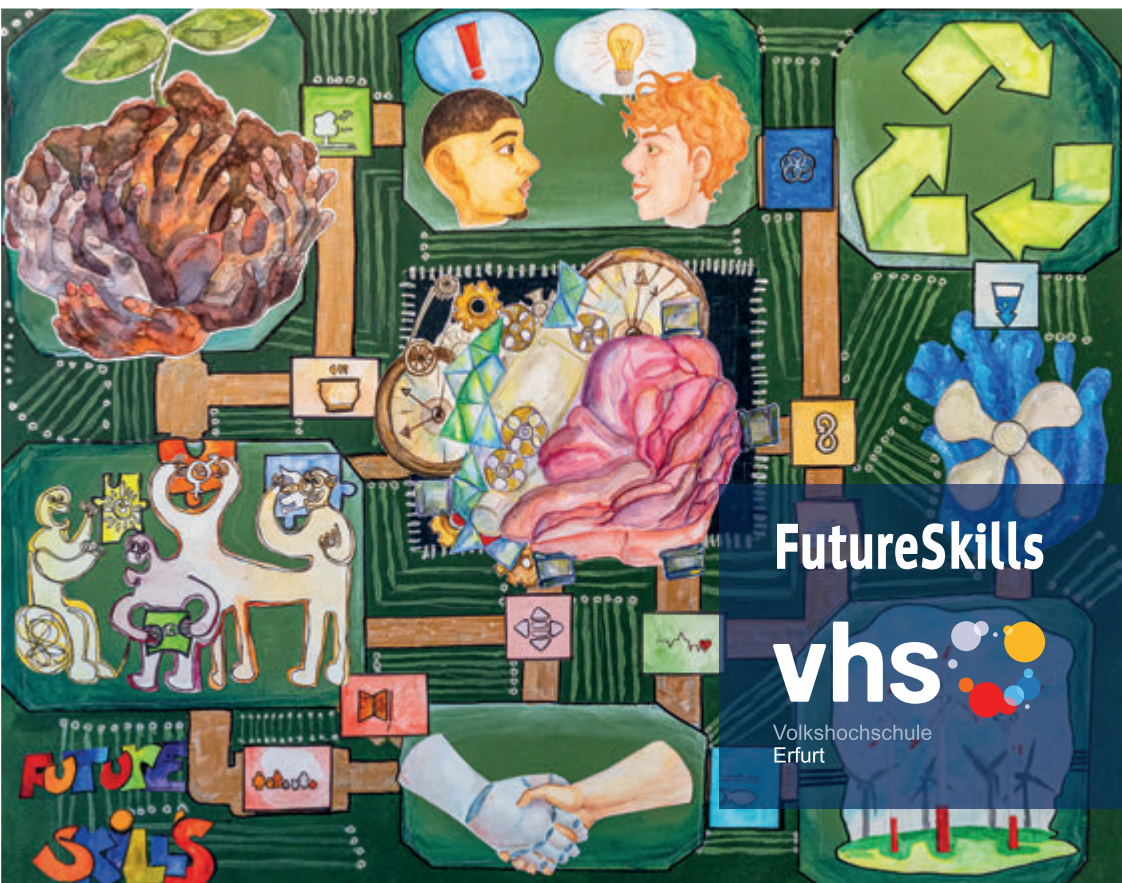


Jahresprogramm 2025

Volkshochschule Erfurt



LANDESHAUPTSTADT
THÜRINGEN
Stadtverwaltung



HELDEN IN JEDEM FACH

Zur Verbesserung der schulischen Leistungen sowie der Lernergebnisse erhalten Sie Unterstützung in den Unterrichtsfächern Deutsch, Englisch, Französisch, Mathematik, Chemie und Physik.

Kurse zu weiteren Unterrichtsfächern können in individueller Absprache eingerichtet werden.



- NACHHILFE
- LERNFÖRDERUNG
- FÜR SCHÜLER DER
3. - 12. KLASSE

WIR BERATEN
SIE GERN UNTER



Tel: 0361 655-2965
volkshochschule@erfurt.de

Das VHS Gebäude und weitere Standorte

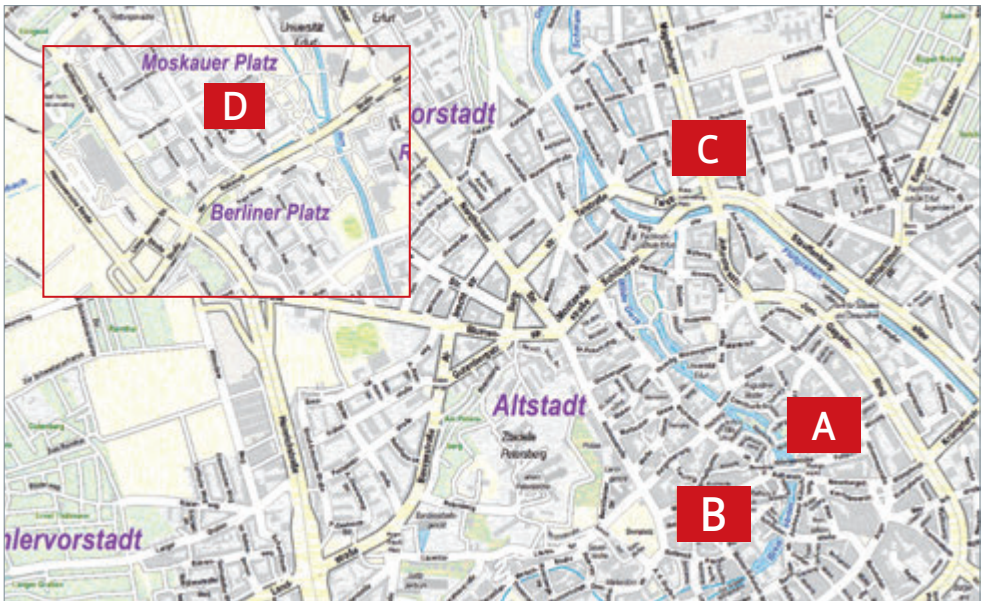


Volkshochschule Erfurt

Schottenstraße 7 | 99084 Erfurt

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle

Montag	08:00 bis 12:00 Uhr und 13:00 bis 15:00 Uhr
Dienstag	10:00 bis 12:00 Uhr und 13:00 bis 18:00 Uhr
Mittwoch	08:00 bis 12:00 Uhr und 13:00 bis 15:00 Uhr
Donnerstag	10:00 bis 12:00 Uhr und 13:00 bis 16:00 Uhr
Freitag	nur nach telefonischer Terminvereinbarung



A Volkshochschule Erfurt | Geschäftsstelle

Schottenstraße 7 | 99084 Erfurt
Internet: www.erfurt.de/vhs
E-Mail: volkshochschule@erfurt.de
Tel.: 0361 655-2950
Fax: 0361 655-2959
Haltestelle: Linie 1 und 5, „Stadtmuseum/Kaisersaal“

C VHS Lernort Freiraum

Magdeburger Allee 22 | 99086 Erfurt
Tel.: 0361 655-2950
Verkehrsanbindung: Straßenbahnlinie 1 und 5,
Haltestelle „Lutherkirche“, ca. 3 Minuten Fußweg in
Richtung Talknoten auf der linken Straßenseite

B VHS Lernort Marktstraße

Marktstraße 6 | 99084 Erfurt
Tel.: 0361 655-2950
Haltestelle: Linie 3,4,6, Haltestelle „Domplatz“

D VHS Lernort Nord

Moskauer Straße 114 | 99091 Erfurt
Tel.: 0361 655-2950
Verkehrsanbindung:
Straßenbahnlinie 1 und 3 / Stadtbuslinie 95, Haltestelle
„Thüringen-Park“, Stadtbuslinie 10 und 95, Haltestelle
„Moskauer Platz“ oder „Bukarester Straße“, ca. 5 Minuten
Fußweg in Richtung Moskauer Straße

Vorwort des Oberbürgermeisters



Liebe Erfurterinnen und Erfurter,
liebe Freunde der Volkshochschule,

herzlich willkommen im Jahresprogramm unserer Volkshochschule für 2025.

Die Volkshochschule ist seit jeher ein zentraler Ort für Bildung, Begegnung und Austausch in unserer Stadt. Sie bietet ein breites Spektrum an Kursen und Veranstaltungen, die es Ihnen ermöglichen, Ihre persönlichen und beruflichen Kompetenzen zu erweitern, neue Interessen zu entdecken und sich aktiv am gesellschaftlichen Leben zu beteiligen. Auch das diesjährige Programm spiegelt die Vielfalt und Dynamik unserer Stadt. Von Sprachkursen über berufliche Weiterbildung bis hin zu kulturellen und kreativen Angeboten – für jede und jeden ist etwas dabei. Besonders freut es mich, dass wir in diesem Jahr wieder viele neue Kurse anbieten können, die auf aktuelle gesellschaftliche Entwicklungen und Bedürfnisse eingehen. So finden sich in unserem Programm auch Angebote, die sich mit den Schlüsselkompetenzen der Zukunft beschäftigen – von digitalen Kenntnissen über kreative Problemlösung bis hin zu sozialer und emotionaler Intelligenz. Die Volkshochschule ist ein Ort des lebenslangen Lernens und der offenen Türen. Sie leistet einen wertvollen Beitrag zur Chancengleichheit und zur sozialen Integration in unserer Stadt. Nutzen Sie die vielfältigen Möglichkeiten, die Ihnen unsere Volkshochschule bietet, und lassen Sie sich inspirieren, Neues zu lernen und sich weiterzuentwickeln. Möglich wird das umfangreiche Kursprogramm durch die engagierten Dozentinnen und Dozenten sowie das motivierte Team unserer Volkshochschule. Ihnen möchte ich an dieser Stelle herzlich Danke sagen!

Lassen Sie sich von der großen Vielfalt der Bildungsmöglichkeiten anregen und nutzen Sie die Chance, Ihr ganz persönliches Weiterbildungspaket zusammenzustellen. Ein Blick in das ausführliche Programmheft der Volkshochschule und ein Besuch vor Ort sind in jedem Fall lohnenswert. Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen und Entdecken.

Ihr

A handwritten signature in blue ink, which appears to read 'Andreas Horn'.

Andreas Horn
Oberbürgermeister der Landeshauptstadt Erfurt

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

wir leben in einer schnelllebigen, sich täglich ändernden Welt. „Future Skills“ ist das Jahresthema 2025 des Deutschen Volkshochschul-Verbandes. Daran anknüpfend lautet der Titel des Schwerpunktthemas für das kommende Jahr deshalb für alle Volkshochschulen: **„#zukunftsor_vhs – Kompetenzen für morgen“**. Das Thema „Future Skills“ ist im Kontext von Fachkräftesicherung und Fachkräftegewinnung in aller Munde und wird bildungspolitisch immer bedeutender. Fachkräfte von morgen müssen nicht nur über technologische und fachliche Kompetenzen verfügen. Die Anforderungen an überfachliche Fähigkeiten nehmen in rasantem Tempo zu und gewinnen in Zeiten von gesellschaftlicher Transformation im Beruf wie auch im Lebensalltag für jede Einzelne und jeden Einzelnen an Bedeutung.

Zu den geforderten Zukunftskompetenzen zählen beispielsweise kritisches Denken, Kreativität, Konfliktfähigkeit, Problemlösefähigkeit, Achtsamkeit, digitale Kompetenzen oder interkulturelle Kommunikation. Diese Aufzählung zeigt: Mit ihren vielfältigen Programmangeboten sind Volkshochschulen als zentraler Bildungsanbieter für Zukunftskompetenzen gut aufgestellt. In Anlehnung an das aktuelle Arbeitsprogramm des DVV-Vorstands, das den „Zukunftsor_vhs“ in den Mittelpunkt stellt, ist „#zukunftsor_vhs“ als Rahmensetzung der jährlichen gesamtverbandlichen Schwerpunktthemen zu verstehen. Das heißt, dass auch in 2026 und 2027 der Zusatz „#zukunftsor_vhs“ den jeweiligen thematischen Schwerpunktsetzungen vorangestellt werden wird.

Ihr Team
der Volkshochschule Erfurt



Inhaltsverzeichnis

Informationen Vorankündigungen	6
Teilnahmebedingungen	8
Unsere Dienstleistungen	14
Ihre Ansprechpartner Verwaltungsteam	16
BFD - Bundesfreiwilligendienst	18
Qualitätssiegel in der Erwachsenenbildung	20
Weitere Aufgabenschwerpunkte	21
1 Politik, Gesellschaft und Umwelt.....	24
2 Kunst, Kultur und Gestalten	84
3 Gesundheit, Fitness und Ernährung.....	118
4 Sprachen	142
5 Arbeit und Beruf/ Bildungsfreistellung	170
6 Schulabschlüsse und Grundbildung	236
7 Integration / Migration.....	243
8 Schülerakademie	252
Lernort Marktstraße	262
9 Erfurter Malschule	264
10 Ferienangebote	276
Beschwerdemanagement der vhs.....	294
Datenschutzbestimmungen	295
Leitbild	298
Impressum	300



Jahreskalender 2025

Januar								Februar								März							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
1			1	2	3	4	5	5						1	2	9						1	2
2	6	7	8	9	10	11	12	6	3	4	5	6	7	8	9	10	3	4	5	6	7	8	9
3	13	14	15	16	17	18	19	7	10	11	12	13	14	15	16	11	10	11	12	13	14	15	16
4	20	21	22	23	24	25	26	8	17	18	19	20	21	22	23	12	17	18	19	20	21	22	23
5	27	28	29	30	31			9	24	25	26	27	28			13	24	25	26	27	28	29	30
																14	31						
April								Mai								Juni							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
14		1	2	3	4	5	6	18				1	2	3	4	22							1
15	7	8	9	10	11	12	13	19	5	6	7	8	9	10	11	23	2	3	4	5	6	7	8
16	14	15	16	17	18	19	20	20	12	13	14	15	16	17	18	24	9	10	11	12	13	14	15
17	21	22	23	24	25	26	27	21	19	20	21	22	23	24	25	25	16	17	18	19	20	21	22
18	28	29	30					22	26	27	28	29	30	31		26	23	24	25	26	27	28	29
																27	30						
Juli								August								September							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
27		1	2	3	4	5	6	31					1	2	3	36	1	2	3	4	5	6	7
28	7	8	9	10	11	12	13	32	4	5	6	7	8	9	10	37	8	9	10	11	12	13	14
29	14	15	16	17	18	19	20	33	11	12	13	14	15	16	17	38	15	16	17	18	19	20	21
30	21	22	23	24	25	26	27	34	18	19	20	21	22	23	24	39	22	23	24	25	26	27	28
31	28	29	30	31				35	25	26	27	28	29	30	31	40	29	30					
Oktober								November								Dezember							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
40			1	2	3	4	5	44						1	2	49	1	2	3	4	5	6	7
41	6	7	8	9	10	11	12	45	3	4	5	6	7	8	9	50	8	9	10	11	12	13	14
42	13	14	15	16	17	18	19	46	10	11	12	13	14	15	16	51	15	16	17	18	19	20	21
43	20	21	22	23	24	25	26	47	17	18	19	20	21	22	23	52	22	23	24	25	26	27	28
44	27	28	29	30	31			48	24	25	26	27	28	29	30	1	29	30	31				

Gesetzliche Feiertage 2025 Thüringen

1. Januar	Neujahr	1. Mai	Tag der Arbeit	3. Oktober	
18. April	Karfreitag	29. Mai	Christi Himmelfahrt	31. Oktober	Tag d. Dt. Einheit
21. April	Ostermontag	9. Juni	Pfingstmontag	25. Dezember	1. Weihnachtstag
		20. Sept.	Weltkindertag	26. Dezember	2. Weihnachtstag

Besondere Termine:

Semesterstart: Frühjahrssemester 10.02.2025 | Herbstsemester: 01.09.2025
Schnupper-Samstag: 15.02.2025 | Malschulfamiliientag: 10.05.2025

ERFURT INKLUS!V



17. Januar bis 28. Februar 2025



Kommen Sie vorbei.

Ausführliche Informationen sowie das
Veranstaltungsprogramm erhalten Sie unter:
www.erfurt.de/ef149038



Am liebsten Ferien.

Unsere Broschüre mit
allen Ferienangeboten für
Kinder und Jugendliche
erscheint Anfang des
Jahres 2025.



Teilnahmebedingungen

Wann kommen Kurse zustande?

Das Programm enthält offene Angebote, die zustande kommen, wenn sich in der Regel 8 Teilnehmende je Kursangebot rechtsverbindlich einschreiben. Bei weniger als 8 Teilnehmenden kann in Absprache mit dem Bereichsleitenden und dem Dozenten der Kurs als sogenannte Kleingruppe durchgeführt werden. Beachten Sie hierbei jedoch die höhere Kursgebühr laut Gebührensatzung.

Wer kann teilnehmen?

Alle Interessierten, ab dem vollendeten 16. Lebensjahr, können die Kurse der Volkshochschule besuchen. Für Kinder und Jugendliche bis 16 Jahre bietet die Schülerakademie und Erfurter Malerschule vielfältige Angebote an. Hier ist die Anmeldung der Eltern oder des Erziehungsberechtigten erforderlich.

Wer kann beraten?

Zu den Kursinhalten und der Einschätzung der persönlichen Voraussetzung stehen die Bereichsleitenden gerne persönlich nach entsprechender Terminvereinbarung oder auch telefonisch bzw. per E-Mail zur Verfügung. Auskünfte zur allgemeinen Kursorganisation und zu Lehrgangsgebühren erhalten Sie ausschließlich in der Geschäftsstelle der Volkshochschule.

Auskünfte und Informationen von Honorarkräften haben keine Rechtsverbindlichkeit.

Wann und wo finden Kurse statt?

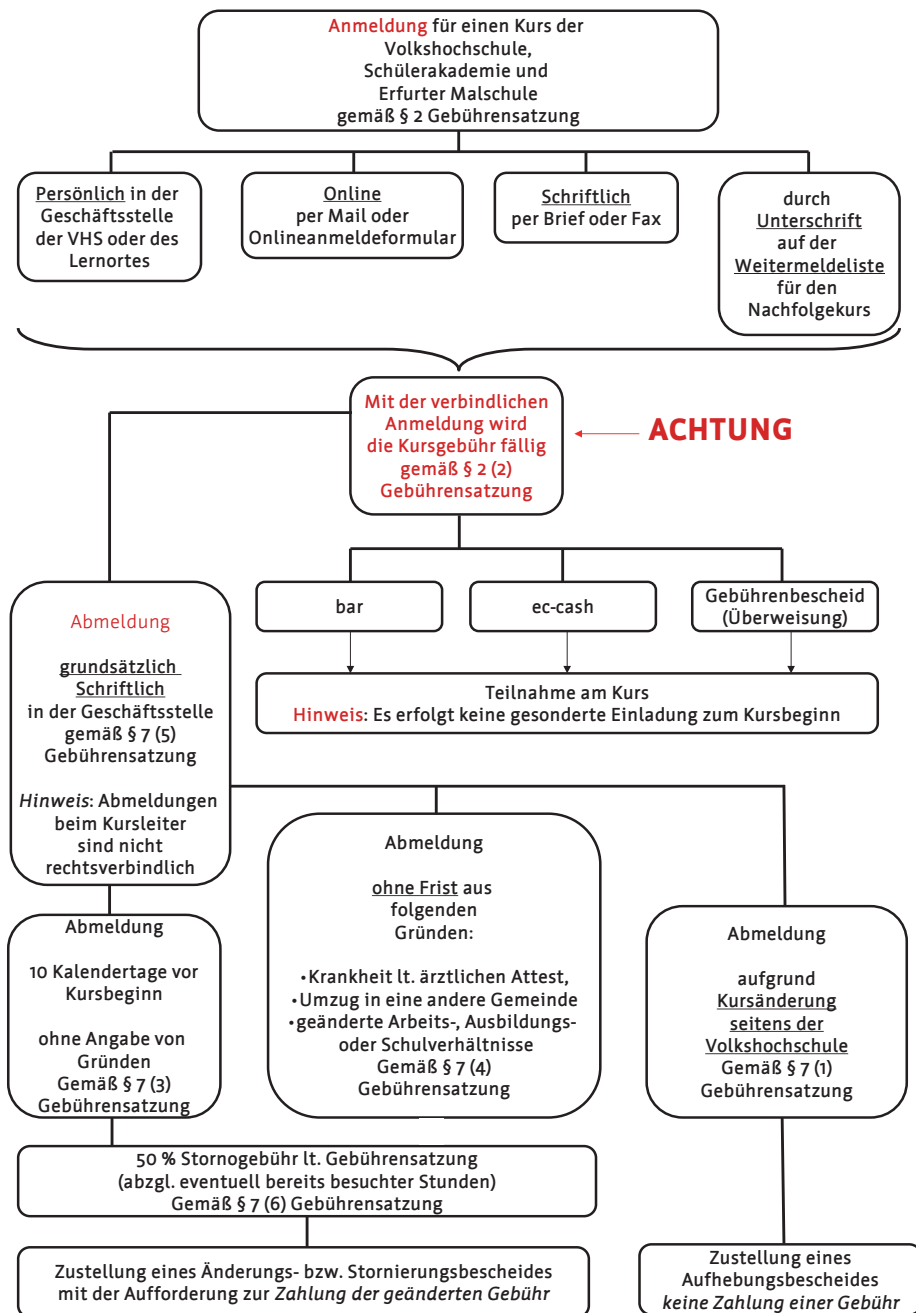
Alle Kurse finden in der Regel an dem im Programm ausgewiesenen Tag und der Uhrzeit statt. In den Ferien finden Kurse nur nach Absprache statt. Kommt es kurzfristig wegen besonderer Umstände zu Kursverschiebungen, informieren wir Sie rechtzeitig. Bitte geben Sie deshalb bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse und Handy-Nummer an.

Ihren konkreten Unterrichtsraum ersehen Sie am elektronischen Raumanzeigeprogramm im Erdgeschoss und in der ersten Etage des Haupthauses oder an den Aushängen in den Veranstaltungsorten. Aufgrund kursorganisatorischer Veränderungen sind Kursortwechsel innerhalb des Stadtgebietes von Erfurt möglich.

Wie erfolgt die An- oder Abmeldung?

Die folgende Übersicht informiert Sie über das gesamte An- und Abmeldeverfahren in der Volkshochschule Erfurt. Gern informieren Sie die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Geschäftsstelle auch individuell zum An- und Abmeldeverfahren.

An- und Abmeldeverfahren in der Volkshochschule Erfurt



Teilnahmebedingungen

Persönliche Anmeldungen können ganzjährig während der Öffnungszeiten in der Geschäftsstelle der Volkshochschule erfolgen. Zusätzlich sind Onlineanmeldungen auf der Internetseite der Volkshochschule unter www.erfurt.de/vhs möglich.

Was kostet ein Kurs in der Volkshochschule?

Die Grundgebühr für alle Kurse ist der geltenden Gebührensatzung der VHS/Schülerakademie/Erfurter Malschule zu entnehmen.

Die Gesamtgebühr für einen Kurs finden Sie beim jeweiligen Angebot. Die Preisangabe dient der Orientierung und bezieht sich auf die Normalgebühr (bei 8 Teilnehmenden) einschließlich der Ermäßigung. Eventuell entstehende Zusatz- oder Materialkosten finden Sie beim jeweiligen Kursangebot.

Fragen Sie bitte bei Ihrer Anmeldung nach der für Sie gültigen Gebühr.

Wie funktionieren Gebührenermäßigungen?

Im Folgenden finden Sie hierzu eine Übersicht über die ermäßigten Gebühren:

Personenkreis	VHS	Schülerakademie/ Malschule	Gebühr pro 45 Minuten Unterricht
Schüler- und Studentenermäßigung (gegen Vorlage eines gültigen Ausweises)	20%	20%	3,20 €
Mehrfachbucher (Teilnehmer, die im laufenden und vorangegangenen Semester bereits Kurse von mind. 15 Unterrichtseinheiten an der VHS Erfurt besucht haben) Ausgenommen sind Vorträge.	20%	20%	3,20 €
Teilnehmer die einen externen Schulabschluss besuchen	40%	-	2,40 €
externer Schulabschluss + Sozialermäßigung	75%	-	1,00 €
Sozialermäßigung (gegen Vorlage eines gültigen Sozialausweises der Stadt Erfurt)	20%	75%	3,20 €/1,00 €
Bürger, die im Besitz der Thüringer Ehrenamtscard sind	20%	20%	3,20 €
Keine Ermäßigung wird für Firmenkurse gewährt.			

Schülerakademie

Bitte beachten Sie, dass eine Ermäßigung erst ab 15 Unterrichtsstunden erfolgt.

Mit der Anmeldung oder Ummeldung sind Anträge auf Gebührenermäßigung schriftlich mit begründenden Unterlagen (Sozialausweis, Studentenausweis etc.) gegenüber der Geschäftsstelle zu stellen. Ermäßigungstatbestände sind abschließend in der aktuellen Fassung der Gebührensatzung geregelt und können nicht nebeneinander gewährt werden.

GUTSCHEIN

zum Muttertag

für einen Kochkurs in
unserer Lehrküche



GUTSCHEIN

zum Geburtstag

für Gesundheits- und
Fitnesskurse



GUTSCHEIN

für die beste Freundin

für einen tollen kreativen
gemeinsamen Abend



Teilnahmebedingungen

Welche Förderungen sind möglich?

