal/>

Krankheitstage: Pressemeldung DAK vom 26.1.2026 (23 Krankheitstage).

positive Auswirkungen von Erwachsenenbildungskursen: <https://erwachsenenbildung.at/aktuell/nachrichten/17289-erwachsenenbildung-wirkt-positiv-auf-die-gesundheit.php>. Für Österreich mit einem vergleichbaren Volkshochschulsystem.

Einsamkeit und die Rolle der vhs. Eine Orientierungshilfe für Volkshochschulen in Rheinland-Pfalz. Volkshochschulverband Rheinland-Pfalz (Hrsg.) 2025.

PM Allianz gegen Einsamkeit: <https://www.volkshochschule.de/meldungen/allianz-gegen-einsamkeit-mit-der-vhs-aus-der-isolation.php>

PM Dritte Orte: <https://www.volkshochschule.de/meldungen/dritte-orte-fuer-begegnung.php>

Website des Deutschen Volkshochschulverbandes www.volkshochschule.de
Websites aller Volkshochschulen in Mecklenburg-Vorpommern.



Kontakt:

Maren Jakobi, Verbandsdirektorin

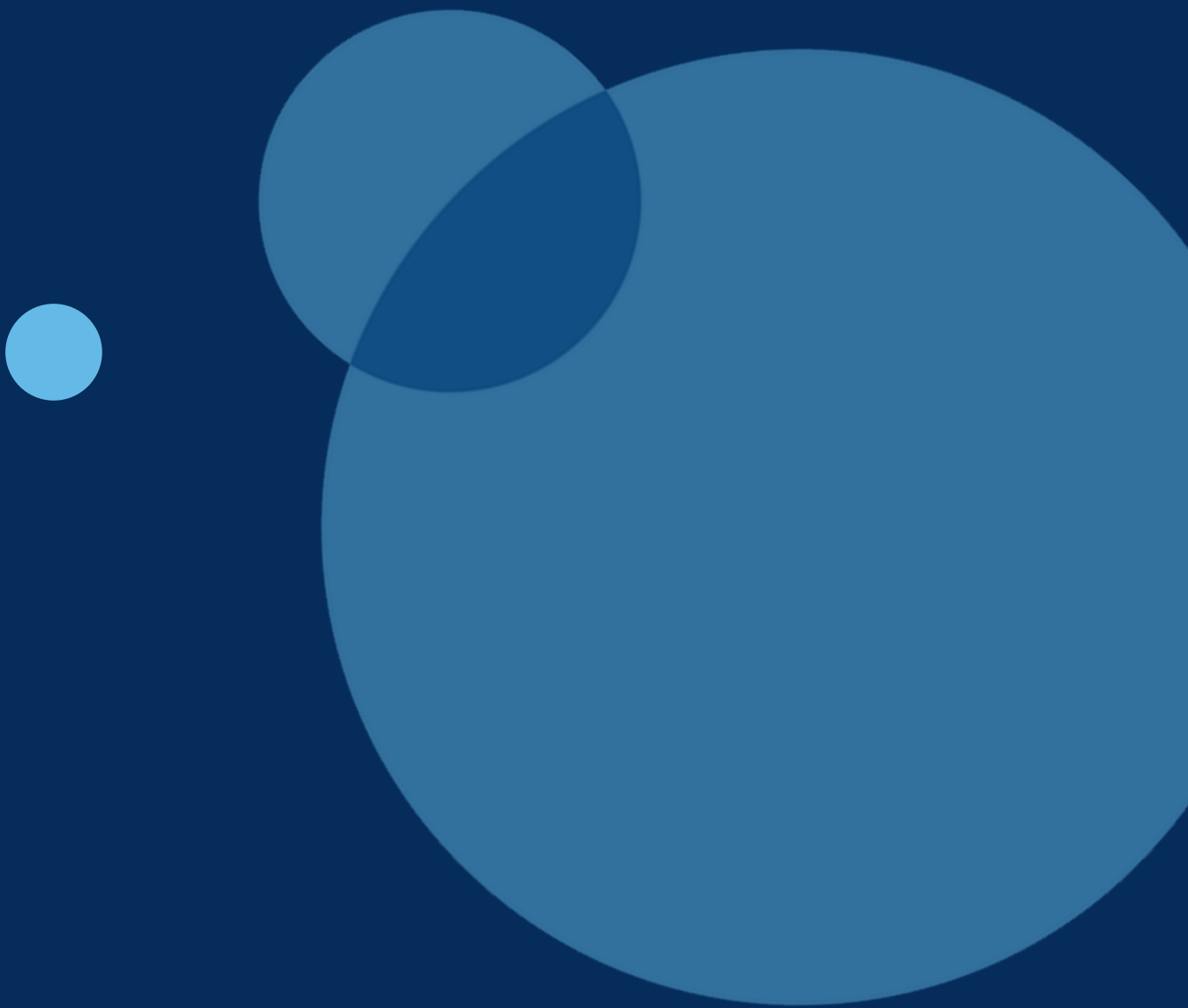
Volkshochschulverband Mecklenburg-Vorpommern e.V.

Bertha-von-Suttner-Str. 5

19061 Schwerin

info@vhs-verband-mv.de

0385-3031 550



Volkshochschulverband Mecklenburg-Vorpommern e.V.
Bertha-von-Suttner-Str. 5
19061 Schwerin
info@vhs-verband-mv.de

www.vhs-verband-mv.de