Bildungs- und Teilhabepaket

Die Leistungen zur Bildung und Teilhabe umfassen:

1. Lernförderung
Richtet sich an Schülerinnen und Schüler, die Unterstützung beim Erreichen der schulischen Lernziele benötigen. Der Förderbedarf muss von der Schule festgestellt und vom Amt für Soziales und Gesundheit der Stadt Erfurt bewilligt werden.
2. Gutscheine zur Teilhabe am sozialen und kulturellen Leben
Kinder und Jugendliche, die das 18. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, erhalten durch das Amt für Soziales und Gesundheit einen Gutschein zur Teilhabe am sozialen und kulturellen Leben in der Gemeinschaft. Dieser Gutschein ermöglicht die Teilnahme an Kursen der Volkshochschule, der Schülerakademie und der Erfurter Malschule.

Zusätzliche Informationen und die genauen Anspruchsvoraussetzungen erfragen Sie bitte im Amt für Soziales und Gesundheit. Die entsprechenden Antragsformulare erhalten Sie direkt in der Volkshochschule Erfurt oder auf der Internetseite der Stadt Erfurt.

Welche Kosten entstehen neben den Kursgebühren?

Unterrichtsmaterialien, wie z. B. Lehrbücher, sind in der Gebühr nicht enthalten. Grundsätzlich müssen alle weiteren Kosten wie Fahrtkosten, Eintrittsgelder, Parkgebühren etc. durch die Teilnehmenden getragen werden. Nebenkosten zu Kursen entstehen nach Ankündigung auf den folgenden Seiten des Kursprogramms bzw. auf unserer Internetseite (www.erfurt.de/vhs).

Wie erfolgt die Bezahlung?

Die Gebühr ist durch die verbindliche Anmeldung fällig und wird durch einen schriftlichen Gebührenbescheid festgesetzt. Der Gebührenbescheid gilt als Zahlungsaufforderung (Rechnung). Die Festsetzung der Gebühr erfolgt unabhängig vom tatsächlichen Besuch der Veranstaltung.

Die Gebühr kann mittels EC-Karte, in bar oder per Überweisung beglichen werden. Gutscheine können jederzeit eingelöst werden, eine Erstattung erfolgt nicht.

Wie erfolgt die Bezahlung von Vorträgen und Einzelveranstaltungen?

Bitte beachten Sie, dass die Kursgebühr für Vorträge und Einzelveranstaltungen vor Kursbeginn fällig wird und in der Geschäftsstelle der Volkshochschule zu entrichten ist. Ist die Geschäftsstelle zu dem Zeitpunkt geschlossen, werden Gebührenbescheide versandt.

Die Volkshochschule behält sich vor, bei Nichtzahlung, Teilnehmende vom weiteren Kursbesuch auszuschließen.

Einzelveranstaltungen, Studienfahrten und Vorträge

Für Vorträge, Einzelveranstaltungen und Seminarfahrten werden keine Ermäßigungen gewährt.

Wann kommt eine Kleingruppe zustande und welche Kosten entstehen Ihnen?

Die ausgeschriebene Gebühr gilt für die gesetzliche Mindestteilnehmerzahl von 8 Personen. Nur nach Absprache und mit Einverständnis aller Teilnehmenden können Kurse als Kleingruppen oder im Einzelunterricht durchgeführt werden. Dadurch erhöht sich die Gebühr proportional zur geringeren Teilnehmerstärke. Informationen hierzu erhalten Sie in der Geschäftsstelle.

Nachfolgend finden Sie eine Übersicht, welche Gebühren zu zahlen sind:

Gebühr pro UE bei	normale Gebühr	ermäßigte Gebühr
8 Teilnehmende	4,00 €	3,20 €
7 Teilnehmende	4,57 €	3,66 €
6 Teilnehmende	5,33 €	4,27 €
5 Teilnehmende	6,40 €	5,12 €
4 Teilnehmende	8,00 €	6,40 €
3 Teilnehmende	10,67 €	8,53 €
2 Teilnehmende	16,00 €	12,80 €
1 Teilnehmende/r	32,00 €	25,60 €

Gebührensatzungen

Alle Gebühren beziehen sich auf die aktuelle Fassung der Gebührensatzung der Volkshochschule Erfurt. Diese liegt öffentlich in der Geschäftsstelle der Volkshochschule Erfurt aus und kann jederzeit unter www.erfurt.de/vhs abgerufen werden.

Unsere Dienstleistungen

1. Informationsservice

- kostenfrei erhältliches Jahresprogramm an allen Veranstaltungsorten der Volkshochschule und bei vielen öffentlichen Ämtern und Einrichtungen (z. B. Jobcenter, Amt für Soziales und Gesundheit, Buchhandlung Peterknecht)
- Internet-Informationen unter www.erfurt.de/vhs
- VHS-Programm Online mit tagesaktuellen Kursinformationen
- Schaukasten im Haupthaus mit aktuellen VHS-Informationen
- tagesaktuelle elektronische Raum- und Stundenplananzeige
- Sonderankündigungen in der Presse und im Amtsblatt der Stadt Erfurt
- Pressemitteilungen und aktuelle Meldungen (RSS-Feed) im Internet
- fachlich-pädagogische Beratung durch die Bereichsleitenden nach vorheriger Terminabsprache
- E-Mail bzw. SMS-Information bei Kursausfall oder Kursänderungen
- ansprechende Gutscheine für besondere Anlässe

2. Anmelde- und Beratungsservice

Persönliche Anmeldungen und allgemeine Anfragen zum Kursangebot sind zu unseren üblichen Öffnungszeiten in der Geschäftsstelle möglich.

Unsere Öffnungszeiten:

Montag	08:00 bis 12:00 Uhr und 13:00 Uhr bis 15:00 Uhr
Dienstag	10:00 bis 12:00 Uhr und 13:00 bis 18:00 Uhr
Mittwoch	08:00 bis 12:00 Uhr und 13:00 Uhr bis 15:00 Uhr
Donnerstag	10:00 bis 12:00 Uhr und 13:00 bis 16:00 Uhr
Freitag	nach Terminvereinbarung

oder online unter www.erfurt.de/vhs

3. Unterrichtsservice

- kompetentes Lehrpersonal mit umfangreichen Fach- und Methodenkenntnissen im Bereich der Erwachsenenbildung
- anerkannte Lehrmaterialien, Arbeitsblätter und Unterrichtsmaterialien durch Fachverlage
- moderne und unterrichtsgerechte Medianausstattung
- gute Erreichbarkeit aller Standorte mit öffentlichen Verkehrsmitteln
- dezentrale Angebote in Bürgerhäusern und Stadtteilzentren

4. Allgemeiner Service und Aufenthaltsräume

- Servicekräfte als direkte Ansprechpartner für Kursteilnehmende bei Unterrichtsbeginn
- Automatenversorgung mit Heiß- und Kaltgetränken, Imbiss und Snackangebote
- Raucherinsel im Hof
- Fahrradabstellmöglichkeiten in begrenzter Anzahl im Hof
- Ausstellungsangebote in der Galerie Schottenstraße
- behindertengerechter Zugang über Fahrstuhl im Haupthaus und im Lernort „Nord“
- barrierearmer Zugang im Erdgeschoss des Lernortes „Freiraum“
- frei verfügbares W-Lan

5. Teilnehmerservice

- gebührenfreie Einstufungstests zu verschiedenen Sprachkursen
- staatlich und international anerkannte Zertifikate: Cambridge-Sprachtests, telc-Sprachtests, Finanzbuchhalter, Prüfungszertifikate etc.
- monatlicher Einbürgerungstest im Auftrag des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge
- Feedbackbögen / Teilnehmerbefragungen
- Informationsbriefkasten für Mitteilungen an uns
- qualitätstestierte Einrichtung

6. Lernorte der Volkshochschule

Alle Lernorte sind mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar. Öffentliche Parkplätze befinden sich in unmittelbarer Nähe zu allen Veranstaltungsorten.

7. Haftungsregelungen

Die Teilnahme an Lehrveranstaltungen erfolgt auf eigene Gefahr. Bei Personen- oder Sachschäden, außer Fahrräder und Kraftfahrzeuge, haftet die Volkshochschule im Rahmen der für die Stadt Erfurt geltenden versicherungsrechtlichen Bestimmungen, generell nur bei Verschulden durch die Volkshochschule.

8. Hausordnung

In allen Unterrichtsräumen gilt die Hausordnung der Volkshochschule. Diese hängt in allen Veranstaltungsorten aus.

Auszugsweise bitten wir um Beachtung folgender Regelungen:

- in den Unterrichtsräumen ist am Ende der jeweiligen Veranstaltung die ursprüngliche Tisch- und Sitzordnung wieder herzustellen
- Unterrichtsräume sind während der Pausen durch den Dozenten zu verschließen
- Teilnehmenden ist das Parken auf dem Schulhof nicht gestattet
- Fahrräder sind an den dazu vorgesehenen Abstellplätzen abzustellen



Christoph Bimböse
kommissarischer Leiter
Volkshochschule Erfurt
0361 655-2951



Stefanie Mantei
Geschäftsstelle / Gebühren
0361 655-2958



Franziska Röder
Sachbearbeitung /
Organisatorische Abläufe
0361 655-2957



Ann-Kathrin Funke
Projektkoordination und
Fördermittelmanagement
0361 655-2961



Grit Kästner
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
0361 655-4081



Tina Gerhardt-Drysch
Verwaltungsleiterin
0361 655-2963



Christian Beutler
Service
0361 655-2964



Armando Macamo
Service
0151 58495394



Anke Döpping
Sachbearbeiterin
0361 655-2954



Liane Walter
Geschäftsstelle / Anmeldung
0361 655-2950

BFD - Bundesfreiwilligendienst

Bundesfreiwilligendienst (BFD)

Stadtverwaltung Erfurt
Amt für Bildung, Volkshochschule
Schottenstraße 7 | 99084 Erfurt

Tel.: 0361 655-2977
Fax: 0361 655-2959

E-Mail: bundesfreiwilligendienst@erfurt.de
Internet: www.erfurt.de/bundesfreiwilligendienst



Ansprechpartnerin:

Andrea Gottschlich | Pädagogische Mitarbeiterin



Bundesfreiwilligendienst

Im Bundesfreiwilligendienst engagieren sich Frauen und Männer für das Allgemeinwohl im sozialen, ökologischen und kulturellen Bereich sowie im Rahmen der Integration. Die Volkshochschule bietet durch die Seminarinhalte zu unterschiedlichen Themen und Exkursionen den Bundesfreiwilligen die Möglichkeit, sich während ihrer Dienstzeit vielseitig und umfassend weiterzubilden.

Die Freiwilligen werden individuell betreut, um sie auf ihren Einsatz vorzubereiten und in ihren Anliegen konstruktiv zu unterstützen.

Für wen ist der Bundesfreiwilligendienst sinnvoll?

Die Motivationen, den Bundesfreiwilligendienst anzutreten, sind je nach Alter und Lebenslage unterschiedlich. Während vor allem ältere Menschen eine Rückkehr in einen strukturierten und sinnvollen Berufsalltag schätzen, nutzen die Jüngeren ihre Dienstzeit, um sich auszuprobieren und Erfahrungen zu sammeln. Auch Berufsrückkehrer bekommen hier die Möglichkeit, auf einer Stelle zu arbeiten, für die sie oft, auch aufgrund ihrer langen Abwesenheit aus dem Berufsleben, keine Chance bekommen hätten. Dabei sind die Gründe für eine längere Pause vom Berufsleben vielfältig: Erziehung der Kinder, Pflege von Angehörigen oder eine längere Krankheit können u. a. dazu geführt haben.

In welchen Ämtern werden Bundesfreiwillige bei der Stadtverwaltung eingesetzt?

Amt für Bildung
 Amt für Soziales
 Erfurter Sportbetrieb
 Garten- und Friedhofsamt
 Jugendamt
 Kulturdirektion
 Umwelt- und Naturschutzamt

Alle Einsatzstellen finden Sie unter:
www.erfurt.de/bundesfreiwilligendienst



Qualitätssiegel in der Erwachsenenbildung

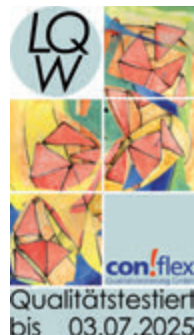
LQW® – Lernerorientierte Qualitätstestierung in der Weiterbildung

Seit 2005 sind wir ein qualitätstestiertes Unternehmen nach LQW® - Lernerorientierte Qualitätstestierung in der Weiterbildung. Unser Angebot entspricht nachweislich hohen Qualitätsstandards, die auch fortan regelmäßig geprüft und neu testiert werden.

Im Mittelpunkt unseres Qualitätsmanagements stehen Sie, unsere Teilnehmenden. Unser Leitbild und unsere Qualitätsziele sind auf Ihre Anforderungen und Ihre Zufriedenheit ausgerichtet. Wir nehmen Ihre Anregungen, Beschwerden und Ideen sehr ernst und sind stetig bemüht, einen hohen Qualitätsstandard zu bieten.

LQW®- testiert heißt:

- Gewährleistung eines hohen, geprüften und überwachten Qualitätsniveaus
- externe Begutachtung durch ein unabhängiges Institut
- jährliche Überprüfung der Qualitätssicherung und -entwicklung und externe Kontrolle nach vier Jahren
- Garantie für die Teilnehmenden mit einer hoch qualifizierten Erwachsenenbildungseinrichtung zusammenzuarbeiten
- Sicherheit, dass die Lernenden im Mittelpunkt stehen



Ansprechpartnerin:

Sabrina Herrmann | Bereichsleiterin
Susanne Scharschmidt | Bereichsleiterin

Tel.: 0361 655-2965
Fax: 0361 655-2959
E-Mail: volkshochschule@erfurt.de

TQS BNE – Thüringer Qualitätssiegel BNE

Die Volkshochschule Erfurt verpflichtete sich, mit der Unterstützung der Bundes- und Landesverbände (DVV, TVV), dem Nationalen Aktionsplan und der Agenda 2030 und verfolgt deren Umsetzung.

Dies hat die Selbstverpflichtung zur Verankerung von BNE in der eigenen Bildungsarbeit zur Folge. Wir betrachten unsere Bildungsangebote als Beitrag zur Bildung für nachhaltige Entwicklung und orientieren uns an deren Kriterien sowie pädagogischen Prinzipien.



Damit verfolgt die VHS einen ganzheitlichen Ansatz der Wissensvermittlung, mit dem Ziel die Handlungskompetenzen der Teilnehmenden zu stärken, um verantwortungsbewusste Entscheidungen zu treffen und aktiv an der Gestaltung einer nachhaltigen Zukunft mitzuwirken.

Im Rahmen eines mehrstufigen Zertifizierungsverfahrens hat die VHS Erfurt ihre besonderen Leistungen im Sinne der BNE nachgewiesen und die Qualitätskriterien des Thüringer Qualitätssiegels BNE erfüllt. Die Erstzertifizierung hat eine Gültigkeit von 3 Jahren.

Programm

„Kultur macht stark. Bündnisse für Bildung“ talentCAMPus

Stadtverwaltung Erfurt
Amt für Bildung, Volkshochschule
Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Tel.: 0361 655-2955/-2973
Fax: 0361 655-2959

E-Mail: volkshochschule@erfurt.de
Internet: www.erfurt.de/vhs



Ansprechpartner:

Tina Schindler | Bereichsleiterin
Andreas Jäckel | Bereichsleiter

Das Projekt im Einzelnen:

Mit dem Programm „Kultur macht stark. Bündnisse für Bildung“ fördert das Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) außerschulische Angebote der kulturellen Bildung. Diese richten sich vorrangig an Kinder, Jugendliche und geflüchtete junge Erwachsene, die aufgrund ihrer finanziellen, familiären oder sonstigen Situation Bildungsbarrieren erfahren. Durch die aktive Beschäftigung mit Kunst und Kultur erleben die jungen Menschen persönliche Wertschätzung, sie entwickeln neue Perspektiven und erlernen wichtige Fähigkeiten für ein erfolgreiches und selbstbestimmtes Leben.

Der Deutsche Volkshochschul-Verband (DVV) beteiligt sich mit seinem talentCAMPus-Konzept an dem größten Förderprogramm der kulturellen Bildung in Deutschland.

talentCAMPus Ferien

Der talentCAMPus Ferien ist ein ganztägiges innovatives Bildungsangebot, das sich an Kinder und Jugendliche im Alter zwischen 6 und 18 Jahren richtet. Die Angebote werden vor Ort durch ein gemeinsames Bündnis für Bildung aus mindestens drei Kooperationspartnern entwickelt und umgesetzt. Die Volkshochschule Erfurt führt mehrere talentCAMPus-Projekte in den Oster-, Sommer- und Herbstferien durch. Momentan sind verschiedene Workshops konzipiert, aber noch im Genehmigungsverfahren innerhalb des DVV. Die genauen Termine und weitere Informationen können Sie ab Frühjahr direkt an der Volkshochschule erfragen.

Gefördert vom



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

Weitere Aufgabenschwerpunkte

Wettbewerbe

Stadtverwaltung Erfurt
 Amt für Bildung, Volkshochschule
 Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Tel.: 0361 655-2972
 Fax: 0361 655-2959

E-Mail: volkshochschule@erfurt.de
 Internet: www.erfurt.de/vhs



Ansprechpartnerin:

Denise Nathanael | Bereichsleiterin

Die Wettbewerbe im Einzelnen:

Adam–Ries–Wettbewerb

Der Adam-Ries-Wettbewerb ist ein zur Tradition gewordener mathematischer Wettbewerb von Schülerinnen und Schüler der 5. Klassen sowie Frühstarter der 4. Klassen des Landes Thüringen. Durch das Einbeziehen von Aufgaben mit geschichtsbezogenen Inhalten soll das Interesse der Schülerinnen und Schüler an der Beschäftigung mit allgemeinen und mathematisch-historischen Aufgabenstellungen gefördert werden. Die Volkshochschule Erfurt koordiniert, als Veranstalter, gemeinsam mit dem Adam-Ries-Bund e. V., den Wettstreit.

In einem thüringenweiten Hausaufgabenwettbewerb können Schülerinnen und Schüler ihre Rechenkünste unter Beweis stellen. Die Aufgaben sind seit **02.12.2024** online unter www.erfurt.de/vhs zu finden und können bis **31.01.2025** bei der Volkshochschule Erfurt eingereicht werden. Die fünfzig Besten werden am Dienstag, dem **06.05.2025** zum Landesausscheid eingeladen, um sich der zweiten Stufe des Gesamtwettbewerbes zu stellen. Die zehn erfolgreichsten Knobel- und Rechenasse erhalten wiederum eine Nominierung zum Vierländerwettbewerb in die Berg- und Adam-Ries-Stadt, Annaberg-Buchholz, der am **23. und 24.05.2025** stattfindet.

Heinrich–Schreyber–Wettbewerb

Der Mathematikwettbewerb ist nach dem in 1496 geborenen Erfurter Heinrich Schreyber benannt. Als einer der bedeutendsten Mathematiker des 16. Jahrhunderts veröffentlichte er die ersten wissenschaftlichen Abhandlungen zur Algebra in gedruckter Form. Unsere heutigen Regeln der Buchhaltung und Buchführung gehen auf ihn zurück.

Die Volkshochschule Erfurt führt den für die Bundesrepublik einmaligen Wettbewerb der Erfurter Grundschulen, mit Unterstützung des Staatlichen Schulamtes Mittelthüringen, und anderen Akteuren durch. In einem zweistufigen Verfahren, dem Schulausscheid sowie Stadtausscheid, werden die besten Rechner und Knobler der 4. Klassen sowie Frühstarter der 3. Klassen ermittelt und ausgezeichnet. Alle Rechenasse werden am Donnerstag, den **13.03.2025** im Rathaus der Stadt Erfurt geehrt.



Politik, Gesellschaft und Umwelt





Ihre Ansprechpartnerin und Fachbereichsleiterin

Susanne Scharschmidt

Tel.: 0361 655-2962

E-Mail: politik.volkshochschule@erfurt.de

Bereich 1



Ehrenamtsakademie

Die „Ehrenamtsakademie VHS Erfurt“ ist ein Gemeinschaftsprojekt der Volkshochschule u. a. mit erna, - der Erfurter EngagementAgentur und ein Bildungsangebot für ehrenamtlich Aktive und Hauptamtliche, die mit Ehrenamtlichen arbeiten. Ziel ist der Austausch und die Qualifizierung von ehrenamtlich aktiven Menschen und denjenigen, die mit Ehrenamtlichen arbeiten, hinsichtlich verschiedener Inhalte. Wir wollen das Ehrenamt und das Engagement vieler in Erfurt auf eine gute Basis stellen.



erna

Erfurter
Engagement
Agentur

Unter Gleichgesinnten: Ehrenamtliche tauschen sich aus

Ehrenamtliches Engagement bereichert das Leben auf vielfältige Weise, bringt aber auch Herausforderungen mit sich. Dieses Angebot richtet sich an Personen, die bereits ehrenamtlich tätig sind, und bietet eine Plattform für den Austausch von Erfahrungen. In einem offenen Rahmen können sowohl positive Erlebnisse als auch Herausforderungen geteilt werden. Die Mitarbeitenden der erna stehen während des gesamten Seminars als Ansprechpersonen zur Verfügung und unterstützen bei allen Fragen rund um das Ehrenamt. Ziel des Angebots ist es, den Austausch unter Gleichgesinnten zu fördern und gemeinsam von den Erfahrungen anderer zu profitieren.

Das Angebot auf einen Blick:

- Austausch mit Menschen, die sich ebenfalls ehrenamtlich engagieren
- über positive Erfahrungen und Hürden sprechen
- Fragen und Anliegen mit den Mitarbeiterinnen der erna besprechen

25-10001

Mo, 27.01.2025, 16:30 - 18:00 Uhr | 2 UStd. |
Gebührenfrei für Ehrenamtliche und Mitarbeitende in Vereinen und Verbänden, die mit Ehrenamtlichen tätig sind., VHS

erna - Erfurter EngagementAgentur

25-10002

Mo, 20.10.2025, 16:30 - 18:00 Uhr | 2 UStd. |
Gebührenfrei für Ehrenamtliche und Mitarbeitende in Vereinen und Verbänden, die mit Ehrenamtlichen tätig sind., VHS

erna - Erfurter EngagementAgentur

Ehrenamts-SpeedDating: Nachhaltigkeits-Special – Gemeinsam die Zukunft gestalten

Das Format zielt darauf ab, Schwellen zum Engagement zu senken und gemeinwohlorientierte Organisationen, die sich für nachhaltige Projekte einsetzen, bei der Suche nach Ehrenamtlichen zu unterstützen. Angelehnt an das klassische Speeddating-Format treffen engagementinteressierte Erfurter auf Vertreter nachhaltigkeitsorientierter Organisationen. Im gemeinsamen Gespräch stellt die jeweilige Organisation sich und ihre nachhaltigen Engagementangebote vor. Die Zeit ist begrenzt. Das Angebot auf einen Blick:

- Verschiedene (gemeinnützige) Organisationen, Vereine und Verbände kennenlernen, die sich in Erfurt für Nachhaltigkeit einsetzen
- Direkter Austausch mit den jeweiligen Ansprechpartnern der Organisationen
- Kennenlernen unterschiedlicher nachhaltiger Einsatzmöglichkeiten

25-10003

Di, 27.05.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |
Gebührenfrei für Ehrenamtliche und Mitarbeitende in Vereinen und Verbänden, die mit Ehrenamtlichen tätig sind., VHS

erna - Erfurter EngagementAgentur

Ehrenamts-Speeddating: Finde das Engagement, das zu Dir passt!

Das Format zielt darauf ab, Schwellen zum Engagement zu senken und gemeinwohlorientierte

entierten Organisationen bei der Suche nach Ehrenamtlichen zu unterstützen. Angelehnt an das klassische Speeddating-Format treffen engagementinteressierte Erfurter auf Vertreter gemeinwohlorientierter Organisationen. Im gemeinsamen Gespräch stellt die jeweilige Organisation sich und/oder ihr Engagementangebot vor. Die Zeit ist begrenzt.

Das Angebot auf einem Blick:

- verschiedene (gemeinnützige) Organisationen, Vereine und Verbände kennenlernen, die in Erfurt wirken
- direkter Austausch mit den jeweiligen Ansprechpartner:innen der Organisationen
- Kennenlernen vieler unterschiedlicher Einsatzmöglichkeiten

25-10004

Di, 18.11.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |
Gebührenfrei für Ehrenamtliche und Mitarbeitende in Vereinen und Verbänden, die mit Ehrenamtlichen tätig sind.,
VHS

erna - Erfurter EngagementAgentur

Workshop-Reihe „Step by Step“: Ehrenamtsakademie meets Kulturstammtisch der SKV

Der Ständige Kulturvertretung Erfurt e.V. (SKV) sieht sich als Sprachrohr der freien (sozio-)kulturellen Szene der Landeshauptstadt. Gemeinsam mit Kulturschaffenden setzt er sich für die Anerkennung und Sichtbarkeit der kreativen Köpfe ein, die Erfurt so lebenswert machen. Der Kulturstammtisch findet jeden 2. Mittwoch im Monat in verschiedenen Kultureinrichtungen Erfurts zum Austauschen und vernetzen statt.

Step by Step zum erfolgreichen Projekt

Seid ihr gerade dabei, Eure nächste Veranstaltung zu planen? Im Workshop „Step by Step zum erfolgreichen Projekt“ wollen wir Euch praktische Tipps & Tricks zur Projektorganisation mit an die Hand geben. Welches Format passt zu meiner Idee? Was muss ich bei der Planung beachten? Welche Veranstaltungsräume gibt es in Erfurt? Wie erreiche ich meine Zielgruppe? Diese und anderen Fragen wollen wir mit Euch gemeinsam diskutieren. Ihr könnt auch gerne eure konkreten Projektideen und Fragen zum Workshop mitbringen. Dieses Angebot richtet sich an alle ehrenamtlich Engagierten. Wir freuen uns auf Interessierte, die aus der Praxis

berichten können, ebenso wie auf diejenigen, die noch am Anfang stehen und ihre ersten Erfahrungen mit Projekten sammeln wollen.

25-10005

Mi, 14.05.2025, 18:00 - 20:15 Uhr | 3 UStd. |
Gebührenfrei für Ehrenamtliche und Mitarbeitende in Vereinen und Verbänden, die mit Ehrenamtlichen tätig sind.,
VHS

Ständige Kulturvertretung

Step by Step Fördertöpfe und Anträge

Du hast eine Idee? Du willst anpacken und etwas bewegen. Und wenn du nur das Geld dazu hättest, dann würdest du deine Idee mal ausprobieren oder genau das auf die Beine stellen, was du vermisst oder selbst erleben willst? Dann komm zu unserem Grundlagenworkshop für Förderungen. In unseren Fundraising-Workshop „Step by Step für Fördertöpfe und Anträge“ zeigen wir dir die Basics zu Fördertöpfen, was für Antrag und Abrechnung einer Förderung notwendig ist und wo du Förderungen beantragen kannst - auch ohne extra einen Verein zu gründen. Dieses Angebot richtet sich an alle ehrenamtlich Engagierten. Wir freuen uns auf Interessierte, die aus der Praxis berichten können, ebenso wie auf diejenigen, die noch am Anfang stehen und ihre ersten Erfahrungen mit Förderung sammeln wollen.

25-10006

Mi, 11.06.2025, 18:00 - 20:15 Uhr | 3 UStd. |
Gebührenfrei für Ehrenamtliche und Mitarbeitende in Vereinen und Verbänden, die mit Ehrenamtlichen tätig sind.,
VHS

Ständige Kulturvertretung

Step by Step zum erfolgreichen Konfliktmanagement

Konflikte lassen sich in der Arbeit mit Menschen kaum vermeiden - sei es im Team, mit Kooperationspartnern oder bei der Arbeit mit dem Publikum. Wie man in solchen Situationen klug und konstruktiv handelt, erfährt Ihr in unserem Workshop „Step by Step zum erfolgreichen Konfliktmanagement“. Wir vermitteln euch praktische Strategien, um Konflikte frühzeitig zu erkennen und zu entschärfen. Welche Techniken helfen bei der Deeskalation? Wie

lassen sich unterschiedliche Interessen und Perspektiven miteinander vereinen? Und wie gelingt es, eine vertrauensvolle und respektvolle Atmosphäre im Team oder bei Veranstaltungen aufrechtzuerhalten? Gemeinsam erarbeiten wir Lösungsansätze, die sich leicht im ehrenamtlichen Kontext umsetzen lassen. Bringt gerne konkrete Beispiele aus Eurer eigenen Erfahrung mit!

25-10007

Mi, 09.07.2025, 18:00 - 20:15 Uhr | 3 UStd. |
Gebührenfrei für Ehrenamtliche und
Mitarbeitende in Vereinen und Verbänden,
die mit Ehrenamtlichen tätig sind.,
VHS
Ständige Kulturvertretung

„Engagiert in Erfurt“ – Angebote für Ehrenamtliche erfolgreich kommunizieren

In diesem Angebot stellen die Mitarbeiterinnen der erna die Engagementplattform „Engagiert in Erfurt“ vor. Die Online-Plattform ermöglicht es engagamentinteressierten Menschen, sich von zuhause aus über Einsatzmöglichkeiten in Erfurt zu informieren. Über die Beschreibung der Angebote auf der Engagementplattform gewinnen die Interessierten einen ersten Eindruck, der ausschlaggebend ist für ein tiefergehendes Interesse der Freiwilligen für das Angebot und die Organisation, den Verein oder die Initiative. In dem Angebot werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie Texte ansprechend für die jeweilige Zielgruppe formuliert werden. Es wird gezeigt, wie Einsatzstellen attraktiv nach außen kommunizieren und mehr Menschen für ihr Engagement gewinnen können.

Das Angebot auf einen Blick:

- Schreiben von ansprechenden Angeboten, die Interessierten Lust darauf macht, die Organisation, den Verein, die Initiative kennenzulernen und sich zu engagieren

25-10010

Fr, 28.02.2025, 13:00 - 14:30 Uhr | 2 UStd. |
Gebührenfrei für Ehrenamtliche und
Mitarbeitende in Vereinen und Verbänden,
die mit Ehrenamtlichen tätig sind.,
VHS
erna - Erfurter EngagementAgentur

25-10011

Sa, 01.11.2025, 13:00 - 14:30 Uhr | 2 UStd. |
Gebührenfrei für Ehrenamtliche und
Mitarbeitende in Vereinen und Verbänden,
die mit Ehrenamtlichen tätig sind.,
VHS
erna - Erfurter EngagementAgentur

Crashkurs: Social Media Basics für Einsteiger

Dieser Workshop richtet sich an Personen ohne Vorkenntnisse im Bereich Social Media und bietet eine grundlegende Einführung in die Nutzung von Plattformen wie Instagram, Facebook und LinkedIn. Es werden die verschiedenen sozialen Netzwerke vorgestellt, ihre Unterschiede erläutert und die jeweilige Zielgruppe erläutert. Zudem wird aufgezeigt, welche Plattformen sich am besten für spezifische Ziele eignen und welche Vorteile Social Media für Pressearbeit und Kampagnen bietet. Das Angebot auf einen Blick:

- Grundlegende Kenntnisse zur Nutzung von Social Media Plattformen
- Übersicht über die wichtigsten Plattformen und deren Besonderheiten
- Nutzen von Social Media für Ehrenamt und Öffentlichkeitsarbeit

25-10012

Di, 01.04.2025, 09:00 - 12:00 Uhr | 4 UStd. |
Gebührenfrei für Ehrenamtliche und
Mitarbeitende in Vereinen und Verbänden,
die mit Ehrenamtlichen tätig sind.,
VHS
Franziska Herold

Crashkurs: Canva für Anfänger – Gestaltung leicht gemacht

Grafikdesign muss nicht kompliziert sein, um ansprechend und professionell auszusehen. Canva bietet eine benutzerfreundliche Plattform, um mühelos visuelle Inhalte zu erstellen, die die eigenen Projekte und Kampagnen hervorheben. In diesem Crashkurs lernen die Teilnehmenden die Grundlagen von Canva kennen und erfahren, wie sie dieses Tool effektiv für ihre Gestaltungsvorhaben nutzen können. Die einfache Bedienoberfläche von Canva wird erklärt, einschließlich der Auswahl von Vorlagen, der Nutzung von Designelementen und der Anpassung von Grafiken.

Der Kurs vermittelt praktische Tipps, wie man ohne tiefgreifende Designkenntnisse hochwertige visuelle Inhalte erstellt, die in der Öffentlichkeitsarbeit und im Ehrenamt eingesetzt werden können.

Das Angebot auf einen Blick:

- Einführung in die Grundlagen von Canva und die Benutzeroberfläche
- Anleitung zur Nutzung von Vorlagen, Grafiken und Texten
- Praktische Tipps zur Erstellung von ansprechenden Designinhalten für ehrenamtliche Projekte

25-10013

Fr, 24.10.2025, 09:00 - 12:00 Uhr | 4 UStd. |
Gebührenfrei für Ehrenamtliche und Mitarbeitende in Vereinen und Verbänden, die mit Ehrenamtlichen tätig sind.,
VHS
Franziska Herold

Crashkurs: Social Branding und praktische Anwendungstipps

Social Media ist ein wesentlicher Bestandteil der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit und bietet vielfältige Möglichkeiten zur Ansprache von Netzwerken und Zielgruppen. Ein gezielt eingesetztes Social Branding kann helfen, Projekte effektiv zu präsentieren und eine starke Online-Präsenz aufzubauen. In diesem Crashkurs erhalten die Teilnehmenden eine praxisnahe Einführung in die Grundlagen des Social Brandings. Die verschiedenen Social Media Plattformen werden vorgestellt, ihre Besonderheiten erläutert und die relevanten Zielgruppen aufgezeigt. Der Kurs vermittelt, wie man Social Media effektiv für die eigene Öffentlichkeitsarbeit und Kampagnenarbeit im Ehrenamt nutzen kann. Es werden konkrete Tipps zur Anwendung und Strategieentwicklung gegeben, um die Sichtbarkeit und den Erfolg im Ehrenamt zu erhöhen.

Das Angebot auf einen Blick:

- Einführung in Social Branding und die wichtigsten Social Media Plattformen
- Erläuterung der Besonderheiten jeder Plattform und ihrer Zielgruppen
- Praktische Tipps zur effektiven Nutzung von Social Media für Ehrenamtliche

25-10014

Fr, 14.03.2025, 09:00 - 12:00 Uhr | 4 UStd. |
Gebührenfrei für Ehrenamtliche und Mitarbeitende in Vereinen und Verbänden, die mit Ehrenamtlichen tätig sind.,
VHS
Franziska Herold

Basiskurs Freiwilligenkoordination: Ehrenamtliche gewinnen

Ehrenamtliche sind das Herzstück jeder gemeinnützigen Organisation. Um sie erfolgreich zu gewinnen, ist es entscheidend, ihre Bedürfnisse und Interessen zu verstehen. Dieser Kurs bietet eine praxisorientierte Einführung in die Strategien zur Gewinnung neuer Ehrenamtlicher. Die Teilnehmenden lernen, wie man den Bedarf an Ehrenamtlichen ermittelt und effektive Engagementangebote entwickelt, um neue Freiwillige gezielt anzusprechen und für die eigene Organisation zu begeistern.

Das Angebot auf einen Blick:

- Grundlagen der Freiwilligenkoordination
- Methoden zur Identifikation und Ansprache neuer Ehrenamtlicher
- Entwicklung gezielter Engagementangebote

25-10015

Fr, 25.04.2025, 13:00 - 16:00 Uhr | 4 UStd. |
Gebührenfrei für Ehrenamtliche und Mitarbeitende in Vereinen und Verbänden, die mit Ehrenamtlichen tätig sind.,
VHS
erna - Erfurter EngagementAgentur

Basiskurs Freiwilligenkoordination: Ehrenamtliche begleiten und binden

Die Begleitung und Bindung von Ehrenamtlichen sind ebenso wichtig, wie ihre Gewinnung. In diesem Kurs liegt der Fokus auf der erfolgreichen Integration, Motivation und Wertschätzung von Freiwilligen. Die Teilnehmenden erfahren, wie sie eine effektive Einarbeitungsstrategie entwickeln, Ehrenamtliche kontinuierlich unterstützen und ihre Leistungen anerkennen können. Zudem werden praktische Werkzeuge und Methoden vorgestellt, die im Alltag der Freiwilligenkoordination nützlich sind.

Das Angebot auf einen Blick:

- Entwicklung und Umsetzung von Einarbeitungsstrategien
- Methoden zur kontinuierlichen Unterstützung und Wertschätzung von Ehrenamtlichen
- Praktische Werkzeuge für die Freiwilligenkoordination

25-10016

Fr, 09.05.2025, 13:00 - 16:00 Uhr | 4 UStd. |
Gebührenfrei für Ehrenamtliche und
Mitarbeitende in Vereinen und Verbänden,
die mit Ehrenamtlichen tätig sind.,
VHS
erna - Erfurter EngagementAgentur

KI im Ehrenamt

Im Kurs „KI im Ehrenamt“ werden wir interaktiv und praxisnah die Potenziale generativer KI für ehrenamtliche Tätigkeiten ergründen. Dabei werden die Teilnehmenden verschiedene KI Chatbots und andere KI Tools testen und z.B. zur Erstellung von Social Media Posts und Reden, zur Bearbeitung von Anträgen und zur Erstellung von Spielplänen o.ä. verwenden. Des Weiteren werden auch individuelle Einsatzgebiete sowie Datenschutz und der ethische Einsatz von KI thematisiert.

25-10020

Mi, 05.02.2025, 17:00 - 20:00 Uhr | 4 UStd. |
Gebührenfrei für Ehrenamtliche und
Mitarbeitende in Vereinen und Verbänden,
die mit Ehrenamtlichen tätig sind.,
VHS
Ulrike Aumüller

Offene Sprechstunde: Steuern und Finanzen

Steuerrecht in gemeinnützigen Organisationen ist nicht selten ein langwieriges und komplexes Thema. Oftmals reicht das eigene Know How rund um Ertrags-, Umsatz- und Lohnsteuer nicht aus, um über alle Rechtsgrundlagen des Steuerrechts den Überblick zu behalten. Das Format der offenen Sprechstunde dient als ein kompaktes Gesprächs- und Hilfsangebot, in dessen Rahmen ein Steuerexperte Rede und Antwort steht. Jeder Organisation steht ein Zeitfenster von 45 bis max. 60 Minuten zur Verfügung. Das Gespräch findet unter vier Augen oder in Kleingruppen mit max. drei Vertretern

einer Organisation statt.

Das Angebot auf einem Blick:

- Erfahrungswerte und individuelle Tipps im Themenbereich Steuerrecht
 - Hilfe zur Selbsthilfe - bis hin zur Erstellung der Steuererklärung
 - Umsätze des Vereins richtig einordnen
- Der Referent Sebastian Schillig ist Steuerfachwirt und Vorstandsmitglied der BürgerStiftung Erfurt.

Anmeldung bitte über info@erna-erfurt.de

25-10021

Mi, 19.03.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |
Gebührenfrei für Ehrenamtliche und
Mitarbeitende in Vereinen und Verbänden,
die mit Ehrenamtlichen tätig sind.,
Anmeldung bitte über info@erna-erfurt.de
VHS
Sebastian Schillig

25-10022

Mi, 25.06.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |
Gebührenfrei für Ehrenamtliche und
Mitarbeitende in Vereinen und Verbänden,
die mit Ehrenamtlichen tätig sind.,
Anmeldung bitte über info@erna-erfurt.de
VHS
Sebastian Schillig

Rechtliche Aspekte in der Zusammenarbeit mit Ehrenamtlichen

In diesem Kurs erhalten die Teilnehmenden einen umfassenden Überblick über die allgemeinen Grundlagen des Vereinsrechts. Es wird die Rolle des Vereins als Arbeitgeber beleuchtet und die wesentlichen Unterschiede zwischen Dienstverträgen und Honorarverträgen geklärt. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf der ehrenamtlichen Tätigkeit in Vereinen, wobei die rechtlichen Rahmenbedingungen zu Pauschalen, Aufwandsentschädigungen und Auslagenersatz detailliert aufgezeigt werden.

25-10024

Do, 18.09.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |
Gebührenfrei für Ehrenamtliche und
Mitarbeitende in Vereinen und Verbänden,
die mit Ehrenamtlichen tätig sind.,
VHS
Dr. Jürgen Kasper

Vereinsrecht und seine Grundlagen, alles was man zu diesem Thema wissen sollte

Die Referentin stellt in dieser Veranstaltung die Grundlagen des Vereinsrechts, wie Satzungsgestaltung, Vorstandsmanagement und Haftungsregelungen vor.

25-10025

Do, 06.11.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |
Gebührenfrei für Ehrenamtliche und Mitarbeitende in Vereinen und Verbänden, die mit Ehrenamtlichen tätig sind.,
VHS
Rosemarie Schmack-Siebenlist-Hinkel

Ehrenamt: Haushalten und buchführen

Die Abläufe in einem Verein müssen genauso professionell abgewickelt werden wie im normalen Geschäftsleben. Im Rahmen des Kurses wird ein Überblick darüber gegeben, wie „haushalten“ und „buchführen“ im Verein funktioniert und welche Rahmenbedingungen bei der Mittelverwaltung zu beachten sind.

25-10026

Mo, 17.02.2025, 18:00 - 20:15 Uhr | 3 UStd. |
Gebührenfrei für Ehrenamtliche und Mitarbeitende in Vereinen und Verbänden, die mit Ehrenamtlichen tätig sind.,
VHS
Wolfgang Schiemenz

Die Akademie für über 55-jährige der Volkshochschule Erfurt wendet sich mit ihren Vorträgen zu naturwissenschaftlichen, technischen, historischen, kulturwissenschaftlichen oder gesellschaftspolitischen Themen an alle geistig regen und interessierten Mitbürger aus Erfurt und Umgebung über 55 Jahre. Neben Vorträgen werden auch verschiedene Besichtigungen und eine Studienreise (September 2025) angeboten.

VHS-Kolleg 55+, Gruppe 1

25-10050

Mi, ab 29.01.2025, 14:00 - 15:30 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS
Verschiedene

VHS-Kolleg 55+, Gruppe 2

25-10051

Mi, ab 22.01.2025, 14:00 - 15:30 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS
Verschiedene

VHS-Kolleg 55+, Gruppe 3

25-10052

Mi, ab 22.01.2025, 14:00 - 15:30 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS
Verschiedene

VHS-Kolleg 55+, Gruppe 4

25-10055

Do, ab 23.01.2025, 14:00 - 15:30 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS
Verschiedene

VHS-Kolleg 55+, Gruppe 5

25-10056

Do, ab 23.01.2025, 14:00 - 15:30 Uhr,
10 Wochen | 21 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS
Verschiedene

VHS-Kolleg 55+, Gruppe 6

25-10057

Do, 23.01.2025 - 17.04.2025, 14:30 - 16:00 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS
Verschiedene

VHS-Kolleg 55+, Gruppe 7

25-10058

Do, ab 30.01.2025, 14:00 - 15:30 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS
Verschiedene

Städtische Seniorenklubs - Orte für Begegnung und Beratung!

Mit einem breiten Kursangebot greifen diese offenen Begegnungsstätten die Interessen der Besucherinnen und Besucher auf, die bereits aus dem Arbeitsleben ausgetreten sind. Als Orte der Begegnung und Information bieten sie im direkten Wohnumfeld schnelle und einfache Unterstützung. Die Volkshochschule Erfurt arbeitet in enger Kooperation mit den vier kommunalen Seniorenklubs der Stadt Erfurt zusammen.

Stadtverwaltung Erfurt Seniorenklub
Klubleiter: Herr Löffler
Sozialarbeiterin: Joyce Schneider
Hans-Grundig-Straße 25 | 99099 Erfurt
Telefon: 0361 3459656
E-Mail: seniorenklub.hans-grundig-strasse@erfurt.de

Stadtverwaltung Erfurt
Seniorenklub „Treff der Generationen Roter Berg“ und
„Garten der Generationen“
Klubleiter: Herr Quitter
Sozialarbeiter: Andreas Tange
Jakob-Kaiser-Ring 56a | 99087 Erfurt
Telefon: 0361 655-6388
E-Mail: seniorenklub.jacob-kaiser-ring@erfurt.de

Stadtverwaltung Erfurt Seniorenklub
Klubleiterin: Frau Peter-von Renteln
Berliner Straße 26 | 99091 Erfurt
Telefon: 0361 655-4145
E-Mail: seniorenklub.berliner-strasse@erfurt.de

Stadtverwaltung Erfurt Seniorenklub
Sozialarbeiterin: Frau Rossel
Mitarbeiterin: Frau Yufa
Weitergasse 25 | 99084 Erfurt
Telefon: 0361 5626789
E-Mail: seniorenklub.weitergasse@erfurt.de



VHS-Kolleg 55+, Gruppe 1**25-10060**

Mi, ab 17.09.2025, 14:00 - 15:30 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS
Verschiedene

VHS-Kolleg 55+, Gruppe 2**25-10061**

Mi, ab 17.09.2025, 14:00 - 15:30 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS
Verschiedene

VHS-Kolleg 55+, Gruppe 3**25-10062**

Mi, ab 17.09.2025, 14:00 - 15:30 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS
Verschiedene

VHS-Kolleg 55+, Gruppe 4**25-10065**

Do, ab 18.09.2025, 14:00 - 15:30 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS
Verschiedene

VHS-Kolleg 55+, Gruppe 5**25-10066**

Do, ab 18.09.2025, 14:00 - 15:30 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS
Verschiedene

VHS-Kolleg 55+, Gruppe 7**25-10068**

Do, ab 18.09.2025, 14:00 - 15:30 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS
Verschiedene

Märchen: Liebesleid und Liebesfreud

In Kooperation mit dem Projekt Mundwerk Erfurt

Welch ein Thema, die Liebe zwischen zwei Menschen. Jeder wünscht sich die Liebe zu finden, um ein glückliches und ausgefülltes Leben zu führen. Oft ist das aber nicht so einfach. Die Leidenschaft der Liebe ist es, von der in Liedern, Geschichten und Literatur mit all ihren Facetten erzählt wird. Auch im Märchen ist es nicht die glückliche Liebe, die erzählt wird. Es sind die Gefahren, Konflikte und der schwierige Weg, den die Liebenden gehen müssen, um ihre Erfüllung zu finden. Am Ende, nach überstandenen Leid und Gefahren, folgt doch das Liebesglück.

25-10070

Fr, 14.02.2025, 18:00 - 19:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei - Eine Spende für das Projekt
Mundwerk ist gern gesehen,
VHS
Anna-Renate Möbus / Dagmar Heyne / Ursula
Peter-Bekasinski

Märchen: Von Nixen und Wassermännern

In Kooperation mit dem Projekt Mundwerk Erfurt

Wo Wasser ist, entsteht Leben, und die Menschen lassen sich dort nieder. Ob an seicht plätschernden Quellen, Flüssen, die mal ruhig, mal reißend durch das Bett fließen oder der tiefe und unergründliche See. Sie sind auch der Wohnort lebensspendender Götter und geheimnisvoller Wasserwesen, an welche die Menschen glauben und die ihnen doch oft verborgen bleiben. Märchen und Sagen berichten von Begegnungen der Menschen mit Wasserfrauen und Wassermännern, Quelljungfern, Meereshexen, Brunnenfeen, vom Meereskönig und vielen anderen. Mal bringen die geheimnisvollen Wesen Zaubergaben, Reichtum und Glück, ein anderes Mal Unheil und Gefahr.

25-10071

Fr, 12.09.2025, 18:00 - 19:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei - Eine Spende für das Projekt
Mundwerk ist gern gesehen,
VHS
Anna-Renate Möbus /
Ursula Peter-Bekasinski / Dagmar Heyne

Märchen: Handwerkermärchen

In Kooperation mit dem Projekt Mundwerk Erfurt

Wie mühsam haben sich die Leute noch vor 100 Jahren ihr Brot verdient und wie wichtig war es, dass man eine „Kunst“ konnte. Sei es als Weber, Schmied, Schuhmacher, Bäcker Koch oder Schneider. Bis zur Anerkennung der Fähigkeiten war der Weg oft lang und beschwerlich. Burschen gingen zum Lernen auf Wanderschaft und teilten ihre ärmlichen Nachtlager mit anderen Handwerksburschen. In den Wanderjahren mussten Sie Abenteuer und Prüfungen bestehen. Welche Abenteuer die Helden erleben und ob das erlernte Handwerk von Nutzen ist, hören Sie in den Märchen.

25-10072

Fr, 14.11.2025, 18:00 - 19:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei - Eine Spende für das Projekt
Mundwerk ist gern gesehen,
VHS

Anna-Renate Möbus / Dagmar Heyne /
Ursula Peter-Bekasinski

Erfurter Straßennamen und ihre Geschichte(n)

Anger, Hirschgarten, Nonnensack und Pils, Rumpel-, Stunzen-, Taschen-, Taubengasse. Wie kamen sie zu ihrem Namen? Was erzählen sie uns über die Geschichte Erfurts? Wir finden es heraus und sehen es uns an. Kurzweilig informativer Vortrag mit Altstadt-spaziergang.

25-10102

Do, 30.01.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
VHS
Stephan Oettel

Erfurt, immer eine Reise wert

Bonifatius, Bismarck, Adam Ries, Goethe, Luther, Napoleon, Schiller oder Zar Alexander – unzählige Gäste hat Thüringens Hauptstadt über die Jahrhunderte beherbergt. Heute besuchen rund 12 Millionen Menschen jedes Jahr unsere Stadt. Welche Eindrücke nahmen sie damals mit, welche heute? Was sagt uns das über unsere Stadt und ihre Geschichte?

Diese Frage wollen wir anhand alter und neuer Reisebeschreibungen zu Erfurt nachgehen. Wenn gewünscht, auch mit kurzem Stadtrundgang.

25-10104

Do, 06.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
VHS
Stephan Oettel

Wasserläufe und Brücken in Erfurt

Weitverzweigt fließt die Gera durch Erfurt. Mehrfach ändert sie dabei den Namen. Warum eigentlich? Und: welche Geschichte(n) erzählen die vielen Brücken und Stege? Höchste Zeit für einen Überblick. Je nach Wetter gerne mit Besichtigungen vor Ort.

25-10105

Di, 15.04.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
VHS
Stephan Oettel

Exkursion - Spaziergang über den Neuen Jüdischen Friedhof zu Erfurt

Seit 1994 wird der Neue Jüdische Friedhof beim Thüringer Landesamt für Denkmalschutz als Kulturdenkmal „Historische Park- und Gartenanlage“ - aus geschichtlichen und künstlerischen Gründen geführt. Der Friedhof wurde 1878 geweiht und wird bis heute belegt. Beigesetzt wurden und werden neben Mitgliedern der Erfurter Synagogengemeinde auch Juden aus anderen Thüringer Orten sowie Menschen jüdischer Religion, die sich aus familiären bzw. beruflichen Gründen in Erfurt aufhielten und hier starben.

Annelie Hubrich lädt zu einem Spaziergang über dieses steinerne Gedenkbuch ein. Durch ihre jahrelange, ehrenamtliche Forschung zur Geschichte der Erfurter Juden der Neuzeit, bringt sie den Besuchern die Schicksale der Erfurter Juden näher. Beispielhaft wird an Grabdenkmälern der Aufbau hebräischer Grabinschriften und Stilmittel der Trauerkultur erläutert. Der Rundgang führt an den besonderen Feldern für Erbbegräbnisse, Kindergräbern, Ehrenreihen und Feuerbestattungen vorbei. Unübersehbar sind die Folgen der Shoa auf dem Friedhof. Fehlstellen in den Gräberreihen,

Erfurt als modernes Verkehrszentrum

100 JAHRE FLUGHAFEN ERFURT

Vortrag

Kurs: 25-10170

Dienstag, 22.04.2025, 19:00 bis 20:30 Uhr

Gebühr: 8,00 Euro

Dozent: Steffen Raßloff

Vortrag

Kurs: 25-10171

Donnerstag, 24.04.2025, 19:00 bis 20:30 Uhr

Gebühr: 8,00 Euro

Dozent: Steffen Raßloff



unbenutzte Grabstellen und spätere Gedenkschriften wurden zum steinernen Gedenkbuch gegen das Vergessen und Verdrängen.

In der mit sechs Säulen aus Seeberger Sandstein gestalteten Vorhalle der Trauerhalle befinden sich, rechts und links der Eingangstür, zwei Gedächtnistafeln für die im Ersten Weltkrieg gefallenen jüdischen Gemeindemitglieder. Beim Rundgang besteht die Möglichkeit, die Trauerhalle zu besichtigen.

Am Ende des Rundgangs erhalten die Teilnehmer eine schriftliche Kurzzusammenfassung. Männliche Besucher des Friedhofs werden gebeten, eine Kopfbedeckung zu tragen. Festes Schuhwerk sowie wetterfeste Kleidung wird empfohlen.

25-10108

Do, 24.04.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |

8,00 Euro,

Treffpunkt: Haupteingang Neuer Jüdischer Friedhof Erfurt,

An d. Thüringenhalle 6, 99096 Erfurt

Annelie Hubrich

25-10109

Di, 02.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |

8,00 Euro,

Treffpunkt: Haupteingang Neuer Jüdischer Friedhof Erfurt,

An d. Thüringenhalle 6, 99096 Erfurt

Annelie Hubrich

Exkursion - Spaziergang über den Alten Jüdischen Friedhof zu Erfurt

Unterhalb des Egaparks, zwischen den Häusern Cyriakstraße 3 und 4, befindet sich der Alte Jüdische Friedhof. Dieser wurde zu Beginn des 19. Jahrhunderts von der neu angesiedelten jüdischen Gemeinde genutzt. Weil die Gemeinde schnell anwuchs, wurde im Jahr 1878, der auch heute noch genutzte Neue Jüdische Friedhof an der Werner-Seelenbinder-Straße, für Begräbnisse eingerichtet. Da nach jüdischem Glauben die Totenruhe ewig währt, blieb der Alte jüdische Friedhof auch nach der Schließung bestehen. Zur Zeit des Nationalsozialismus wurde der Friedhof geschändet, die Grabsteine abtransportiert.

Seit 2007 wird an einer „Sichtbarmachung“ des Friedhofes gearbeitet. Auf dem Gelände stehende Garagen wurden abgerissen und erhaltene Grabsteine wieder aufgestellt. Seit 2009 steht

eine Informationstafel vor Ort. Männliche Besucher werden gebeten, eine Kopfbedeckung zu tragen.

25-10111

Do, 15.05.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |

8,00 Euro,

Treffpunkt: Haupteingang

Alter jüdischer Friedhof

Cyriakstraße 3, 99094 Erfurt

Annelie Hubrich

25-10113

Di, 16.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |

8,00 Euro,

Treffpunkt: Haupteingang

Alter jüdischer Friedhof

Cyriakstraße 3, 99094 Erfurt

Annelie Hubrich

Stadtrundgang: Jüdische Denknadeln: Verachtet, vernichtet, vergessen?



Stadtführung mit Richard Schaefer

© Grit Kästner

Einblicke in die jüdische Geschichte vom Mittelalter bis ins 20. Jahrhundert mit einem Rundgang zu Erfurter Denknadeln in der Altstadt. Vier der neun Denknadeln, die an die Vertreibung jüdischer Bürger während der Nazi Herrschaft erinnern sollen, befinden sich im Bereich des Erfurter Angers. Zu jeder Denknadel gibt es eine eigene Geschichte. Andere Bauwerke am Anger erinnern jedoch auch an die Leistungen und das Engagement jüdischer Bürger für die Stadtentwicklung im 19. und 20. Jahrhundert. Einblicke in die vielseitige jüdische Geschichte vom Mittelalter bis ins 20. Jahrhundert gewährt dieser etwa einstündige Rundgang zu Erfurter

Denknadeln. Der Rundgang beginnt an der Reglerkirche, führt über den Anger zur Weitergasse und endet am Domplatz.

25-10114

Sa, 08.03.2025, 13:00 - 14:30 Uhr | 2 UStd. |
ist Der Stadtrundgang ist gebührenfrei und wird gefördert durch den Freistaat Thüringen
Ministerium für Bildung, Jugend und Sport., Reglerkirche
Richard Schaefer

Führung durch das KulturQuartier Schauspielhaus

Vielen Erfurterinnen und Erfurtern ist es noch in guter Erinnerung: das ehemalige Schauspielhaus. Doch nach seiner Schließung im Jahr 2003 hat es kaum einer wieder betreten. Nach Jahren des Leerstandes und der Ungewissheit, kehrt mit der Initiative KulturQuartier Schauspielhaus wieder Leben in die alten Gemäuer. Ende des 19. Jahrhunderts als Vereinshaus erbaut, während des Krieges als städtisches Amt genutzt, Heimstätte des ersten deutschen Tanztheaters und ab 1949 Spielstätte der Städtischen Bühnen, blickt das denkmalgeschützte Gebäude auf eine spannende Geschichte zurück. Tauchen Sie mit uns ein in über 125 Jahre Baugeschichte und 75 Jahre Schauspielhaus. Bei einem Rundgang können Sie sich selbst einen Eindruck vom Zustand des Hauses machen. Außerdem werfen wir mit Ihnen gemeinsam einen Blick in die Zukunft und erklären, wie Verein und Genossenschaft KulturQuartier das Schauspielhaus wieder zu einem lebendigen Kulturort entwickeln werden. Zusammen mit unseren Partnern Kinoklub, Tanztheater Erfurt und Radio F.R.E.I. wird diese in Vergessenheit geratene Perle im Herzen der Stadt wieder zu dem, was sie immer war: ein pulsierendes Zentrum für Kunst und Kultur.

25-10126

Mo, 03.03.2025, 16:00 - 17:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
KulturQuartier, Klostersgang 4
Anne Palmowski

25-10127

Mo, 08.09.2025, 16:00 - 17:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
KulturQuartier, Klostersgang 4
Anne Palmowski

900 Jahre Engelsburg: Die Geschichte der Engelsburg mit Besichtigung

2025 feiert die Engelsburg sein 900jähriges Bestehen. Der Vortrag handelt von einem reichen Patrizier, der im 15. Jahrhundert mit seiner Familie in der Engelsburg wohnte. Der Erfurter Humanistenkreis um Eobanus Hessus im 16. Jahrhundert und die Anfänge der Reformation stehen genauso im Mittelpunkt, wie auch die Tabakfirma Hofmann und Triebel, die 1767 entstand und schlussendlich die Neuzeit, in der die Studierenden der Medizinischen Akademie ihren Studentenklub 1968 eröffneten. Mit Führung durch die Engelsburg.

25-10130

Sa, 17.05.2025, 14:00 - 15:30 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
Treffpunkt: Hof Engelsburg Erfurt
Ralf-Dieter May

25-10131

Sa, 15.11.2025, 14:00 - 15:30 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
Treffpunkt: Hof Engelsburg Erfurt
Ralf-Dieter May

Stadtrundgang: „Meine Heimat erkunden“: Erfurter Gärten und Hinterhöfe

Entdecken Sie mit Ralf-Dieter May die versteckten Hinterhöfe in der historischen Innenstadt.

25-10133

Fr, 16.05.2025, 13:30 - 15:00 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
Haus Dacheröden
Ralf-Dieter May

Stadtrundgang: „Meine Heimat erkunden“: Das Karthäuserkloster

25-10134

Sa, 07.06.2025, 14:00 - 15:30 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
Reglerkirche - Bahnhofstraße 7
Ralf-Dieter May

Stadtrundgang: „Meine Heimat erkunden“: Zu den vier großen Klosterkirchen in der Innenstadt

25-10135

Sa, 30.08.2025, 14:00 - 15:30 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
Haus Dacheröden
Ralf-Dieter May

Stadtrundgang: „Meine Heimat erkunden“: Auf den Spuren der Steinmetzzeichen an den Erfurter Prachtbauten

25-10136

Sa, 06.09.2025, 14:00 - 15:30 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
Angermuseum
Ralf-Dieter May

Stadtrundgang: „Meine Heimat erkunden“: Das Universitätsviertel

25-10137

Sa, 27.09.2025, 14:00 - 15:30 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
Michaeliskirche
Ralf-Dieter May

Stadtrundgang: „Meine Heimat erkunden“: Handwerk und Gassen – Das Andreasviertel

25-10138

Sa, 25.10.2025, 14:00 - 15:30 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
Webergasse/ Andreaskirche
Ralf-Dieter May

Stadtrundgang: „Meine Heimat erkunden“: Landschaftspark Gera-Aue - Ein Spaziergang durch Erfurts Norden - Bürgermitgestaltung

Der Landschaftspark Gera-Aue ist seit 2022 zu einer über die Grenzen der Stadt hinaus bekannten und beliebten Attraktion im Erfurter Norden geworden. Auenwälder, Parkanlagen und Grünflächen haben mehr Lebensqualität in diese Wohngebiete gebracht. Dieses schon um 1900 angestrebte Ziel ist nun auf originelle

Weise nachhaltig und attraktiv umgesetzt worden. Die historische Entwicklung des Landschaftsparks und seine Besonderheiten werden bei diesem Rundgang erkundet.



Landschaftspark GeraAue in Erfurt
© Grit Kästner

25-10139

Sa, 05.04.2025, 13:00 - 15:00 Uhr | 2,5 UStd. |
gebührenfrei,
Brücke an der Warschauer Straße
Richard Schaefer

Stadtrundgang: „Meine Heimat erkunden“: Der Anger als Industriezentrum



Anger in Erfurt © Grit Kästner

Die großen Geschäftshäuser auf dem Anger kennzeichnen die wirtschaftliche Entwicklung der Stadt Ende des 19. und Anfang des 20. Jahrhunderts. Die vorher hier ansässigen Textil- und Ledermanufakturen wurden allmählich an den Stadtrand gedrängt. Wie sich diese Veränderungen vollzogen, soll auf diesem Rundgang in Teilen vermittelt werden.

25-10140

Sa, 08.02.2025, 13:00 - 15:00 Uhr | 2,5 UStd. |
10,00 Euro,
Alter Angerbrunnen
Richard Schaefer

Meine Heimatstadt erkunden: Krämpfervorstadt - Kohle, Malz und Karabiner

Die Krämpfervorstadt ist ein Industrie- und Arbeitergebiet mit einer jungen, dynamischen Geschichte. Gebäude mit baukulturellem Wert stehen neben schlichten Wohn- und Geschäftshäusern. Über 180 Gebäude stehen auf der Liste der Kulturdenkmäler und haben ihre ganz eigene Geschichte, die bei dem Rundgang erschlossen werden sollen.



Krämpfervorstadt in Erfurt

© Grit Kästner

Verlauf:

- Hamburger Straße: Hamburger Block
- Flensburger Straße: Flensburger Block
- Leipziger Platz: Marie-Elise Kayser-Schule
- Rathenaustraße - Johnny-Scheer-Straße
Theo-Neubauer-Straße
- Iderhoffstraße: Altes Malzwerk und Kraftwerk (Energieclubhaus)
- Uhlwormstraße (Gefangenenlager der Gewehrfabrik)
- Grolmann-Straße
- Reißhausstraße
- Hanseplatz: Richtstätte Rabenstein

25-10141

Sa, 14.06.2025, 13:00 - 15:00 Uhr | 2,5 UStd. |
10,00 Euro,
Eingang der Fachhochschule Altonaer Straße
Richard Schaefer

Stadtrundgang: „Meine Heimat erkunden“: Ilversgehofen - Vom Küchendorf zum Industriestandort

Ilversgehofen hat seinen Vorstadtcharakter durch die industrielle Entwicklung des 19. und 20. Jahrhunderts abgelegt. Wo ehemals weniger als 300, vorwiegend Ackerbürger, wohnten, lebten später bis zu 12 000 Menschen im sog. „Blehbüchsenviertel“. Hier wurde Erfurter Industriegeschichte geschrieben, von der jedoch nur wenige Zeugnisse erhalten sind. Als Verkehrsknotenpunkt mit Fernverkehrsstraßen, Flugplatz und Eisenbahnlinie hätte es beinahe noch einen Hafen gegeben.

25-10142

Sa, 10.05.2025, 13:00 - 15:00 Uhr | 2,5 UStd. |
10,00 Euro,
Kulturwegweiser Ilversgehofener Platz
Richard Schaefer

Stadtrundgang: „Meine Heimat erkunden“: Auf den Spuren Erfurter Drucker

Erfurt war im späten Mittelalter ein Zentrum des deutschen Buchdrucks. Allein „schwarze Kunst“ in ihrer Blütezeit? Ein Rundgang durch das lateinische Viertel soll dazu einige Einblicke vermitteln.

25-10143

Sa, 29.03.2025, 13:00 - 15:00 Uhr | 2,5 UStd. |
10,00 Euro,
Stadtbibliothek, Domplatz 1
Richard Schaefer

Der radikale Reformator: Das Leben von Thomas Müntzer

Thomas Müntzer war kein Mann der Kompromisse. Die Kirchenkritik Luthers, den er einst bewundert hatte, ging ihm nicht weit genug. Nicht nur das Papsttum, sondern auch die ständisch geprägte weltliche Ordnung waren ihm ein Dorn im Auge. Er griff die „Pfaffen“ und „Doktörchen“ an und wurde später als Vorläufer des Kommunismus vereinnahmt. Ein Abend zu Müntzers 500. Todestag. Mit Augustinerpfarrer Bernd S. Prigge und einem Schluck „Todeskuss“



Bernd Prigge
© Grit Kästner

25-10151

Di, 01.04.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
VHS
Pfarrer Bernd Prigge

500 Jahre Bauernkrieg in Thüringen - Müntzer kontra Luther

Der Bauernkrieg in Thüringen ist untrennbar mit der Person Thomas Müntzers verbunden. Der in Stolberg am Harz geborene Müntzer gilt als „eine der umstrittensten Persönlichkeiten der deutschen Geschichte“. Zunächst ist er Anhänger Luthers, setzt sich jedoch später über diesen hinweg und streitet als Theologe und Pfarrer für eine gerechtere Welt für Bauern und Bürger.

25-10152

Mo, 12.05.2025, 17:30 - 19:45 Uhr | 3 UStd. |
gebührenfrei,
Kleine Synagoge
Dr. Thomas Frantzke

500 Jahre Bauernkrieg in Thüringen - Radikalisierung der Bewegung

Die soziale Situation hat sich um 1500 insbesondere für die Bauern dramatisch verschärft. Steigende Zinsen und Frondienste, Beschlagnahme der Allmende (Gemeindeland) durch den regionalen Adel, Verweltlichung der Kirche führen zur Zuspitzung der gesellschaftlichen Konflikte. Luther versucht in Predigt und Schrift gegen die Aufständischen vorzugehen, weil er die herrschende Ordnung trotz ihrer Ungerechtigkeiten für gottgegeben hält.

25-10153

Mo, 19.05.2025, 17:30 - 19:45 Uhr | 3 UStd. |
gebührenfrei,
Kleine Synagoge
Dr. Thomas Frantzke

500 Jahre Bauernkrieg in Thüringen - Frankenhausen und die Folgen

Müntzer hat sich an die Spitze der aufgebrachten Bauern gesetzt und lässt keinen Zweifel daran, dass der Kampf gegen Adel und Kirche ein gerechter und gottgewollter Kampf ist. In der Schlacht bei Frankenhausen zeichnet sich

jedoch die totale militärische Unterlegenheit gegenüber den fürstlichen Söldnerheeren ab. Müntzer wird gefangengenommen, in Heldrungen gefoltert und vor Mühlhausen hingerichtet. Die Folgen der Niederlage sind für Bauern und auch Städte gravierend.

25-10154

Mo, 16.06.2025, 17:30 - 19:45 Uhr | 3 UStd. |
gebührenfrei,
Kleine Synagoge
Dr. Thomas Frantzke

80 Jahre Konferenz von Potsdam

Das offiziell als Dreimächtekonferenz von Berlin bezeichnete Treffen der Regierungschefs der UdSSR, USA und Großbritanniens findet vom 17. Juli bis 2. August 1945 im Schloss Cecilienhof in Potsdam statt. Stalin, Truman und Churchill, der später in Folge der Unterhauswahlen durch Clement Attlee ersetzt wird, diskutieren u. a. über das Schicksal des besiegten Deutschlands, Reparationsleistungen und die künftigen Grenzen in Europa.

25-10156

Mo, 23.06.2025, 17:30 - 19:45 Uhr | 3 UStd. |
gebührenfrei,
Kleine Synagoge
Dr. Thomas Frantzke

80 Jahre Potsdamer Abkommen

Im Ergebnis der Potsdamer Konferenz wird am 1. August das Abschlussprotokoll des Abkommens unterzeichnet, das am 2. August als Communiqué, in gekürzter Form, veröffentlicht wird. Darin werden u. a. die geografische Neuordnung Deutschlands, die zu entrichtenden Reparationen, die Entmilitarisierung und der Umgang mit den deutschen Kriegsverbrechern festgelegt. Eine einschneidende Zäsur in der Geschichte, die die Weichen für die künftige Entwicklung stellt!

25-10157

Mo, 08.09.2025, 17:30 - 19:45 Uhr | 3 UStd. |
gebührenfrei,
Kleine Synagoge
Dr. Thomas Frantzke

35 Jahre Zwei-plus-Vier-Vertrag

Der Zwei-plus-Vier-Vertrag beendet die Gültigkeit des Potsdamer Abkommens und eröffnet den Weg zur deutschen Wiedervereinigung. Der Vertrag wird zwischen der BRD und der DDR einerseits und den USA, Frankreich, Großbritannien und der UdSSR andererseits geschlossen. Am 12. September 1990 unterzeichnet, tritt er am 15. März 1991 in Kraft und wird die politische Ordnung Europas entscheidend prägen.

25-10158

Mo, 15.09.2025, 17:30 - 19:35 Uhr | 3 UStd. |
gebührenfrei,
Kleine Synagoge
Dr. Thomas Frantzke

Europäische und deutsche Politik zu Hause in Erfurt

Vom 27. September bis zum 14. Oktober 1808 kam es zu einem Zusammentreffen Napoleons I. mit dem russischen Zaren Alexander I. in Erfurt, dem sogenannten Erfurter Fürstenkongress. Einige Jahrzehnte später findet 1848 die Märzrevolution statt und 1850 tagte vom 20. März bis 29. April in Erfurt das Unionsparlament im Augustinerkloster. Und im Oktober 1891 wurde von der Sozialdemokratischen Partei Deutschlands (SPD) ihr Parteitag im Erfurter Kaisersaal abgehalten.

25-10161

Di, 25.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
VHS
Ralf-Dieter May

Die Geschichte des Handels in Erfurt

Schon im Frühmittelalter besaß Erfurt, aufgrund seiner Lage an der Kreuzung wichtiger Fernhandelswege, wie der Via Regia, zentralörtliche Funktionen. Im Jahr 805 verlieh Karl der Große Erfurt das Marktrecht und erklärte die Stadt zu einem der Grenzhandelsplätze an der Grenze des Frankenreiches. Um 1000 erhielt Erfurt das Münzrecht. Der Vortrag „Die Geschichte des Handels in Erfurt“ wird sich mit der Entwicklung des Handels, dem Stapelrecht, dem Waidhandel, den verschiedenen Handelswegen und den zahlreichen Märkten im Stadtgebiet beschäftigen. Welche Handelsbeziehungen



250 JAHRE GOETHE IN THÜRINGEN

VORTRAG: GOETHES "GENIEZEIT" IN WEIMAR

Kurs: 25-10159

Veranstaltungsort: Kleine Synagoge Erfurt

Montag, 22.09.2025, 18:40 - 20:55 Uhr
gebührenfrei

Dozent: Thomas Frantzke

VORTRAG: "GOETHE UND ERFURT"

Kurs: 25-10160

Montag, 20.10.2025, 18:40 - 20:55 Uhr

Veranstaltungsort: Kleine Synagoge Erfurt

Dozent: Thomas Frantzke

zwischen Erfurt und anderen Ländern existierten. Wer waren die Hauptakteure in der Stadt? Das mittelalterliche Erfurt, eine „rheinische Metropole“ inmitten Thüringens und des gesamten mitteldeutschen Raumes.

25-10162

Di, 11.03.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. | 8,00 Euro,
VHS
Ralf-Dieter May

Klöster, Kirchen und Orden in Erfurt

Geschichtliches von den Anfängen bis zur Aufgabe der Klöster in Erfurt. Wie kam es dazu, dass so viele katholische Ordensgemeinschaften, gerade hier in dieser Stadt, ihre Heimstätten fanden? Wie unterschieden sich diese Orden und welchen historischen Ursprung hatten sie?

25-10164

Di, ab 21.01.2025, 17:00 - 18:30 Uhr, 2
Veranstaltungen | 4 UStd. | 16,00 Euro,
VHS
Ralf-Dieter May

Wie Adam Ries rechnete. Rechnen auf den Linien. Fortsetzung

Unter Anleitung üben die Teilnehmer das Rechnen auf den Linien mit Rechentuch und Rechenpfennigen (Schwerpunkt der Veranstaltung).

25-10166

Mi, 30.04.2025, 14:00 - 15:30 Uhr | 2 UStd. | 8,00 Euro,
VHS
Manfred Weidauer

Mittelaltermetropole Erfurt

Erfurt gilt als Mittelaltermetropole, die sich seit 2023 sogar zum UNESCO-Weltkulturerbe zählen darf. Als eine der größten und wohlhabendsten Städte des Reiches erlangte es reichstadtähnliche Autonomie von seinem Landesherren, dem Erzbischof von Mainz. Grundlage hierfür war der Aufstieg zum prosperierenden europäischen Handelszentrum. Dessen herausragender Symbolort, die Krämerbrücke, feiert 2025 sein 700. Jubiläum.

25-10168

Mi, 07.05.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. | 8,00 Euro,
VHS
Dr. Steffen Raßloff

Erfurt – Ein stadtgeschichtlicher Überblick

Erfurt ist seit jeher das „Haupt des Thüringer Landes“, wie es schon in einer Weltchronik 1493 heißt. Darüber hinaus gehörte die Mittelaltermetropole zu den größten Städten des Reiches. Später musste die Industriegroßstadt, die 1906 100.000 Einwohner zählte, das „Zeitalter der Extreme“ im 20. Jahrhundert intensiv durchleben. Heute präsentiert sich Erfurt als lebenswerte Dom-, Luther- und Blumenstadt mit 215.000 Einwohnern.

25-10169

Mi, 05.11.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. | 8,00 Euro,
VHS
Dr. Steffen Raßloff

700 Jahre Krämerbrücke

Ein Streifzug durch die Geschichte der mittelalterlichen bebauten Brücke.

25-10173

Mi, 02.04.2025, 18:40 - 20:10 Uhr | 2 UStd. | 8,00 Euro,
VHS
Dr. Rüdiger Paul Kirsten

Kooperation mit Geschichtsverein:

Verein für die Geschichte
und Altertumskunde
von Erfurt



Montagsvorträge des Erfurter Geschichtsvereins 2025

Die immer am vorletzten Montag im Monat stattfindenden wissenschaftlichen Montagsvorträge sind Kooperationsveranstaltungen mit dem „Verein für die Geschichte und Altertumskunde von Erfurt e. V.“ (VGAE) und der Volkshochschule Erfurt.

Auf den Spuren von ADAM RIES

“Adam Ries, seine Rechenbücher und sein Wirken in der Erfurter Zeit”

Vortrag: 25-10167

Donnerstag, 27.03.2025, 17:00 bis 18:30 Uhr

Dozent: Manfred Weidauer

Meine Heimatstadt erkunden: “Auf den Spuren Erfurter Drucker”

Kurs: 25-10143

Samstag, 29.03.2025, 13:00 bis 15:00 Uhr

Gebühr: 10,00 Euro

Dozent: Richard Schaefer

Rundgang “Auf den Spuren von Adam Ries durch Erfurt”

Kurs: 25-10132

Freitag, 16.05.2025, 15:00 bis 16:30 Uhr

Gebühr: 8,00 Euro

Dozent: Manfred Weidauer



25-10175

Vorletzter Montag im Monat | 2 UStd. |
gebührenfrei
Augustiner Kloster
Verschiedene

Brückentage - Cum pedibus plus minusve madidis – Furten und Brücken im Wegenetz des mittelalterlichen Erfurts und seiner Umgebung

Der Erfurter Geschichtsverein hat seit seiner Gründung 1863 eine besondere Beziehung zur Krämerbrücke.

Das 700. Jubiläum der Errichtung der steinernen Brücke nehmen wir zum Anlass für eine gesonderte Vortragsreihe.

Die Vorträge finden in Kooperation mit der Evangelischmethodistischen Kirche Erfurt, der Volkshochschule und der Kulturdirektion statt.

25-10180

Mi, 15.01.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Ägidienkirche • Wenigemarkt 4 • Erfurt
Dr. Pierre Fütterer

Krämer - Brückentage - Brücken als Teil der mittelalterlichen Stadtentwicklung Erfurts

25-10181

Mi, 19.02.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Ägidienkirche • Wenigemarkt 4 • Erfurt
Dr. Thomas Nitz

Krämer - Brückentage - Bebaute Brücken des Mittelalters und der Frühen Neuzeit – Die Erfurter Krämerbrücke im europäischen Vergleich

25-10182

Mi, 19.03.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Ägidienkirche • Wenigemarkt 4 • Erfurt
Christian Forster

Krämer - Brückentage - Eine Brücke und vier Häuser – Die Baugeschichte der Krämerbrücke

25-10183

Mi, 23.04.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Ägidienkirche • Wenigemarkt 4 • Erfurt
Christian Misch

Krämer - Brückentage - Baugestalt und Ausstattung der Erfurter Brückenkopfkirchen im Spätmittelalter

25-10184

Mi, 21.05.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Ägidienkirche • Wenigemarkt 4 • Erfurt
Tim Erthel

Krämer - Brückentage - Erfurter Krämerseelen und ihr Kram – Händler und Produkte auf der Brücke im Mittelalter

25-10185

Mi, 18.06.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Ägidienkirche • Wenigemarkt 4 • Erfurt
Dr. Martin Sladeczek

Krämer - Brückentage - »Das luthen (Läuten) mag der kirchener thun aber das komen ist nymandts alle zcyt gezwungen.« – Die Ägidienpfarre in der Frühen Neuzeit

25-10186

Mi, 20.08.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Ägidienkirche • Wenigemarkt 4 • Erfurt
Pastor i.R. Sebastian Ringeis

Krämer - Brückentage - Juden und Christen in der Benediktspfarrer

25-10187

Mi, 17.09.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Ägidienkirche • Wenigemarkt 4 • Erfurt
Dr. Maike Lämmerhirt

Krämer - Brückentage - Archäologische Ergebnisse zur Krämerbrücke und ihrem Umfeld

25-10188

Mi, 22.10.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. | gebührenfrei,
Ägidienkirche • Wenigemarkt 4 • Erfurt
Dr. Karin Sczech

Krämer - Brückentage - Das Denkmal Krämerbrücke – Tätigkeit der Stiftung Krämerbrücke

25-10189

Mi, 19.11.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. | gebührenfrei,
Ägidienkirche • Wenigemarkt 4 • Erfurt
Lew Ludwig

Der Falschspieler mit dem Karo-Ass. Eine Gaunergeschichte aus dem Barock

25-10190

Do, 20.03.2025, 18:40 - 20:10 Uhr | 2 UStd. | 8,00 Euro,
VHS
Dr. Ulrike Wollenhaupt-Schmidt

Kriminelle Kunstgeschichte(n):

Die Tyrannenmörderin

25-10191

Do, 15.05.2025, 18:40 - 20:10 Uhr | 2 UStd. | 8,00 Euro,
VHS
Dr. Ulrike Wollenhaupt-Schmidt

Literarische Erkundungen – Auf den Spuren von Autoren aus unterschiedlichen Epochen

Ob humoristisch, tragisch, spannend, romantisch – eine literarische Reise in vergangene Zeiten lässt vor unserem geistigen Auge vielfältige Bilder entstehen. Träume, Hoffnungen, aber auch das Wissen und die Erfahrungen der Menschen werden in erzählerischen und lyrischen Werken widerspiegelt.

25-10192

Do, 06.03.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. | 8,00 Euro,
VHS
Christina Klauke

Die Rolle der Sprache in der Oper „Die Zauberflöte“

Die Oper „Die Zauberflöte“ scheint häufig nur unter dem musikalischen Aspekt interessant. Meist liest man von „Mozarts Zauberflöte“ und diskutiert bspw. freimaurerische Motive vor dem Hintergrund von Mozarts Biographie. Aber Librettotext und Handlung stammen von Emanuel Schikaneder. Ja: Als Theatermacher im Wien um 1800 war Schikaneder ein kultureller Durchlauferhitzer. Dennoch ist die Zauberflöte - entgegen der landläufigen Meinung - auch inhaltlich kein zusammengestümpertes Machwerk. Wie Schikaneder seine verschiedenen textlichen Vorlagen nutzte und wie Entstehung und Rezeptionsgeschichte untrennbar mit Weimar verbunden sind, soll in diesem Vortrag zur Sprache kommen. Den Zuhörern wird sich die „Zauberflöte“ ganz neu erschließen.

25-10193

Mi, 14.05.2025, 18:40 - 20:10 Uhr | 2 UStd. | 8,00 Euro,
VHS
Cornelie Becker-Lamers

Familienforschung - Ahnenforschung leicht gemacht

Sie wollen wissen, wer Ihre Vorfahren waren und wie sie lebten? Sie haben einen seltenen Familiennamen und möchten wissen, ob Sie mit anderen Namensträgern gemeinsame Ahnen haben? An diesen zwei Abenden erfahren Sie, welche Quellen Sie „anzapfen“ können, um Daten und Informationen zu finden. Außerdem erhalten Sie einen Überblick über verschiedene Möglichkeiten, um die gefundenen Informationen zu dokumentieren und übersichtlich darzustellen. Geboten werden Anregungen und Hilfen zur Erforschung der eigenen Familie, zur Anlage von Ahnen- und Stammtafeln und zur Nutzung von Quellen wie Kirchenbüchern und Archivakten.
Kleingruppenkurs

25-10194

Di, ab 04.03.2025, 18:00 - 21:00 Uhr,
2 Wochen | 8 UStd. |

32,00 Euro, ermäßigt: 25,60 Euro,
VHS

Annelie Hubrich

25-10195

Do, ab 06.11.2025, 18:00 - 21:00 Uhr,
2 Wochen | 8 UStd. |

32,00 Euro, ermäßigt: 25,60 Euro,
VHS

Annelie Hubrich

Alte deutsche Schrift? Kurrentschrift? Sütterlin? Historische Quellen lesen lernen! (Anfängerkurs / Kurs I)

Fast 500 Jahre lang war im deutschen Sprachraum und sogar darüber hinaus eine Schrift gebräuchlich, die uns heute fremd und nicht mehr lesbar erscheint, die (deutsche) Kurrentschrift. Erst mit der Erfindung der Schreibmaschine beginnt die Maschinenschrift, die Handschrift abzulösen. Jüngere historische Quellen sind also wesentlich einfacher zu lesen. Aber - das Lesen der Kurrentschrift ist lernbar, und Übung macht auch hier den Meister! Deshalb erwarten Sie in diesem Paläographie-Kurs eine Einführung in das Lesen historischer Quellen und angeleitete Übungen. Beginnend mit einfachen, sehr regelmäßig geschriebenen Texten aus dem 19. und 20. Jahrhundert, auch Sütterlin!, werden Sie nach einiger Zeit vielleicht auch ältere, in persönlicher Handschrift geschriebene Texte, lesen können. Versuchen Sie es!

25-10196

Mo, ab 10.03.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
3 Wochen | 6 UStd. |

24,00 Euro, ermäßigt: 19,20 Euro,
VHS

Dr. Antje Bauer

Alte deutsche Schrift? Kurrentschrift? Sütterlin? Historische Quellen lesen lernen! (Fortgeschrittene / Kurs II)

Fast 500 Jahre lang war im deutschen Sprachraum und sogar darüber hinaus eine Schrift gebräuchlich, die uns heute fremd und nicht mehr lesbar erscheint, die (deutsche) Kurrentschrift. Erst mit der Erfindung der Schreibmaschine

beginnt die Maschinenschrift, die Handschrift abzulösen. Jüngere historische Quellen sind also wesentlich einfacher zu lesen. Aber - das Lesen der Kurrentschrift ist lernbar, und Übung macht auch hier den Meister! Deshalb erwarten Sie in diesem Paläographie-Kurs eine vertiefende Einführung in das Lesen historischer Quellen und angeleitete Übungen. Beginnend mit handschriftlichen Texten aus dem 19. Jahrhundert, werden Sie nach einiger Zeit sicher auch ältere, in persönlicher Handschrift geschriebene Texte aus dem 17. und 18. Jahrhundert, lesen können. Versuchen Sie es!

Eigene Texte können mitgebracht werden und werden bei Eignung im Kurs gelesen.

25-10197

Mo, ab 10.11.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
3 Wochen | 6 UStd. |

24,00 Euro, ermäßigt: 19,20 Euro,
VHS

Dr. Antje Bauer

Alte Handschriften entziffern und lesen lernen

Standen Sie schon einmal vor einer alten Handschrift und waren von den schönen Schriftzügen fasziniert, konnten aber nichts entziffern? Wie gerne würde man alles lesen können, aber die deutsche Schrift ist schon lang zur Fremdsprache geworden. Mit etwas Übung ist es gar nicht so schwer, in einem solchen Dokument, mehr als nur unleserliche Zeichen und Schnörkel zu erkennen. Der Kurs bietet die Möglichkeit, die deutsche Sütterlin-Schulschrift kennen zu lernen. Mit dieser Kenntnis und ein paar Übungsstunden an Hand von Kanzlei- und Handschriften kann die Fähigkeit erworben werden, die deutsche Schrift zu lesen. Im theoretischen Teil wird eine Einführung in die Entwicklung der Schrift gegeben. Ein Überblick über das deutsche Archivwesen soll ergänzend aufzeigen, an welchen Orten und Institutionen Dokumente zur Familien- oder Ortsgeschichte erwartet werden dürfen. Damit bietet sich für historisch Interessierte die Möglichkeit, gezielt auf Recherche zu gehen und die eventuellen Quellenfunde lesen und interpretieren zu können.

25-10198

Mi, ab 22.10.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
4 Wochen | 8 UStd. |
32,00 Euro, ermäßigt: 25,60 Euro,
VHS
Astrid Rose

Franz Schubert (1797-1828) - Vortrag mit Konzert

In der Veranstaltungsreihe „Das Schaffen der großen Komponisten“ werden in einzigartiger Form namhafte Komponisten des 18. bis 20. Jahrhunderts vorgestellt. Gastdozent Dr. Roman Salyutov veranschaulicht anhand von Bildern und Audio- und Videobeispielen die künstlerische Entwicklung des jeweiligen Komponisten. Nach einer kurzen Pause folgt das ca. 50-minütige Solokonzert, in dem verschiedene Klavierwerke des jeweiligen Komponisten aufgeführt werden.

Franz Schuberts Leben zeichnete sich auf der einen Seite durch eine bittere Not ab und wies zugleich eine äußerste künstlerische Intensität auf. Trotz seiner andauernden schwierigen Lebenssituation, geprägt und geplagt von ihm entgegenkommendem Unverständnis des Publikums, Krankheit, Unglück und Vereinsamung, versuchte der Komponist, seinen Platz im Leben durch seine Musik zu finden und darüber hinaus die Rolle eines -romantischen- Künstlers in der Gesellschaft zu definieren. Sein umfangreiches Schaffen, in dem verschiedenste Genres und Gattungen vertreten sind, ermöglicht einen besonderen Einblick in die innere Welt Schuberts.

25-10199

Mi, 29.01.2025, 17:15 - 19:30 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
Kleine Synagoge
Dr. Roman Salyutov

Konzertante Lesung Jüdische Tradition in Klängen

Im Laufe des 19. und 20. Jahrhunderts, als die kompositorische Kunst eine noch nie dagewesene Vielfalt an Stilen, künstlerischen Herangehensweisen und herausragenden Persönlichkeiten erlebte und sich daher in einer äußerst intensiven Blütezeit befand, erwachte bei verschiedenen Komponisten immer mehr

das Interesse, die Tradition des Judentums - der ältesten monotheistischen Religion der Welt - in ihrem Schaffen nachzuahmen und sich und dadurch auch das Publikum mit der tausendjährigen faszinierenden und tiefgründigen Geschichte, Religion und Kultur der Juden vertrauter zu machen. Ihre Musikwerke stellen somit eine besondere Art von Rezeption dar, die nicht nur auf rein künstlerischem Interesse an verschiedenen Aspekten des Judentums basierte, sondern, in der Tat, einen wichtigen Beitrag zur Völkerverständigung leistete.

25-102002

Mi, 16.04.2025, 17:15 - 19:30 Uhr | 3 UStd. |
Der Vortrag ist gebührenfrei und wird gefördert durch den Freistaat Thüringen
Ministerium für Bildung, Jugend und Sport.,
Kleine Synagoge
Dr. Roman Salyutov / Alexander Lifland

Geschlechterrollen in der Familie - Unterscheidet sich christliche Zuwanderung

Vorstellung des Forschungsberichtes (21) von Inna Becher und Yasemin EL-Menouar vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge. Gemischt mit eigenen Erfahrungen aus 20 Jahren Arbeit für Gleichstellung und Frauenrechte, hier in Erfurt durchaus mit einem Augenzwinkern.

Die Referentin Birgit Schuster ist Trainerin für Kommunikation.

25-10212

Mi, 19.02.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
Das Seminar ist gebührenfrei und wird gefördert durch
den Freistaat Thüringen Ministerium für
Bildung, Jugend und Sport.,
VHS
Birgit Schuster

Politischer Aschermittwoch - 6 Monate nach der Landtagswahl in Thüringen - Ein Rück- und Ausblick

Sechs Monate nach der Landtagswahl wagen wir einen ersten Rückblick auf das vergangene halbe Jahr. Wie schlägt sich die neue (Minderheits-)Regierung? Welche Rolle spielen die beiden Oppositionsfractionen? Wie wird sich der politische Diskurs in den nächsten 4,5 Jahren

verändern? Einige der Fragen sollen aufgeworfen und diskutiert werden. Gern gemeinsam mit allen Teilnehmenden.

Passend zum (politischen) Aschermittwoch sollen Satire und Humor auch nicht zu kurz kommen.

25-10223

Mi, 05.03.2025, 18:40 - 20:10 Uhr | 2 UStd. | Der Vortrag ist gebührenfrei und wird gefördert durch den Freistaat Thüringen Ministerium für Bildung, Jugend und Sport., VHS
Felix Ehrlich

Bundestagswahl 2025: Gewinner, Verlierer und die Folgen fürs Land?

Die Wählerschaft hat gesprochen. Nun ist die Politik wieder am Zug. Was wird sie aus dem Ergebnis machen? Welche Koalition wird das Land regieren. Und welche Auswirkungen wird die machtpolitische Weichenstellung für die unterschiedlichen Politikbereiche haben? Diese Fragen werden durch einen Impulsvortrag aufbereitet, verbunden mit einer herzlichen Einladung, anschließend ausführlich über die Wahl und die Lage der Republik zu diskutieren.

25-10224

Der Termin für diesen Kurs steht aufgrund der vorgezogenen Bundestagswahlen noch nicht fest und wird rechtzeitig auf unserer Homepage bekannt gegeben. | Der Vortrag ist gebührenfrei und wird gefördert durch den Freistaat Thüringen Ministerium für Bildung, Jugend und Sport., VHS
Prof. Dr. Oliver Lembcke

Was wird die Bundestagswahl 2025 bringen?

Mit großen Hoffnungen ist die Ampel gestartet. Sie wollte die Republik erneuern, steckt aber seit längerer Zeit in einem Umfragetief. Wird es eine Fortsetzung geben? Oder kommt es nach all den Querelen in und um die Ampel zu einem Wechsel? Die Union scharrt schon seit einiger Zeit mit den Hufen, hat aber mit der AfD einen starken Konkurrenten auf der rechten Seite des politischen Spektrums bekommen. Und welche Relevanz geht von dem neuen Akteur BSW aus? Ist das Bündnis der Todesstoß für die Linke? Um diese Fragen wird es in der Abendveranstaltung

gehen. Und reichlich Zeit, um über die Antworten zu sprechen, wird es auch geben.

25-10225

Der Termin für diesen Kurs steht aufgrund der vorgezogenen Bundestagswahlen noch nicht fest und wird rechtzeitig auf unserer Homepage bekannt gegeben. |

Der Vortrag ist gebührenfrei und wird gefördert durch den Freistaat Thüringen Ministerium für Bildung, Jugend und Sport., VHS
Prof. Dr. Oliver Lembcke

Die Vergemeinschaftung der europäischen Verteidigungspolitik

25-10226

Di, 29.04.2025, 18:00 - 19:30 Uhr | 2 UStd. | Der Vortrag ist gebührenfrei und wird gefördert durch den Freistaat Thüringen Ministerium für Bildung, Jugend und Sport
VHS
Dr. Robert Böttner

Amtssprache leicht gemacht - Aufbau, Sinn und Sprache von Behördenpost verstehen

In diesem Kurs wird der Aufbau von Verwaltungsakten erläutert und über die für Bürgerinnen und Bürger relevanten Passagen aufgeklärt. Zudem werden sprachliche Besonderheiten bürokratischer Schriften aufgedeckt. Schlussendlich erhalten die Teilnehmenden einen Ausblick, wie sie auf diese Schreiben reagieren können.

Fragen und Einwände der Teilnehmenden sind ausdrücklich erwünscht. Eine Rechtsberatung findet nicht statt.

25-10252

Di, 11.03.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. | Der Vortrag ist gebührenfrei und wird gefördert durch den Freistaat Thüringen Ministerium für Bildung, Jugend und Sport., VHS
Sebastian Nehk

Bildungsgerechtigkeit in der Schule

- Bildungsgerechtigkeit ist mehr als Chancengleichheit
- UNBRK gilt auch für das Schulwesen, gegliedertes Schulsystem in Deutschland wird dem nicht gerecht,
- trotzdem kann mehr für Bildungsgerechtigkeit und Demokratie in der Schule gemacht werden,
- Schule im 21. Jh. braucht viele Akteure - multiprofessionelle Teams, Eltern, außerschulische Partner
- das Seminar geht auf das MUSS und KANN ein,
- Demokratie in der Schule betrifft auch das Mitwirken von Eltern
- anhand von Beispielen werden Möglichkeiten aufgezeigt.

25-10254

Do, 27.03.2025, 18:40 - 20:10 Uhr | 2 UStd. | Der Vortrag ist gebührenfrei und wird gefördert durch den Freistaat Thüringen Ministerium für Bildung, Jugend und Sport., VHS
Falko Stolp

Der Mauerradweg - Vortrag

Der Berliner Mauerradweg kennzeichnet den Verlauf der ehemaligen DDR-Grenzanlagen zu West-Berlin. Er führt über rund 160 Kilometer um die einstige Halbstadt herum. In den meisten Abschnitten verläuft die Rad- und Wanderroute auf dem ehemaligen Zollweg (West-Berlin) oder auf dem so genannten Kolonnenweg, den die DDR-Grenztruppen für ihre Kontrollfahrten angelegt hatten. Historisch interessante Abschnitte, in denen sich noch Mauerreste oder Mauerspuren auffinden lassen, wechseln mit landschaftlich reizvollen Strecken, die die Freude über die wiedergewonnene Einheit des Landes wachrufen.

Der Vortrag kann auch als Vorbereitung für entsprechende Radtouren in Berlin dienen.

25-10255

Do, 03.04.2025, 18:40 - 20:10 Uhr | 2 UStd. | Der Vortrag ist gebührenfrei und wird gefördert durch den Freistaat Thüringen Ministerium für Bildung, Jugend und Sport., VHS
Falko Stolp

Europa entdecken mit der Bahn - Entwicklungspotentiale Bahnverkehr

Entspannt durch Amsterdam radeln, das Colosseum in Rom besichtigen oder zum Sightseeing nach Stockholm – liegt oft nur eine Bahnfahrt entfernt. Und eins ist klar: Der nächste Urlaub kommt bestimmt. Die Veranstaltung zeigt vielfältige Möglichkeiten, mit der Bahn Europa zu entdecken. Dabei werden auch Entwicklungspotentiale des Bahnverkehrs in Europa und in Erfurt und die Bahnpolitik in Deutschland und Europa diskutiert. Der Kurs bietet auch die Möglichkeit, praktische Reiseplanungen zu erproben.

25-10256

Do, 18.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr | 2 UStd. | Der Vortrag ist gebührenfrei und wird gefördert durch den Freistaat Thüringen Ministerium für Bildung, Jugend und Sport., VHS
Falko Stolp

Philosophie und Politik in der Geschichte - Von Sokrates bis zur Postmoderne – Der Weg des abendländischen Denkens – oder die Geschichte der europäischen Philosophie

- Die Vorsokratiker
- Die goldene Zeit der altgriechischen Philosophie, Sokrates, Platon, Aristoteles
- Die Denkschulen der Spätantike in Griechenland und Rom. Stoiker und Epikuräer
- Philosophische Systeme im Mittelalter, Thomas von Aquin und die neue Schule der Franziskaner Duns Scotus gegen Thomas Thomisten Scotisten.
- Der Geist des Menschen erwacht – Die Aufklärung Sensualisten gegen Empiriker res cogitans res extensa Rene Descartes John Locke Voltaire Immanuel Kant
- Die Reformation und die Gegenreformation
- Der Positivismus Comte Darwin Naturwissenschaften der Weg zum Marxismus
- Der Existenzialismus
- Philosophie und Ethik Hans Jonas Habermas Popper u. a.
- Die Postmoderne

25-10259

Mi, ab 01.10.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
5 Wochen | 10 UStd. |

Das Seminar ist gebührenfrei und wird
gefördert durch den Freistaat Thüringen
Ministerium für Bildung, Jugend und Sport.,
VHS

Hartmut Lippold, OKR i.R.

Online Vortrag - Wessen Weltherrschaft? Das Verhältnis der beiden Supermächte USA und China

In den Augen der Weltöffentlichkeit ist die Beziehung zwischen den USA und der VR China entscheidend für die Internationale Politik im 21. Jahrhundert. Offen bleibt, wie diese beiden Staaten miteinander umgehen werden. Klar ist jedoch, dass von diesem Verhältnis erhebliche Wirkungen ausgehen, nicht nur in den verschiedenen Regionen (von Asien bis zur Arktis), sondern ebenso in zahlreichen Politikfeldern (von der Ökonomie bis zur Ökologie). Die Veranstaltung gibt eine Übersicht über die unterschiedlichen Interessen der beiden Supermächte und die zahlreichen Konflikte, in denen sich beide gegenüberstehen; und sie lädt dazu ein, über die Auswirkungen auf Europa und auf die deutsche Politik zu diskutieren.

25-10260

Mo, 20.01.2025, 18:30 - 20:45 Uhr | 3 UStd. |

Der Vortrag ist gebührenfrei und wird
gefördert durch den Freistaat Thüringen
Ministerium für Bildung, Jugend und Sport.,
Webseminar

Prof. Dr. Oliver Lembcke

Online Vortrag - Russland verstehen? Über die Ziele und Strategien russischer Geopolitik

Als Atommacht ist Russland nach wie vor auf Augenhöhe mit den USA. Vor diesem Hintergrund gewinnen regionale Konflikte, vor allem im postsowjetischen Raum, an globaler Bedeutung. Was ist das Ziel der russischen Geopolitik? Welche Strategie verfolgt die russische Führung in Osteuropa und Eurasien? Ist Putin nur ein Getriebener einer korrupten Clique, die bereit ist, jedes Mittel zum eigenen politischen Überleben einzusetzen. Oder hat die Ablehnung

„des Westens“ schon einen systematischen Charakter wie zu Zeiten des Ost-West-Konflikts? Über diese und weitere Fragen soll auf der Veranstaltung diskutiert werden.

25-10261

Mo, 14.04.2025, 18:30 - 20:45 Uhr | 3 UStd. |

Der Vortrag ist gebührenfrei und wird
gefördert durch den Freistaat Thüringen
Ministerium für Bildung, Jugend und Sport.,
Webseminar

Prof. Dr. Oliver Lembcke

Online Vortrag - vhs.wissen live: Wissenschaftsgläubigkeit: Politik und Anti- Politik

Ob Klima-, Umwelt- oder Gesundheitskrise: Die Machtworte der Wissenschaft verheißen Abhilfe im Zeichen moderner Sachrationalität. Tatsächlich aber verbündet sich hier naive Wissenschaftsgläubigkeit mit einem tendenziell undemokratischen Machtanspruch. Im Mehrheitsprinzip wird Freiheit gewährleistet. Demokratische Herrschaft verbindet sie mit politischen Rationalitätserwartungen. Aktivistische Wissenschaft oder szientistische Politik setzen hingegen einseitig auf das alternativlose Regime einer unbedingten Wahrheit.

Das „Follow the Science!“ hat in modernen Wissenschaftsgesellschaften viel für sich. Öfter bedeutet es jedoch bloß ein „Schluss mit der Diskussion! Die Zeiten sind zu ernst.“

Wie dieser Vortrag anhand aktueller Beispiele zeigt, kann der Szientismus schnell autoritär werden – zum Schaden der liberalen Demokratie wie ihrer Fähigkeit, epochale Herausforderungen klug und wirksam zu bearbeiten.

Peter Strohschneider lehrte Literaturwissenschaft an der Ludwig-Maximilians-Universität München (LMU).

Er war unter anderem Vorsitzender des Wissenschaftsrats und der Zukunftskommission Landwirtschaft sowie Präsident der Deutschen Forschungsgemeinschaft (DFG).

25-102610

Fr, 17.01.2025, 19:30 - 21:00 Uhr | 2 UStd. |

gebührenfrei,
Webseminar

Prof. Dr. Peter Strohschneider

Online Vortrag - vhs.wissen live: Klimahandel – Wie unsere Zukunft verkauft wird

Seit über einem halben Jahrhundert wissen wir um die erschreckenden Auswirkungen von Umweltzerstörung und Klimawandel. Zwar häufen sich internationale Umwelt- und Klimakonferenzen, doch warum handeln wir nicht konsequent gegen die verheerenden Bedrohungen?

Mojib Latif wendet sich in diesem Vortrag der Frage zu, warum unsere Welt trotz besseren Wissens weiterhin auf gefährliche Weise den Ast absägt, auf dem sie sitzt.

Er stellt die unbequemen Fragen nach dem Versagen der Politik und den Interessen weniger mächtiger Konzerne, die von dieser fatalen Entwicklung profitieren und zeigt Wege auf, wie dennoch durch globale Zusammenarbeit die Zukunft nachfolgender Generationen gerettet werden kann.

Mojib Latif ist Professor am GEOMAR Helmholtz-Zentrum für Ozeanforschung Kiel. Seit Januar 2022 ist er Präsident der Akademie der Wissenschaften in Hamburg.

25-102611

Mi, 22.01.2025, 19:30 - 21:00 Uhr | 2 UStd. |

gebührenfrei,

Webseminar

Prof. Dr. Mojib Latif

Online Vortrag - vhs.wissen live: Die sieben Todsünden: Menschheitswissen für das Zeitalter der Krise

Wir leben im Zeitalter der Krise – und haben doch kaum eine Vorstellung davon, wie wir dem Imperativ des «Immer mehr» entkommen können. Dabei kannten unsere Vorfahren, wie Annette Kehnel zeigt, doch Mittel und Wege. Sie nimmt uns mit auf eine Reise in die Antike und ins Mittelalter, wo sie jahrtausendealtes Menschheitswissen entdeckt – ausgerechnet in den sieben Todsünden, die sie als Lehre vom Umgang mit der Naturgewalt Mensch neu interpretiert. Jede der Todsünden spiegelt eine Bedingung unserer menschlichen Existenz: So geht es bei luxuria (Wollust) letztlich um maßvollen Konsum, bei avaritia (Habgier) um die Einsicht, dass Besitz und Reichtum

beschränkt werden müssen; ira (Zorn) bearbeitet Aggression und Gewalt, invidia (Neid) die Kehrseite von ungezügelter Wettbewerb und superbria (Hochmut) unser Streben nach Status und Macht.

Prof. Dr. Annette Kehnel lehrt Mittelalterliche Geschichte an der Universität Mannheim. Ihr Buch «Wir konnten auch anders» wurde mit dem NDR-Sachbuchpreis ausgezeichnet.

25-102612

Mo, 03.02.2025, 19:30 - 21:00 Uhr | 2 UStd. |

gebührenfrei,

Webseminar

Prof. Dr. Annette Kehnel

Online Vortrag - vhs.wissen live: Less is more? - Zur Psychologie von Konsumreduktion und nachhaltigem Konsum

Unser Konsumverhalten beeinflusst in vielen Bereichen wie z.B. Mobilität, Ernährung und Reisen den globalen CO₂-Ausstoß. In der Diskussion um nachhaltiges Verhalten wird deshalb unter dem Stichwort Suffizienz oft eine Reduktion des individuellen Konsums gefordert. Der Vortrag geht der Frage nach, welche psychologischen Faktoren beeinflussen, ob und wann Menschen bereit sind, ihren Konsum zu reduzieren, und welche Interventionen nachhaltigen Konsum fördern können.

Prof. Dr. Oliver Büttner lehrt Wirtschaftspsychologie an der Universität Duisburg-Essen.

25-102614

Do, 06.02.2025, 19:30 - 21:00 Uhr | 2 UStd. |

gebührenfrei,

Webseminar

Prof. Dr. Oliver Büttner

Online Vortrag - vhs.wissen live: Shakyamuni Buddha – Historische Gestalt und zeitloses Vorbild

Die verschiedenen Lebensgeschichten des Buddha stellen für Buddhisten und Buddhismusforscher gleichermaßen eine Herausforderung dar, wenn es darum geht, wie sie all das reiche Material betrachten. Indem ich versuche, „Buddha als historische Person“ neu zu erfassen und seine intellektuelle und religiöse Weltsicht mit den vielen posthumen Legenden in Einklang zu bringen, rekonstruiere ich eine Biographie,

die natürlich virtuell, aber gleichzeitig realistisch ist.

Prof. Dr. Helwig Schmidt-Glintzer hatte nach einem Studium der Sinologie und diversen Forschungsreisen nach Ostasien von 1981 bis 1993 den Lehrstuhl für Ostasiatische Kultur- und Sprachwissenschaft an der Universität München inne, bevor er von 1993 bis 2015 als Direktor der Herzog August Bibliothek Wolfenbüttel tätig war. Er ist heute Direktor des China Centrums Tübingen.

25-102615

So, 09.02.2025, 19:30 - 21:00 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Webseminar
Prof. Dr. Helwig Schmidt-Glintzer

Online Vortrag - vhs.wissen live: Grüner Kolonialismus – wie eine NGO große Teile Afrikas beherrscht

Die NGO „African Parks“ verwaltet eine Fläche von der Größe Großbritanniens. Die Organisation unterhält bewaffnete Kräfte mit weitgehenden Befugnissen zum Schutz der Gebiete – vor Terroristen, vor Wilderern und vor der Bevölkerung. Einheimische dürfen das von ihnen traditionell genutzte Land nicht mehr betreten, es kommt zu Folter und Vergewaltigung. Der Safari-Tourismus, Spenden von Milliarden und westlichen Regierungen – auch der deutschen – bringen reiche Einnahmen. An der Spitze steht eine weiße Elite, die alles daransetzt nur schöne Bilder von Großwild und intakter Natur nach außen dringen zu lassen. Olivier van Beemen hat drei Jahre lang über die Organisation recherchiert, unzählige Insider, Aussteiger und Anwohner der Parks befragt und sich nicht von Verhaftung, Spionagevorwürfen und Abschiebung abschrecken lassen. In seinem Vortrag zeigt er, was die Militarisierung des Naturschutzes anrichtet, wie die einheimische Bevölkerung drangsaliert wird und wie eine weiße Exekutive ohne demokratische Kontrolle im Namen einer „unberührten“ – menschenleeren – Natur herrscht.

Olivier van Beemen ist ein niederländischer investigativer Journalist, der sich vor allem mit Afrika beschäftigt. 2019 wurde er mit dem „Tegel“, dem wichtigsten niederländischen Journalistenpreis, ausgezeichnet. Seine Artikel

erscheinen in internationalen Zeitungen wie The Guardian oder Le Monde.

25-102616

Mi, 12.02.2025, 19:30 - 21:00 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Webseminar
Olivier Van Beemen

Online Vortrag - vhs.wissen live: Schönheit der Astrophysik

Die Astronomie gehört zu den schönsten Wissenschaften überhaupt, weil wir mit ihr faszinierende und atemberaubend ästhetische Aufnahmen gewinnen. Einen großen Anteil daran haben Weltraumteleskope wie Hubble oder neuerdings James Webb. Doch auch andere Instrumente und Methoden der Astrophysik liefern Bilder, die einen großen Reiz ausüben. Dr. Andreas Müller entführt sein Publikum in die Magie der astronomischen Aufnahmen und tritt den Beweis an: Die Schönheit der Bilder wird noch tiefer empfunden, wenn man sie mit etwas mehr wissenschaftlichem Hintergrundwissen betrachtet.

Andreas Müller ist Astrophysiker und Chefredakteur von „Sterne und Weltraum“.

25-102617

Mo, 17.02.2025, 19:30 - 21:00 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Webseminar
Dr. Andreas Müller

Online Vortrag- vhs.wissen live: Dürer im Zeitalter der Wunder: Kunst und Gesellschaft an der Schwelle zur globalen Welt

1511 fasst Albrecht Dürer einen radikalen Entschluss: Nachdem er sich mit dem Frankfurter Kaufmann Jacob Heller wegen eines Auftrages zerstritten hat, hört er auf Altarbilder zu malen und wendet sich anderen Werken zu. Dieser Konflikt ist dabei wie eine Linse, durch die man die neue Beziehung zwischen Kunst, Sammeln und Handel in Europa bis zum Dreißigjährigen Krieg beobachten kann. Denn mit dem beginnenden 16. Jahrhundert wurde Kunst Teil eines wachsenden Sektors von Luxusgütern und vollzog eine umfassende Kommerzialisierung. Kaufleute und ihre Mentalität waren entschei-

dend für ihre Verbreitung und Entstehung. In ihrem Vortrag bringt uns die Historikerin die Gedanken- und Gefühlswelten Albrecht Dürers und den Kaufleuten seiner Zeit näher. Anhand von originalen Schriftstücken, Briefverläufen und Bildern zeichnet Prof.Dr. Ulinka Rublack eindrucksvoll die Geschichte Dürers, seines Werks und des aufkommenden europäischen Kunst- und Handwerksmarkts nach.

Prof. Dr. Ulinka Rublack lehrt seit 1996 Europäische Geschichte der Frühen Neuzeit in Cambridge. 2019 wurde sie mit dem Preis des Historischen Kollegs ausgezeichnet.

25-102619

Di, 25.02.2025, 19:30 - 21:00 Uhr | 2 UStd. |

gebührenfrei,

Webseminar

Prof. Dr. Ulinka Rublack

Online Vortrag - vhs.wissen live: Die drei Ringe. Warum die Religionen erst im Mittelalter entstanden sind.

Das Grab des Propheten Ezechiel in der Nähe von Bagdad war im Mittelalter Ziel von jüdischen, muslimischen und christlichen Pilgern. An diesem und vielen anderen Beispielen zeigt Dorothea Weltecke anschaulich, wie intensiv sich die Glaubensgemeinschaften austauschten. Gemeinsam bauten sie eine neue kulturelle Landschaft. Dass ihre Traditionen miteinander verwandt waren, wussten Juden, Christen und Muslime im Mittelalter. In der Parabel von den drei Ringen streiten die Brüder jedoch über das Erbe, das sie von ihrem gemeinsamen Vater bekommen haben. Problematisch für das Verhältnis der Glaubensgemeinschaften zueinander wurden im Mittelalter nicht ihre Wahrheitsansprüche, sondern neue rechtliche Unterscheidungen zwischen Gläubigen, nur Geduldeten und Nichtgeduldeten.

Prof. Dr. Dorothea Weltecke lehrt Europäische Geschichte des Mittelalters an der Humboldt-Universität zu Berlin, zuvor war sie in Frankfurt am Main. In Konstanz war sie zehn Jahre lang Professorin für die Geschichte der Religionen. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Wissenschaftsportal L.I.S.A der Gerda Henkel Stiftung statt.

25-102620

So, 09.03.2025, 19:30 - 21:00 Uhr | 2 UStd. |

gebührenfrei,

Webseminar

Prof. Dr. Dorothea Weltecke

Online Vortrag - vhs.wissen live: Pop-up-Propaganda: Epikrise der russischen Selbstvergiftung

Während innerhalb Russlands das Verbot kritischer Medien eine beinahe karikaturhafte Erzählung über traditionelle Werte und die Notwendigkeit der »Militärischen Spezialoperation« hervorbringt, arbeiten sorgfältig geplante Propagandaaktionen im Rest der Welt an der Destabilisierung demokratischer Gesellschaften. Ein planmäßiger Wahnsinn überzieht das Land. Er zeigt sich in inflationär gebrauchten Euphemismen und Hassreden, als Denunziation und in einem bis ins Subtilste durchdachten Strafregime. Und es ist ein Wahnsinn mit Geschichte. Denn die Gewalt, die die russische Gesellschaft unerbittlich im Griff hat, ist eine Fortführung der paranoiden Suche nach Feinden, der nächtlichen Verhaftungen, Durchsuchungen und Folterungen sowie der Gulags aus dem Sowjetregime – in grellem, neuem Gewand und verschmolzen mit dem Gangstertum der Neunzigerjahre.

In diesem Vortrag zeigt Irina Rastorgueva aus der eigenen Erfahrung und anhand kremlkritischer und russlandtreuer Autoren das Wirken der russischen Selbstvergiftung.

Irina Rastorgueva studierte Philologie an der Staatlichen Universität Sachalin und arbeitete als Kulturjournalistin für mehrere russische Zeitschriften und Radiosender. Sie ist Autorin zahlreicher wissenschaftlicher Artikel über die Theorie und Geschichte der Literatur und des Journalismus des 20. Jahrhunderts. Von 2011 bis 2017 war sie Dramaturgin am Tschechow-Theater Sachalin. Seit 2017 arbeitet sie als Autorin und Grafikerin in Berlin. Sie schreibt u. a. für die FAZ, die NZZ und das Magazin Osteuropa.

25-102621

So, 16.03.2025, 19:30 - 21:00 Uhr | 2 UStd. |

gebührenfrei,

Webseminar

Irina Rastorgueva

Online Vortrag - vhs.wissen live: Wasser für die Welt – klimaresilientes Wassermanagement angesichts klimatischer und geopolitischer Herausforderungen

Wasser ist Leben, Wasser eint, trennt und schürt Konflikte. In einer klimatisch und geopolitisch aufgeheizten Welt verschärfen sich die Herausforderungen um Wasser substanziell. Unsicherheit wird Normalität, Grenzen der Beherrschbarkeit könnten überschritten werden. Notwendig ist ein klimaresilientes Wassermanagement mit langfristigem Blick, das Wasser in Flüssen, Seen und Grundwasser, sowie im Boden gebundenes Wasser zusammendenkt und flexibel auf Veränderungen reagieren kann. Dazu braucht es einen gestaltenden Staat, ebenso wie privatwirtschaftliche Initiative. Es braucht globale Kooperation aber auch selbstorganisierte Strukturen und nicht zuletzt eine starke begleitende Wissenschaft. Wie können wir diesen Herausforderungen begegnen und die notwendigen Prozesse initiieren?

Prof. Dr. Karen Pittel, ifo Institut und acatech Präsidiumsmitglied, lehrt Volkswirtschaftslehre an der Universität München (LMU) und berichtet hier als Co-Vorsitzende des WBGU zu dessen aktuellem Gutachten „Wasser in einer aufgeheizten Welt“.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der acatech statt.

25-102622

Di, 25.03.2025, 19:30 - 21:00 Uhr | 2 UStd. |

gebührenfrei,

Webseminar

Prof. Dr. Karen Pittel

Online Vortrag - vhs.wissen live: Wenn Russland gewinnt: Ein Szenario

Nachdem die russischen Truppen die unter massivem Munitions- und Personalmangel leidenden Stellungen der ukrainischen Armee im Süden und Osten des Landes durchbrochen haben, rücken sie erneut bis nach Kiew vor - diesmal erfolgreich. Präsident Selensky und seine Regierung werden gestürzt, ein autoritäres Marionettenregime von Moskaus Gnaden rückt an ihre Stelle. Die Amerikaner haben sich militärisch inzwischen weitgehend aus Europa zurückgezogen, um alle Kräfte auf den drohenden

Krieg mit China im Pazifik zu konzentrieren. Deutschland und Frankreich haben es immer noch nicht geschafft, eine schlagkräftige europäische Sicherheitsallianz aufzubauen. Und am frühen Morgen eines milden Märztes im Jahr 2028 rücken russische Panzer im Baltikum ein. Im NATO-Hauptquartier in Brüssel muss eine Entscheidung getroffen werden, bevor die Dinge ihren Lauf nehmen ...

Es ist nur ein hypothetisches Zukunftsszenario, das der renommierte Politikwissenschaftler und Militärexperte Carlo Masala in seinem Vortrag entwirft – aber es zeigt auf besonders drastische Weise, was heute auf dem Spiel steht. Prof. Dr. Carlo Masala lehrt Internationale Politik an der Universität der Bundeswehr.

25-102623

Do, 27.03.2025, 19:30 - 21:00 Uhr | 2 UStd. |

gebührenfrei,

Webseminar; Prof. Dr. Prof. Carlo Masala

Online Vortrag - vhs.wissen live: Raus aus der Abhängigkeit: Wie sichern wir die Rohstoffversorgung für Deutschland?

Welche Rolle können primäre Rohstoffe aus heimischen Lagerstätten spielen? Wie kann Deutschland auf den internationalen Rohstoffmärkten handlungsfähig werden? Wie können wir unsere hohen Abhängigkeiten bei kritischen Metallen und Mineralien verringern? Es ist höchste Zeit, neue Wege für unsere Rohstoffversorgung einzuschlagen.

Prof. Dr. Jens Gutzmer leitet als Gründungsdirektor das Helmholtz-Institut Freiberg für Ressourcentechnologie, welches zum Helmholtz-Zentrum Dresden-Rossendorf gehört. Er ist Professor für Erzlagerstätten und Geometallurgie an der TU Bergakademie Freiberg. Zudem hat er eine Gastprofessur in der Paleoproterozoic Mineralization Research Group im Department of Geology der Universität Johannesburg, Südafrika inne. Er ist Mitglied der Deutschen Akademie der Technikwissenschaft (acatech). Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der acatech statt.

25-102624

Di, 08.04.2025, 19:30 - 21:00 Uhr | 2 UStd. |

gebührenfrei,

Webseminar; Prof. Dr. Jens Gutzmer

Online Vortrag - vhs.wissen live: a matter of taste - Wie kommt der Geschmack in unser Essen?

Obst, Gemüse, Gewürze erkennen wir mit geschlossenen Augen. Aber wie entstehen diese Eigenschaften? Welche chemischen Verbindungen stecken dahinter? Für Farbe, Duft und Geschmack in unserem Essen sind pflanzliche Sekundärstoffe verantwortlich. Carotine sorgen zum Beispiel dafür, dass Möhren orange aussehen. Furanol ist für das Erdbeeraroma zuständig und Valencen für den Geschmack einer Orange. Auch die Wirkung von Arzneipflanzen wie Ingwer, Salbei und Kamille geht auf Sekundärstoffe zurück. Anbauflächen werden allerdings immer knapper und die Bewässerung von Pflanzen in vielen Erdregionen immer schwieriger durch den Klimawandel. Hier kommen die Mikroalgen ins Spiel, ein Rohstoff für die Zukunft. Sie können sich extrem gut anpassen, gedeihen in Salzwasser und sind wie Pflanzen in der Lage Kohlendioxid zu fixieren und in Zucker und Sauerstoff umzusetzen. Ilka Axmann ist Professorin für Synthetische Mikrobiologie und trainiert Mikroalgen darauf, pflanzliche Aromen und Farbstoffe anzunehmen.

25-102625

Do, 10.04.2025, 19:30 - 21:00 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Webseminar
Prof. Dr. Ilka Axmann

Online Vortrag - vhs.wissen live: Dialektik der Hure: Von der „Prostitution“ zur „Sex-Arbeit“

Die Hure ist in den Worten Walter Benjamins »Verkäuferin und Ware in einem«. Sie verdinglicht sich zum käuflichen Objekt und bleibt doch unverfügbares Subjekt. Bis in die Debatten der aufgeklärten Gegenwart erscheint sie zugleich als preisgegebenes Opfer und arbeitsscheue Betrügerin. Die Prostitution zeigt sich als unverzichtbare Einrichtung und zu bekämpfendes Übel. Wie sehr das auch mit dem bürgerlichen Blick auf Frauen und ihre Körper zu tun hat, der zu jeder Zeit Kontrolle und Voyeurismus, Distanz und Neugier gleichermaßen ist, untersucht Theodora Becker in dem Vortrag

und fragt nach der Ambivalenz der sexuellen Ware, die diesen Zuschreibungen und Umgangsweisen zugrunde liegt. Dabei verfolgt sie anhand der Prostitution den Zusammenhang von Subjektivität, Sexualität, Warenform und Arbeit in der bürgerlichen Gesellschaft, sowie seine Wandlungen seit dem 19. Jahrhundert. Dr. Theodora Becker studierte Philosophie, Politik- und Kulturwissenschaften und lebt in Berlin.

25-102627

So, 27.04.2025, 19:30 - 21:00 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Webseminar
Dr. Theodora Becker

Online Vortrag - vhs.wissen live: Tiere in der antiken und islamischen Philosophie

Antike Philosophen vertraten bei der Bewertung von Tieren ganz unterschiedliche Positionen. Während Aristoteles und die Stoiker Tiere aufgrund ihrer fehlenden Vernunft und Sprache scharf vom Menschen abgrenzten, bewerteten andere philosophische Strömungen Tiere völlig anders.

Insbesondere Autoren der Spätantike und der islamischen Welt schrieben Tieren durchaus rationale Fähigkeiten zu. Einige Denker waren sogar überzeugt, dass Tiere Sprache benutzten. Im Vortrag werden diese Positionen vorgestellt und auf die ethischen Konsequenzen eingegangen, wie wir Menschen Tiere behandeln sollten. Prof. Dr. Peter Adamson lehrt Philosophiegeschichte an der LMU München. Zu seinen Forschungsschwerpunkten zählt die Philosophie der Antike und der islamischen Welt.

25-102629

So, 04.05.2025, 19:30 - 21:00 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Webseminar
Prof. Dr. Peter Adamson

Online Vortrag - vhs.wissen live: Computerspielstörung, problematische Nutzung sozialer Netzwerke und mehr: Psychologie der Internetnutzungsstörungen

Die Computerspielstörung wurde unlängst von der WHO als Verhaltenssucht in das internationale Klassifikationssystem von Erkrankungen

aufgenommen. Über (Online-) Spiele hinausgehend werden auch andere Internetapplikationen suchartig genutzt, wie beispielsweise Online-Shoppingseiten, soziale Netzwerke und Online-Pornografie. Im Vortrag werden die aktuellen diagnostischen Kriterien vorgestellt, theoretische Störungsmodelle zusammengefasst und der aktuelle Forschungsstand zu psychologischen und neurobiologischen Prozessen der onlinebezogenen Verhaltenssuchte skizziert. Abschließend werden Ansätze für Prävention und Therapie diskutiert.

Prof. Dr. Matthias Brand, Diplom in Psychologie 1999 an der Universität Koblenz-Landau, 2001 Promotion und 2005 Habilitation an der Universität Bielefeld. Er ist Professor für Allgemeine Psychologie und Kognition an der Fakultät für Informatik der Universität Duisburg-Essen und Direktor des Erwin L. Hahn Institute for Magnetic Resonance Imaging in Essen. Zudem ist er wissenschaftlicher Leiter des Center for Behavioral Addiction Research (CeBAR) an der Medizinischen Fakultät der Universität Duisburg-Essen.

25-102631

Mi, 07.05.2025, 19:30 - 21:00 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Webseminar
Prof. Dr. Matthias Brand

Online Vortrag - vhs.wissen live: Der Zeitpächter. Einiges über Goethe und Italien.

Mehrmals geriet Goethe auf seiner italienischen Reise in Situationen, in denen er glauben wollte, aus der eigenen Zeit gefallen und in der Antike oder in einer Art Nicht-Zeit gelandet zu sein. Wir meinen, dieses Gefühl wiederzuerkennen. Doch so ist es nicht: Goethe hatte, noch dem 18. Jahrhundert gemäß, andere Vorstellungen von Zeit und Geschichte, als wir sie hegen – erkennbar etwa an seiner Beschreibung italienischer Gasthäuser, an der Schilderung seiner Ankunft auf Sizilien, an seinen Äußerungen über Palladio oder auch an seinen Versuchen, die „Urpflanze“ zu entdecken.

Thomas Steinfeld war Literaturchef der FAZ und anschließend Leiter des Feuilleton der SZ. Von 2006-2018 lehrte er als Professor für Kulturwissenschaften an der Universität Luzern. Er hat u.a. zu Goethe, Italien und Marx viel beachtete Publikationen vorgelegt.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Casa di Goethe in Rom statt.

25-102633

Mi, 14.05.2025, 19:30 - 21:00 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Webseminar
Thomas Steinfeld

Online Vortrag - vhs.wissen live: Papst und Zeit. Vom Weltreich zur Weltkirche?

Das Imperium Romanum und die römisch-katholische Kirche verkörpern zwei völlig verschiedene, aber zugleich auch verwandte Institutionen: zwei erfolgreiche Modelle eines politischen / rechtlichen / ethischen Universalismus, der sich im Prinzip an alle Menschen richtet. Die ewige Stadt zieht ihren Nimbus – und auch ihren kulturellen Reichtum – aus beiden Modellen: aus dem Machtanspruch einer weltlich stabilen Friedensordnung für den ganzen Erdkreis – und aus dem Heilsversprechen einer allen Menschen zugänglichen himmlischen Seligkeit. Der Papst, der römische Chef der katholischen Weltkirche, hat im 19. Jahrhundert zwar jede weltliche Herrschaft aufgeben müssen, seine kirchliche Zentralmacht jedoch weiter verstärkt und perfektioniert. Wie konnte, wie kann dieses Paradox funktionieren? Prof. Dr. Otto Kallscheuer ist ein deutscher Philosoph und politischer Theoretiker. Er unterrichtete und forschte u.a. an den Universitäten Rom, Princeton, Sassari, Osnabrück und der Columbia University. Er ist Autor des 2024 bei Matthes & Seitz erschienen Buches „Papst und Zeit: Heilsgeschichte und Weltpolitik“. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Casa di Goethe in Rom statt.

25-102635

Do, 15.05.2025, 19:30 - 21:00 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Webseminar
Prof. Dr. Kallscheuer

Online Vortrag - vhs.wissen live: Der jiddische Witz

Der jiddische Witz ist mehr als die Summe der Witze, mit denen Ostjuden über sich selbst lachten. Er ist Geist, „esprit“, ja schwarzer Humor angesichts einer absurden Luftmenschen-

Existenz. Der israelische Schriftsteller und Germanist Jakob Hessing erschließt kurzweilig das ironische Potential der jiddischen Sprache und erklärt, warum jiddischer Witz und jiddische Literatur aufblühten, als das Ostjudentum seiner Vernichtung entgegen ging.

Prof. Dr. Jakob Hessing wurde 1944 im Versteck bei einem polnischen Bauern geboren, wuchs in Berlin auf und emigrierte 1964 nach Israel. Bis zu seiner Emeritierung 2012 war er Professor und Leiter der Germanistischen Abteilung an der Hebräischen Universität Jerusalem. Durch Romane, Essays, Übersetzungen aus dem Hebräischen und Zeitungsbeiträge ist er einer größeren Leserschaft bekannt.

25-102637

Mo, 02.06.2025, 19:30 - 21:00 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Webseminar
Prof. Dr. Jakob Hessing

Führung durch die Gedenk- und Bildungsstätte Andreasstraße



Gedenkstätte Andreasstraße

© Grit Kästner

Führung durch die Dauerausstellung „HAFT DIKTATUR REVOLUTION – THÜRINGEN 1949-1989“ Bittere Scherzfrage: „Wie heißt die längste Straße der Stadt?“ Antwort: „Andreasstraße. Wer einmal hineingeht, kommt so schnell nicht wieder heraus.“ Zum Glück sind die Zeiten, in denen das Wort „Andreasstraße“ in Erfurt für Gefängnis stand, für „Stasi“ und „Stasi-Knast“, unübersehbar vorbei. Am 4. Dezember 1989 besetzten mutige Menschen hier erstmals eine MfS-Bezirksverwaltung. Bei einer speziellen Führung erzählt der Referent über die wechselvolle 140-jährige Geschichte des Hauses und

spricht über den Transformationsprozess vom Ort der Unterdrückung zu einem Ort der Befreiung, der Geschichtsvermittlung und Kultur.

25-10270

Do, 03.04.2025, 16:00 - 17:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Gedenk- und Bildungsstätte,
Andreasstraße 37a
Susanne Scharschmidt

25-10271

Di, 04.11.2025, 16:00 - 17:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Gedenk- und Bildungsstätte,
Andreasstraße 37a
Susanne Scharschmidt

Stadtführung - Vom ersten Friedensgebet bis zur ersten Stasi-Besetzung

1989 demonstrierten ausgehend vom Friedensgebet viele Menschen auf dem Domplatz. Eine Menschenkette aus Tausenden Erfurt*innen rettete die Erfurter Altstadt. Frauen besetzten gemeinsam mit vielen anderen die gefürchtete Stasi. Wie kam es dazu? Was war dem vorausgegangen? Und welche Spuren bürgerlichen Engagements finden sich noch heute in der Stadt? Bei diesem Stadtrundgang besucht Sie mit einem Zeitzeugen oder einer Zeitzeugin wichtige Orte der Friedlichen Revolution in Erfurt und spüren dort den Ereignissen im Herbst 1989 nach. Mögliche Schwerpunkte können dabei sein:

- Die oppositionellen Gruppen
- Die Rettung der Altstadt Erfurt
- Die erste Stasi-Besetzung
- Die Rolle der Kirchen

25-10272

Di, 01.07.2025, 14:00 - 15:00 Uhr | 1,3 UStd. |
gebührenfrei,
Gedenk- und Bildungsstätte,
Andreasstraße 37a

Führung durch den Erinnerungsort Topf & Söhne

Menscheitsverbrechen und Berufsalltag – Topf & Söhne und die Geschäftsbeziehungen zur SS Führung durch die Dauerausstellung Techniker der „Endlösung“



ABENDS IM ARCHIV

BIBLIOTHEK IM AUGUSTINERKLOSTER

Kurs: 25-10106

Dienstag, 13.05.2025, 18:00 bis 19:30 Uhr

Augustinerkloster zu Erfurt

gebührenfrei

Dozent: Dr. Michael Ludscheidt

Der ehemalige Firmensitz von J. A. Topf & Söhne ist ein historischer Ort der Mittäterschaft der Industrie am Holocaust. Das Unternehmen stellte der SS leistungsstarke Öfen für die Beseitigung der Leichen in den Konzentrationslagern zur Verfügung und zögerte nicht, technische Lösungen zur »Optimierung« des Mordens im Vernichtungslager Auschwitz-Birkenau zu liefern.

In der Führung, die Teile des Außengeländes und die Dauerausstellung Techniker der »Endlösung« umfasst, steht die Auseinandersetzung mit zentralen historischen Dokumenten im Zentrum der Betrachtung. Es geht sowohl um die Motive der beteiligten Firmenchefs, Ingenieure, Monteure und Kaufleute als auch um ihre Handlungsoptionen. Die Besucher*innen haben dabei die Möglichkeit, sich über die Geschichte der Firma Topf & Söhne und deren Geschäftsbeziehungen zur SS zu informieren und die durch die Ausstellung aufgeworfene Frage nach der Verantwortung des einzelnen Menschen im beruflichen Alltag im Gespräch zu reflektieren.

In der dialogischen Führung, die Teile des Außengeländes und die Dauerausstellung Techniker der »Endlösung« umfasst, steht die Auseinandersetzung mit zentralen historischen Dokumenten zur Mittäterschaft von J.A. Topf & Söhne an der Shoah im Zentrum der Betrachtung. Die Teilnehmenden haben dabei die Möglichkeit, sich über die Geschichte des Unternehmens und dessen Geschäftsbeziehung zur SS zu informieren und miteinander über die Fragen nach der Verantwortung des einzelnen Menschen im beruflichen Alltag in Austausch zu treten.

25-10274

So, 23.02.2025, 15:00 - 17:15 Uhr | 3 UStd. |
gebührenfrei - Sie können die Arbeit
des Erinnerungsortes mit einer Spende
unterstützen.,
Erinnerungsort Topf & Söhne, Sorbenweg 7

25-10275

So, 31.08.2025, 15:00 - 17:15 Uhr | 3 UStd. |
gebührenfrei - Sie können die Arbeit
des Erinnerungsortes mit einer Spende
unterstützen.,
Erinnerungsort Topf & Söhne, Sorbenweg 7

Exkursion Weimar: Aus Geschichte lernen - Besuch des Museums Zwangsarbeit im Nationalsozialismus

Was halten Sie von folgender Ankündigung:
Die Geschichte der Zwangsarbeit im Nationalsozialismus ist komplex: Im moderierten Ausstellungsrundgang veranschaulichen ausgewählte Fallgeschichten die Lebens- und Arbeitsbedingungen von Zwangsarbeiter:innen, die Handlungsspielräume der Bevölkerung und den langen Weg zur Anerkennung und sogenannten „Wiedergutmachung“ der Verfolgung.
Anfahrt mit Zug
10:00 Uhr Führung im Museum für Zwangsarbeit in Weimar

25-10280

Fr, 14.03.2025, 09:00 - 13:30 Uhr | 6 UStd. |
Die Exkursion ist gebührenfrei und wird
gefördert durch den Freistaat Thüringen
Ministerium für Bildung, Jugend und Sport.,
außer Haus
Susanne Scharschmidt

Busexkursion zur Gedenkstätte Buchenwald

Rundgang über das Gelände mit Bahnhof, Kasernen, Kommandantur, Lagertor, SS-Zoo, Pathologie/Krematorium und nach einer Pause
Option Museumsbesuch
erweiterter Rundgang zu Kleinem Lager, Revierbaracke, Sonderbau, Steinbruch, Villenstraße, Sonderlager Fichtenhain
Treffpunkt: 09:15 Uhr am Busbahnhof Erfurt vor dem InterCity Hotel

25-10287

Sa, 14.06.2025, 09:15 - 17:15 Uhr | 9 UStd. |
Die Exkursion ist gebührenfrei und wird
gefördert durch den Freistaat Thüringen
Ministerium für Bildung, Jugend und Sport.,
außer Haus
Lothar Billep

Busexkursion zur Gedenkstätte Buchenwald/ Speziallager der Sowjets

Thematischer Einstieg am Lagermodell und Besuch der Ausstellung Speziallager der Sowjets
Film „Speziallager II“
Rundgang zu den Gräberfeldern, zentralem Erinnerungsort und zum Ort individueller Erinnerung

Nationale Mahn- und Gedenkstätte Buchenwald ab September 1958 - Welche Schwerpunkte wurden in der DDR gesetzt?

- Besichtigung des ehemaligen Film- und Vortragsraumes und Gedenkraumes aus dem Jahr 1961
- Rundgang über die Villenstraße zum DDR-Mahnmal am Südhang des Ettersberges (Besuch der Ausstellung zum Mahnmal

Treffpunkt: 09:15 Uhr am Busbahnhof Erfurt vor dem InterCity Hotel

25-10288

Sa, 06.09.2025, 09:15 - 17:15 Uhr | 9 UStd. | Die Exkursion ist gebührenfrei und wird gefördert durch den Freistaat Thüringen Ministerium für Bildung, Jugend und Sport., außer Haus
Lothar Billep

Zugexkursion nach Coburg

Am 25.04. fahren wir gemeinsam mit dem Regionalexpress nach Coburg. Durch die neue Zugstrecke benötigt der Zug nur 36 Minuten von Erfurt aus. Um Zugtickets müssen sich die Teilnehmenden bitte individuell kümmern.

Tagesplan:

09:30 Uhr Treffpunkt Erfurt HBF - Vorplatz
09:52 Uhr Abfahrt mit dem RE29 nach Coburg
10:28 Uhr Ankunft in Coburg
11:00 Uhr Führung durch das Rathaus von Coburg und Empfang durch den Oberbürgermeister
13:00 Uhr Mittagessen
15:00 Uhr Führung durch die Veste Coburg (Kunstaussstellung)
17:27 Uhr Rückfahrt nach Erfurt mit dem Regionalexpress

25-10292

Fr, 25.04.2025, 09:30 - 18:00 Uhr | 9,3 UStd. | Die Exkursion ist gebührenfrei und wird gefördert durch den Freistaat Thüringen Ministerium für Bildung, Jugend und Sport., außer Haus; Felix Ehrich

Busexkursion - Regierungsbunker Alt-Ahrweiler und Kanzlerbungalow in Bonn

Während der Gedenkstättenfahrt nach Bonn und Ahrweiler besichtigen wir den Regierungsbunker Alt-Ahrweiler:

Der ehemalige Regierungsbunker im Ahrtal

öffnete 2008 seine atombombensicheren Tore als Museum. Teilbereiche der Anlage stehen den Besuchern offen, laden Jung und Alt aus aller Welt ein. Für den Träger der Dokumentationsstätte, den Heimatverein „Alt-Ahrweiler“, ist dies Herausforderung und Verantwortung zugleich, denn die Mitarbeiter begleiten auf ihrer ca. 1,5-stündigen Bunker-Führung durch eine unterirdische Welt, die noch bis vor kurzem strenger Geheimhaltung unterlag. Ebenso werden wir den Kanzlerbungalow in Bonn besuchen:

Geschichte im Kleinen geschrieben. Im Juni 1989 etwa machen Bundeskanzler Helmut Kohl und das sowjetische Staatsoberhaupt Michail Gorbatschow während eines Spaziergangs im Garten des Bungalows gemeinsam erste Schritte in Richtung Wiedervereinigung. Das einstöckige, schlichte Gebäude mit den bodentiefen Fenstern an allen Seiten wird speziell als Repräsentationsort und Wohnung für den Bundeskanzler gebaut. Ein hell und offen gestalteter Bereich bietet Platz für Veranstaltungen, die keinen offiziellen Charakter haben. Im kleinen, abgeschiedenen Teil lebt der Bundeskanzler mit seiner Familie. Jeder Bewohner des Bungalows bringt seinen persönlichen Geschmack und Stil ein.

Tagesplan:

06:00 Uhr Abfahrt IC-Hotel
11:00 Uhr Kanzlerbungalow Bonn
13:00 Uhr Mittagessen
15:00 Uhr Regierungsbunker Alt-Ahrweiler
17:00 Uhr Heimfahrt

25-10293

Fr, 16.05.2025, 06:00 - 19:30 Uhr | 16 UStd. | Die Exkursion ist gebührenfrei und wird gefördert durch den Freistaat Thüringen Ministerium für Bildung, Jugend und Sport., außer Haus
Felix Ehrich

Busexkursion Frankenhäusen „Aus Geschichte lernen“ - 500 Jahre Bauernkrieg

Im Frühjahr des Jahres 1525 erfasste auch den thüringischen Raum ein Ereignis, das in die Geschichte als der „Deutsche Bauernkrieg“ eingegangen ist. Mit Frankenhäusen kristallisierte sich ein Zentrum des Aufstands heraus. Im Unterschied zu manch anderen Zentren im deutschsprachigen Raum beteiligte sich in der

nordthüringischen Kleinstadt Frankenhausen die übergroße Mehrheit der Einwohner am Aufbruch und verbündete sich mit den aufständischen Bauern und Landbewohnern der gesamten Kyffhäuserregion. Das Regionalmuseum gedenkt mit einer Sonderausstellung, Vorträgen, Lesungen sowie Führungen in und außerhalb des Museums der so genannten „Bauernschlacht“.

25-10294

Sa, 10.05.2025, 9:00 - 15:45 Uhr | 11 UStd. | Die Exkursion ist gebührenfrei und wird gefördert durch den Freistaat Thüringen Ministerium für Bildung, Jugend und Sport., außer Haus VHS
Felix Ehrich

Busexkursion „Aus Geschichte lernen“ - Schlacht am Berg mit über 1000 Darstellern

Die Veranstaltung „Schlacht am Berg“ am 06.09.2025 in Bad Frankenhausen wird ein unvergessliches Reenactment-Event. Mit Hilfe von hunderter Darsteller mit historischen Kostümen und Requisiten wird die historische Schlacht bei Frankenhausen unter Thomas Müntzer – eine der bedeutendsten Schlachten während des deutschen Bauernkrieges – nachgestellt und bietet Ihnen die Gelegenheit in die Ereignisse vom 15. Mai 1525 einzutauchen. Es wird ein fesselndes Erlebnis werden, bei dem Sie die Atmosphäre und Spannung dieser historischen Schlacht spüren können. Gemeinsam fahren wir von der Volkshochschule mit dem Bus zur Schlacht am Berg nach Bad Frankenhausen.

25-10295

Sa, 06.09.2025, 9:00 - 18:00 Uhr | 11 UStd. | Die Exkursion ist gebührenfrei und wird gefördert durch den Freistaat Thüringen Ministerium für Bildung, Jugend und Sport., außer Haus VHS; Felix Ehrich

Aktien und Börse für Einsteiger

Unabhängig von Alter und Geschlecht stellt die Aktie eine sinnvolle Art der Anlage dar. Doch lange galt das Investieren in Aktien als gefährlich oder spekulativ. Meistens sind klassische Anfängerfehler mehr schuld an Verlusten als die Aktie selbst. Deswegen sollte unbedingt darauf geachtet werden, nicht den typischen

„Fallstricken“ zu unterliegen. In diesem Seminar erlernen Sie, dass Handwerkszeug, um selbstbestimmt und autonom ihre Anlageentscheidungen zu treffen. Egal ob für Ihre Altersvorsorge oder zum Sparen - Aktien, Fonds und ETFs werden hier verständlich und nutzbringend erklärt.

Inhalte:

- Kurze geschichtliche Entwicklung der Aktie
- Welche Börsen existieren und welche Firmen sind darin beheimatet?
- Wichtigste Kennzahlen und Einführung in die Fundamentalanalyse
- Aktien, Fonds und ETFs: Vor und Nachteile
- Welcher Anlagetyp bin ich? Wie gehe ich damit um?
- Wichtige Regeln im Umgang mit Aktien
- Welche Fehler sind zu vermeiden
- Wie wähle ich Aktien aus?
- Wie kaufe ich Aktien?
- Einführung Börsenpsychologie
- Ein zukünftiges Wirecard vermeiden und erkennen
- Stoppkurse, Limits und Squeeze-out, Dividenden? Grundbegriffe verstehen und anwenden
- Value vs. Growth

25-10309

Freitag, 14.03.2025, 18:00 Uhr - 21:00 Uhr
Samstag, 15.03.2025, 10:00 Uhr - 16:00 Uhr
12 UStd.
48,00 Euro, ermäßigt: 38,40 Euro,
VHS
Philipp Stichling

25-10310

Freitag, 15.08.2025, 18:00 Uhr - 21:00 Uhr
Samstag, 16.08.2025, 10:00 Uhr - 16:00 Uhr
12 UStd.
48,00 Euro, ermäßigt: 38,40 Euro,
VHS
Philipp Stichling

Wie kann ich sinnvoll vererben? Ein Einblick in die Grundlagen des Erbrechts

Die Referentin stellt Ihnen als künftige Erben/innen und Erblasser/innen in diesem Teil grundlegende Voraussetzungen und Informationen zur Regelung Ihres Vermögens vor. Wichtige Begriffe und Möglichkeiten im Erbrecht sollen daher in dieser Veranstaltung erörtert werden.

25-10513

Do, 20.11.2025, 17:00 - 20:00 Uhr | 4 UStd. |
16,00 Euro,
VHS
Rosemarie Schmack-Siebenlist-Hinkel

Vorsorgevollmacht als Instrument der rechtlichen Vertretung

Wir alle können durch Krankheit, Unfall oder altersbedingt in Situationen kommen, in denen wir unsere Angelegenheiten nicht mehr selbstständig regeln können. Die Vorsorgevollmacht ist für alle Menschen ab dem 18. Lebensjahr von Bedeutung, falls durch Krankheit, Unfall oder ähnliches eine Geschäftsunfähigkeit entsteht. Damit bestimmt jeder im Vorfeld, welche Person des Vertrauens alles regeln soll. Andernfalls ist es notwendig, einen rechtlichen Betreuer vom Gericht zu bestellen.

Frau Birgit Kompe ist Leiterin des Betreuungsvereins Lebenskraft e.V. Erfurt.

25-10519

Mi, 26.03.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
VHS
Birgit Kompe

25-10520

Mi, 12.11.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
VHS
Birgit Kompe

Aufgedreht und überdreht – Wie Kinder zur Ruhe finden

Hektik, Unruhe, und eine Vielzahl verschiedener Reizeinflüsse bleiben heute unseren Kindern nicht erspart. Sie reagieren daraufhin oft überaktiv, trotzig, wütend, laut, ignorieren Regeln, widersprechen etc. Umso wichtiger ist es, regelmäßig Ruhe und Struktur in den Tagesablauf der Kinder zu integrieren, um sie vor Folgen psychischer und physischer Erkrankung zu schützen. Sind Kinder entspannt, dann hat das nicht nur positive Auswirkungen auf ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden, sondern auch auf das Familien- und Gruppenleben. (KITA, Schule)

Vortragsinhalte:

- Entwicklungs- und familienpsychologische Aspekte bei der Kindererziehung,

- entwicklungsfördernde und entwicklungshemmende Erziehung,
- Atemtechniken,
- professionelle Entspannungsverfahren,
- Entspannungsspiele, Entspannungsge-schichten und Fantasiereisen,
- Entspannungsmusik,
- Gestaltung von Ruhesituationen
- Alltagsrituale

25-10525

Di, 26.08.2025, 18:40 - 20:10 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
VHS
Gabriele Vietze, Diplom-Psych,

Schulkinder im Stress – Wie Sie Ihr Kind stärken können

Können sich Kinder über einen längeren Zeitraum nicht konzentrieren und haben keine Lust auf Schule und Lernen, dann sind Schulprobleme vorprogrammiert. Die Ursachen für dieses Verhalten werden oft nicht hinterfragt. Zahlreich Faktoren können das Verhalten der Kinder beeinflussen.

Vortragsinhalte:

- Entwicklungs- und familienpsychologische Aspekte bei der Erziehung
- Einfluss von Atmung, Ernährung, Schlaf und Bewegung, Nutzung digitaler Medien und Mobbing
- Bewältigungsstrategien, die Konzentration, Aufmerksamkeit und Ausdauer bei Schulkindern fördern
- Anregungen und Tipps, wie Sie Ihrem Kind helfen können, zur Ruhe zu kommen.
- Und nebenbei finden Sie selbst Entspannung.
- Sind Sie entspannt, dann sind es auch Ihre Kinder. Ein entspanntes Zuhause wirkt
- Wunder bei Stress

25-10526

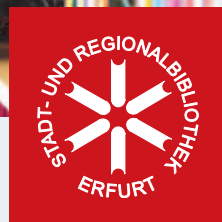
Di, 09.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
VHS
Gabriele Vietze, Diplom-Psych,

Selbst- und Zeitmanagement

In einer Welt, die von ständiger Beschleunigung und vielen Anforderungen geprägt ist, ist es von entscheidender Bedeutung, effektives



Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt



Lesen. Lernen. Hören. Schauen. Informieren. Medien und Veranstaltungen für alle!

- ✓ Passgenaue Medien & Online-Angebote zu den Kursen
- ✓ 7 Bibliotheken in Erfurt + Fahrbibliothek
- ✓ Sinnvolle Freizeitgestaltung
- ✓ Lebenslanges Lernen
- ✓ Individuelle Beratung
- ✓ Kostenfrei für Kinder & Schüler!



Erfahren Sie mehr unter:
www.erfurt.de/bibliothek

Selbst- und Zeitmanagement zu beherrschen. Dieses Seminar bietet Ihnen eine praktische Anleitung, wie Sie Ihre Zeit optimal nutzen und Ihre persönlichen Ressourcen effizient einsetzen können.

Die Schwerpunkte des Seminars umfassen unter anderem:

- Zielsetzung und Priorisierung: Lernen Sie, klare und realistische Ziele zu definieren und diese effektiv zu priorisieren. Entwickeln Sie Strategien, um Ihre Aufgaben sinnvoll zu strukturieren und Ihre Energie auf die wichtigsten Aufgaben zu fokussieren.
- Zeitplanung und -organisation: Erfahren Sie, wie Sie Ihren persönlichen Zeitplan effektiv organisieren und produktive Routinen entwickeln können. Entdecken Sie Techniken zur effizienten Planung, Delegation und Vermeidung von Zeitdieben.
- Selbstmanagement und Motivation: Erlernen Sie Fähigkeiten zur Selbstmotivation, um Ihre Produktivität aufrechtzuerhalten und Herausforderungen erfolgreich zu bewältigen. Entwickeln Sie Techniken zur Selbstreflexion, zur Steigerung Ihrer Konzentration und zur Überwindung von Prokrastination.
- Stressbewältigung und Work-Life-Balance: Entdecken Sie Strategien zur Stressbewältigung und zur Schaffung einer ausgewogenen Work-Life-Balance. Lernen Sie, wie Sie mit Stress umgehen, Ihre eigenen Bedürfnisse erkennen und ein gesundes Gleichgewicht zwischen Beruf und Privatleben finden.

Dieses Seminar richtet sich an alle, die ihre persönliche Effektivität steigern und ihr Zeitmanagement verbessern möchten, sei es im beruflichen Umfeld, als Studierende oder im persönlichen Leben.

25-10605

Di, ab 18.03.2025, 17:00 - 21:00 Uhr,
3 Wochen | 15 UStd. |

60,00 Euro, ermäßigt: 48,00 Euro,
VHS; Marc Lischewski

25-10606

Di, ab 25.11.2025, 17:00 - 21:00 Uhr,
3 Wochen | 15 UStd. |

60,00 Euro, ermäßigt: 48,00 Euro,
VHS;
Marc Lischewski

Die Kunst mit Menschen umzugehen - Kleingruppenseminar

Kleingruppe: In der heutigen Gesellschaft, in der zwischenmenschliche Beziehungen immer wichtiger werden, ist es von großer Bedeutung, die Kunst des Umgangs mit Menschen zu beherrschen.

In diesem Seminar werden verschiedene Techniken, Strategien und Konzepte vermittelt, die Ihnen helfen werden, Ihre Kommunikationsfähigkeiten zu stärken und Ihre Beziehungen zu anderen Menschen zu verbessern. Das Seminar richtet sich sowohl an Menschen, die im beruflichen Kontext mit anderen arbeiten, als auch an alle, die ihre sozialen Fähigkeiten im persönlichen Umfeld erweitern möchten.

Die Schwerpunkte des Seminars umfassen unter anderem:

Aktives Zuhören und empathisches Verstehen: Lernen Sie, wie Sie anderen Menschen wirklich zuhören und verstehen können, um eine tiefere Verbindung aufzubauen und Missverständnisse zu vermeiden.

Konfliktmanagement: Entdecken Sie effektive Strategien zur Konfliktlösung und lernen Sie, mit schwierigen Situationen umzugehen, um ein harmonisches Miteinander zu fördern.

Nonverbale Kommunikation: Erfahren Sie, wie Sie nonverbale Signale richtig interpretieren und einsetzen können, um Ihre Botschaften klarer zu vermitteln und ein besseres Verständnis bei anderen zu erzeugen.

Selbstreflexion und Selbstbewusstsein: Entwickeln Sie ein besseres Verständnis für sich selbst, erkennen Sie Ihre Stärken und Schwächen und lernen Sie, Ihre eigenen Emotionen und Reaktionen in zwischenmenschlichen Situationen zu steuern.

Durch praktische Übungen, Diskussionen und Fallstudien erhalten Sie die Möglichkeit, das Gelernte in die Praxis umzusetzen und Ihre Fähigkeiten weiterzuentwickeln.

Das Seminar „Die Kunst mit Menschen umzugehen“ bietet Ihnen eine einzigartige Gelegenheit, Ihre zwischenmenschlichen Fähigkeiten zu erweitern und erfolgreichere Beziehungen aufzubauen.

25-10608

Mo, ab 17.02.2025, 17:00 - 20:45 Uhr,
2 Wochen | 10 UStd. |

53,30 Euro, ermäßigt: 42,64 Euro,
VHS

Marc Lischewski

25-10609

Mo, ab 06.10.2025, 17:00 - 20:45 Uhr,
2 Wochen | 10 UStd. |

53,30 Euro, ermäßigt: 42,64 Euro,
VHS

Marc Lischewski

Einführung in das Konfliktmanagement - Kleingruppenseminar

Kleingruppe: Das Seminar „Einführung in das Konfliktmanagement“ hilft Ihnen dabei, Konflikte besser zu verstehen, ihnen konstruktiv zu begegnen und erfolgreiche Lösungen zu finden. Konflikte sind ein natürlicher Bestandteil des menschlichen Zusammenlebens und können in verschiedenen Situationen auftreten - sei es im beruflichen Umfeld, in sozialen Beziehungen oder sogar innerhalb der Familie. Dieses Seminar bietet Ihnen eine Einführung in die Grundlagen des Konfliktmanagements und vermittelt Ihnen praktische Werkzeuge und Strategien, um Konflikte effektiv zu bewältigen.

Die Schwerpunkte des Seminars umfassen unter anderem:

Konfliktarten und Konfliktursachen: Erfahren Sie, wie Konflikte entstehen, welche verschiedenen Arten von Konflikten es gibt und welche Ursachen ihnen zugrunde liegen. Durch ein besseres Verständnis der Konfliktmechanismen können Sie gezielter darauf reagieren.

Kommunikation und Konflikt: Lernen Sie effektive Kommunikationstechniken, um in Konfliktsituationen klar und respektvoll zu kommunizieren. Entdecken Sie die Bedeutung von aktivem Zuhören, Ich-Botschaften und der Klärung von Missverständnissen, um Konflikte zu deeskalieren.

Konfliktlösungsstrategien: Erwerben Sie praktische Werkzeuge und Techniken zur Konfliktlösung. Erfahren Sie, wie Sie Konflikte analysieren, Optionen zur Lösung entwickeln und Verhandlungen führen können, um zu tragfähigen und zufriedenstellenden Lösungen zu gelangen.

Konstruktiver Umgang mit Emotionen: Erlernen Sie den Umgang mit Emotionen in Konfliktsituationen, sowohl den eigenen als auch den Emotionen anderer. Entwickeln Sie Fähigkeiten, um Emotionen zu erkennen, zu verstehen und konstruktiv damit umzugehen. Dieses Seminar richtet sich an alle, die ihre Fähigkeiten im Umgang mit Konflikten verbessern möchten, sei es im beruflichen oder privaten Kontext.

25-10611

Mo, ab 17.03.2025, 17:00 - 20:45 Uhr,
2 Wochen | 10 UStd. |

53,30 Euro, ermäßigt: 42,64 Euro,
VHS

Marc Lischewski

Schach für Anfänger oder mit geringen Vorkenntnissen

Haben Sie früher einmal Schach gespielt oder haben Lust, damit anzufangen? Hier haben Sie die Gelegenheit, Schach grundlegend zu erlernen und ggf. Vorkenntnisse aufzufrischen und zu vertiefen. Das „Königliche Spiel“ wird Sie mit seinen unerschöpflichen Möglichkeiten in seinen Bann ziehen.

- Wie ziehen die Figuren? (incl. Rochade)
- Taktische Mittel (Gabel, Spieß, Fesselung, Abzüge, Auschalten der Verteidigung + ggf. Hinlenkungen)
- Mattsetzen mit König und Dame bzw. mit zwei Türmen
- Goldenen Regeln der Eröffnung
- Zeigen von kurzen Partien / Stellungen am Demobrett
- Üben des vermittelten Wissens

25-10628

Sa, 15.03.2025, 10:00 - 12:15 Uhr | 3 UStd. |

12,00 Euro,

VHS

Wolfgang Renner

Die Abkürzung zum Lernerfolg: Tagesworkshop für effektive und gehirngerechte Lernstrategien

Möchten Sie Ihre Lernfähigkeit steigern und dabei Ihr Gehirn optimal nutzen? In diesem praxisorientierten Tagesworkshop tauchen Sie tief in die Welt des gehirngerechten Ler-

nens ein. Sie erfahren, wie Sie durch gezielte Techniken und Strategien Ihr Gehirn optimal einsetzen können, um Wissen schneller und nachhaltiger zu verinnerlichen. Lernen Sie, wie Sie diese Erkenntnisse direkt in Ihrem täglichen Leben, Studium oder Beruf anwenden können. Dieser Workshop bietet wertvolle Impulse für sofortige Verbesserungen in Ihrer Lernstrategie – ideal für alle, die an nur einem Tag ihren Lernerfolg maximieren möchten.

25-10630

Sa, 15.03.2025, 09:00 - 16:00 Uhr | 8 UStd. | 32,00 Euro, ermäßigt: 25,60 Euro, VHS
Edwin Eobaldt

Lernen mit Erfolgsgarantie: Gehirngerechte Lernstrategien für nachhaltige Ergebnisse

Möchten Sie Ihre Lernfähigkeit steigern und dabei Ihr Gehirn optimal nutzen? In diesem Kurs lernen Sie bewährte, gehirngerechte Lernstrategien kennen, die es Ihnen ermöglichen, Wissen schneller und nachhaltiger aufzunehmen. Sie erfahren, wie Sie Lerninhalte besser strukturieren und verstehen, ihre eigenen Stärken für den Lernprozess nutzen und mit Freude neue Dinge lernen. Wir vermitteln praxisorientierte Techniken, die sich sowohl im Alltag, im Studium als auch im beruflichen Umfeld anwenden lassen. Der Kurs ist ideal für alle, die ihre Lernmethoden verbessern und ihr volles Lernpotential ausschöpfen möchten.

25-10631

Di, ab 25.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr, 4 Veranstaltung | 8 UStd. | 32,00 Euro, ermäßigt: 25,60 Euro, VHS
Edwin Eobaldt

Ausbildung Naturpädagogik – Naturverbindung erleben und gestalten

Kooperationsveranstaltung mit dem Elan e.V. Berufsbegleitende „Ausbildung Naturpädagogik – Naturverbindung erleben und gestalten“ Der erlebnis- und naturpädagogische Verein ELAN e.V. aus Erfurt hat ein neues und damit innovatives Format im Rahmen seiner Angebote für Erwachsene entwickelt, welches die Brücke bildet zwischen der Erlebnis- und der

Wildnispädagogik.

Die Ausbildung in 6 Präsenzmodulen eignet sich für pädagogisch Tätige in verschiedenen Arbeitsfeldern mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, welche die Natur zunehmend in ihre Arbeit integrieren wollen. Sie ist offen für Interessierte, die sich (beruflich) neu orientieren möchten.

Durch die einjährige modularisierte Ausbildung erhalten die Teilnehmenden das praktische und theoretische Handwerkszeug, um die Natur verstärkt als Lern- und Entwicklungsraum nutzen zu können. Sie werden zur eigenständigen Konzeption, Durchführung und Evaluation von neuartigen Projekten in und mit der Natur befähigt.

25-10670

Fr-So, ab 09.05.2025 - 28.06.2025, jeweils 09:00 - 17:00 Uhr, 19 Tage | 189 UStd. | Gebühren in Höhe von 2.900,00 Euro (inkl. Unterkunft und Verpflegung) bzw. 2.800,00 Euro für Frühbucher werden durch den Elan e.V. erhoben, außer Haus elan e.V.

„Guten Tag, liebes Glück“ - Glücksstrategien zum Mitnehmen

In dieser Veranstaltung beschäftigen wir uns mit (fast) allen Fragen zum Thema „Glück“ – im Großen und Kleinen, allgemein und individuell. Worin besteht z.B. der Unterschied zwischen „Glück haben“ und „glücklich sein“? Welche Auswirkungen haben positive und negative Emotionen auf die Wahrnehmung von Glück? Und welche Rolle spielt das eigene Denken und Handeln beim Finden des Glücks? Damit einhergehend werden Sie erfahren, warum aus psychologischer Sicht „Jeder seines Glückes Schmied“ ist und weshalb „Glück selten (von) allein“ kommt. Außerdem werden Sie Anregungen mit nach Hause nehmen, wie Sie das Glück künftig häufiger zu sich einladen können.

25-10713

Mi, 12.03.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. | 8,00 Euro, VHS
Veronika Marx-Ripke

Das Gute im Schlechten

Nicht selten treffen uns Veränderungen im Leben unvorbereitet. Nicht selten sind sie unerwünscht und unfreiwillig. Mal erleben wir sie als einschneidender, mal als leichter im Alltag zu bewältigen.

Ich möchte Sie dazu einladen, besonders im Umgang mit unliebsamen Veränderungen, den Ablauf eines „typischen“ Veränderungsprozesses zu beleuchten, den Scheinwerfer auch auf das Gute im Schlechten zu richten und sich vor Augen zu führen, inwieweit Veränderungen Ihnen helfen können, zu wachsen.

25-10714

Mi, 02.04.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |

8,00 Euro,

VHS

Veronika Marx-Ripke

Die Macht der Gewohnheit

Schlechte Gewohnheiten machen uns das Leben zuweilen sehr schwer- meist nicht kurz- aber langfristig. Gute Gewohnheiten haben die Kraft, uns auf einen neuen Level des Wohlbefindens zu bringen.

In diesem Vortrag möchte ich Ihnen zeigen, warum „schlechte“ Gewohnheiten oft aus guten Absichten heraus entstehen und mit welchen einfachen Tricks und Strategien Sie langfristig und nachhaltig „gute“ Gewohnheiten entwickeln können.

25-10715

Mi, 12.11.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |

8,00 Euro,

VHS

Veronika Marx-Ripke

Achtsamkeit mit sich und seinem Umfeld

Achtsam sein - hört sich eigentlich sehr einfach an, wenn da die tägliche Reizüberflutung nicht wäre. Unser Lebensstil verführt dazu, mehrere Dinge gleichzeitig zu tun und möglichst gedanklich mehrere Schritte im Voraus zu leben. Damit geht mehr und mehr die Fähigkeit verloren, sich für den gegenwärtigen Moment zu öffnen. Das erzeugt Stress, Hektik und schlussendlich Unzufriedenheit in vielerlei Hinsicht. Langfristig kann es sogar krankmachen. Viele Menschen verlieren dadurch den Kontakt zu

sich selbst und zu Menschen, die ihnen wichtig sind. Achtsamkeit ist eine besondere und gesteigerte Form von Aufmerksamkeit. Sie ist eine besondere Kraft, die unser Bewusstsein weckt, erweitert und stärkt.

Das wertfreie Beobachten der inneren und äußeren Erfahrungen macht es möglich, besser zu verstehen. Durch tieferes Verständnis können neue Wege entwickelt werden, um die täglichen Herausforderungen des Arbeitslebens zu bewältigen. Möchten Sie für sich erfahren, wie durch die Kraft der Achtsamkeit, Stresssituationen ruhiger und gelassener gemeistert werden können und so Gesundheit und Wohlbefinden gestärkt werden? Dann kommen Sie in diesen Kurs und lernen Sie die Methoden der Achtsamkeit kennen.

25-10716

Mo, 03.03.2025 & Mi, 13.03.2025,

jeweils 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr |

4 UStd. | 16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro,

VHS

Jutta Jost

25-10717

Mo, 08.12.2025 & Mi, 17.12.2025,

jeweils 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr |

4 UStd. | 16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro,

VHS

Jutta Jost

Der Weg zur einvernehmlichen Trennung und Scheidung

Kooperation mit ISUV



Die Trennung ist immer ein existenziell einschneidendes Ereignis für beide Partner und die Kinder. Lebenspläne zerbrechen. Daher prägen Angst, Unsicherheit vor der Zukunft, Selbstzweifel, Schuldfragen usw. die Trennungszeit. Es liegt an beiden Ehemaligen, wie sie damit umgehen, ob sie nicht mehr miteinander sprechen, ob sie sich zerfleischen, ob sie

ihren Streit nur über Anwälte austragen, ob die Trennung zum „teuren Abschied“, ja zum sprichwörtlichen Rosenkrieg wird. Sind sie sich einig, verstehen sie es sich zumindest in Bezug auf Kinder und Finanzen zu einer gemeinsamen Linie durchzuringen, können sie sehr viel Geld sparen - und Nerven dazu. Einvernehmen stellt sich aber nur ein, wenn die Expartner den sprichwörtlichen Gesprächsfaden miteinander nicht verlieren, wenn sie die Trennung besprechen und vorbereiten, insbesondere aber, wenn sie sich informieren, was juristisch möglich ist und was sie selbst regeln können. Friedensstiftend ist, wenn beide Partner noch miteinander reden. Ist ein Ehevertrag mit klaren Vereinbarungen vorhanden, ist vieles schon geregelt. Wer nun bei einer Scheidung keinen Ehevertrag hat, dem „bleibt“ noch die Trennungs- und Scheidungsvereinbarung, so dass der bittere Abschied ohne großes Gezerre und Gezeter abläuft. Auch in einer Lebenspartnerschaft ist es besser, Streit bei Trennung zu vermeiden.

25-10720

Mi, 08.01.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. | gebührenfrei, VHS

Regelung des Zugewinnausgleichs bei Trennung und Scheidung

Kooperation mit ISUV

Endet der Bund fürs Leben vorzeitig, ergibt sich die Frage, wie die in der Ehezeit erworbenen Vermögenswerte (z. B. Haus, weiteres Vermögen, Versicherungen) und Schulden aufgeteilt werden. Hat einer der Ehepartner in der Ehezeit ein höheres Vermögen als der andere erwirtschaftet, dann ist die Differenz auszugleichen, wenn es gefordert wird.

Auch Vermögen oder Schulden vor der Ehe sowie Schenkungen, Erbschaften usw. während der Ehe sind zu berücksichtigen. Der Gesetzgeber bezeichnet dies als „Zugewinnausgleich“. Da es hierbei um die finanzielle Zukunft der Beteiligten geht, spielt die Aufteilung der Werte eine große Rolle. Was in der Theorie einfach und verständlich erscheint, kann in der Praxis sehr viel Konfliktstoff hervorrufen und teuer werden. Wenn Sicherheit besteht, dass die Trennung endgültig ist, sollten da-

her rechtzeitig sinnvolle und faire Lösungen angestrebt werden, um einen Rosenkrieg und unnötige Kosten zu vermeiden. Von Bedeutung sind bei der Wertaufteilung insbesondere: Wie wird der Zugewinn berechnet? Kann eine Regelung schon vor der Scheidung erfolgen? Ist ein (gegenseitiger) Verzicht auf Ausgleich möglich? Gibt es einen Zugewinnausgleich bei Gütertrennung? Wichtige Kriterien bei einer Immobilie sind z. B.: Wer ist Eigentümer? Gibt es einen (gemeinsamen) Kredit? Will einer der Eheleute das Haus behalten? Wie komme ich aus dem Kreditvertrag heraus? Wie und durch wen erfolgt die Wertermittlung? Da hilft meist nur ein Gutachten

25-10721

Mi, 14.05.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. | gebührenfrei, VHS

Kostenfalle Trennung Scheidung

Kooperation mit ISUV

Nach einer Trennung prasseln die Kosten nur so auf Betroffene ein: Scheidungskosten, Gerichtskosten, Unterhaltsforderungen, neue Wohnung, Anschaffungen für den neuen Haushalt, gleichzeitig müssen weiterhin Kredite bedient werden, für manche ein Schock. Und dann kommt da noch der Staat und stuft Betroffene in Steuerklasse I oder II zurück. So manch einer schlittert direkt in die Schuldenfalle. Das muss nicht sein. Wie setzen sich Anwalts und Gerichtskosten zusammen, wie werden deren Höhe ermittelt und was kostet mich das Scheidungsverfahren vor Gericht in Summe.

25-10722

Mi, 10.09.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. | gebührenfrei, VHS

Der Feind in meinem Ich - Warum es sich lohnt, die innere Selbstwirksamkeit zu entdecken und zu entfalten.

Wie oft stehen wir uns selbst im Weg? In ihrer Veranstaltung macht Mirjam Binder Sie mit Ihrem inneren Richter bekannt. Sie zeigt, wie Selbstverurteilungen und Schuldgedanken Ihre Energie blockieren und Ihre Potenziale lähmen. Und sie demonstriert, wie Sie durch

eine Veränderung Ihrer Gewohnheiten und Glaubenssätze Wege finden, Ihr Leben wieder selbst in die Hand zu nehmen und dennoch zu einem gewaltfreien, lebendigen Umgang mit sich selbst zu finden. Eine Veranstaltung, die die Schönheit und Kraft der eigenen Selbstwirksamkeit in den Mittelpunkt stellt und anhand zahlreicher Beispiele vergegenwärtigt, dass wir uns jederzeit selbst das Leben erschaffen können, von dem wir schon immer geträumt haben. Zielgruppe

Menschen, die bereits häufig Bekanntschaft mit der destruktiven Stimme ihres "inneren Richters" Bekanntschaft gemacht haben. Menschen, deren Selbstbild von selbstzerstörerischen Glaubenssätzen geprägt wurde. Menschen, die sich in Selbstvorwürfen ergehen und bereits seit langer Zeit an ihrer Opferrolle zu tragen haben. Menschen, die aktiv und wirksam werden wollen, in Kontakt mit der eigenen Lebendigkeit kommen wollen und endlich entdecken, welches Potential noch in ihnen schlummert.



lebensschule

25-10730

Di, 12.08.2025, 17:30 - 19:45 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
VHS
Mirjam Binder

Der Kurs beschäftigt sich mit Persönlichkeitsstörungen und deren Einfluss auf soziale Beziehung. Er hilft, besser zu verstehen, wie schwierige

Menschen innerlich „ticken“ und wie man sich auf sie einstellen kann. Das ist auch für den Umgang mit den eigenen Schwächen von Nutzen. Der Kurs ist keine Therapie. Er beschreibt einzelne Störungsbilder, verweist auf mögliche Ursachen und versucht, Hilfen zur besseren Gestaltung von Beziehungen mit unterschiedlich gestörten Personen zu zeigen.

Du bist schwierig – Ich bin schwierig: Nichts als Ärger

Die antisoziale Persönlichkeit
Kooperation mit der Adventgemeinde

25-10750

Mi, 15.01.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Adventgemeinde Erfurt,
Walter-Gropius-Straße 2
Norbert Gelke

Du bist schwierig – Ich bin schwierig: Hauptsache ICH

Die narzisstische Persönlichkeit
Kooperation mit der Adventgemeinde

25-10751

Mi, 19.02.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Adventgemeinde Erfurt,
Walter-Gropius-Straße 2
Norbert Gelke

Stress? – Ohne mich! Wege aus der Stressfalle Stress ist zum Modewort geworden. Wer nicht über Stress jammert, macht sich verdächtig, das Leben nicht richtig ernst zu nehmen. Jeder kennt Stress, jeder erlebt ihn, jeder braucht ihn. Stress ist die natürliche Reaktion unseres Körpers auf besondere Herausforderungen. Gesunder Stress hilft uns bei der Entfaltung unserer Möglichkeiten und steigert unsere Leistungsfähigkeit, wenn wir mit Zeitdruck und hohen Anforderungen konfrontiert sind. Doch starker und langandauernder Stress wirkt sich negativ auf Körper und Psyche aus. Jeder fünfte Deutsche leidet inzwischen unter Symptomen, die von negativem Stress hervorgerufen werden. Mehr als die Hälfte der Fehlzeiten am Arbeitsplatz gehen auf Stressfolgen zurück. Die WHO erklärte Stress zu einer „einer der größten

Gesundheitsgefahren des 21. Jahrhunderts“. Dieser Kurs gibt einen Überblick über die Ursachen von Stress und er bietet Möglichkeiten zur Stressbewältigung. Viele praktische Übungen und gut umsetzbare Tipps versetzen die Kurs Teilnehmer in die Lage, ihren Stresslevel auf ein gesundes Maß zu reduzieren.

Warum sind wir so im Stress?

Verstehen als Schritt zur Veränderung
Kooperation mit der Adventgemeinde

25-10752

Mi, 12.03.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Adventgemeinde Erfurt,
Walter-Gropius-Straße 2
Norbert Gelke

Warum macht Stress krank?

Gut reagiert und doch gefährlich
Kooperation mit der Adventgemeinde

25-10753

Mi, 09.04.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Adventgemeinde Erfurt,
Walter-Gropius-Straße 2
Norbert Gelke

Will ich so leben?

Auf der Suche nach Balance
Kooperation mit der Adventgemeinde

25-10754

Mi, 14.05.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Adventgemeinde Erfurt,
Walter-Gropius-Straße 2
Norbert Gelke

Was kann ich denn dafür?

Stress ganz persönlich
Kooperation mit der Adventgemeinde

25-10755

Mi, 11.06.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Adventgemeinde Erfurt,
Walter-Gropius-Straße 2
Norbert Gelke

Lässt sich Stress vermeiden?

Stressmindernde Kompetenzen entwickeln
Kooperation mit der Adventgemeinde

25-10756

Mi, 10.09.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Adventgemeinde Erfurt,
Walter-Gropius-Straße 2
Norbert Gelke

Probleme lösen – aber wie?

Neue Perspektiven gewinnen
Kooperation mit der Adventgemeinde

25-10757

Mi, 08.10.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Adventgemeinde Erfurt,
Walter-Gropius-Straße 2
Norbert Gelke

Ist das denn so schwierig?

Die Schönheit des Lebens spüren
Kooperation mit der Adventgemeinde

25-10758

Mi, 12.11.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Adventgemeinde Erfurt,
Walter-Gropius-Straße 2
Norbert Gelke

Was geht, wenn nichts mehr geht?

Burnout – Entstehung und Vorbeugung
Kooperation mit der Adventgemeinde

25-10759

Mi, 10.12.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Adventgemeinde Erfurt,
Walter-Gropius-Straße 2
Norbert Gelke

Körpersprache verstehen und gezielt einsetzen

Sie übermitteln lediglich 20-30% aller Informationen verbal. Sind Sie sicher, dass Ihre Gestik, Mimik und Körperhaltung das Gesagte dabei immer wirksam unterstreichen? Oder widerspricht Ihre Körpersprache dem Gesagten

völlig und offenbart dabei Ihre wahre Meinung? Es sind die kleinen Nuancen, die Ihre Gesprächspartner aufnehmen und auf ihre Weise interpretieren. Unterstreichen Sie Ihre Persönlichkeit durch Ihre nonverbale Sprache und erreichen Sie ein hohes Maß an Authentizität. Versuchen Sie in Ihrem Gegenüber zu „lesen“ und deuten Sie seine unbewussten Signale.

25-10766

Sa, 01.03.2025, 09:00 - 12:00 Uhr | 4 UStd. |
16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro,
VHS
René Knizia

Gewaltfreie Kommunikation - die Basis

Gewaltfreie Kommunikation ist die Basis aller Verständigung, völlig egal, von welchem Lebensbereich wir sprechen. Menschen befinden sich immer in Beziehungen. Und je nachdem, wie diese Beziehungen gestaltet und gelebt werden, fühlen sich Menschen glücklich und zufrieden oder unglücklich und leidvoll. Die Qualität einer Beziehung wird maßgeblich von der Qualität der Kommunikation in der Beziehung geprägt. Mirjam Binder demonstriert, wie wenig es braucht, um Menschen gegeneinander aufzubringen und wie selbstverständlich Menschen dem althergebrachten Pfad vertrauter Kommunikationsmuster folgen, obwohl sie diese Muster als zerstörerisch und leidvoll erfahren. Der Gegenentwurf dazu ist die gewaltfreie Kommunikation. Mirjam Binder zeigt, welche Leichtigkeit und Schönheit Kommunikation, Sprache und Beziehungen bekommen können, wenn wir lernen, die richtigen Fragen zu stellen und neue Perspektiven einzunehmen. Eine Veranstaltung, die verblüffende Einsichten in unsere Kultur des Miteinanders bietet. Zielgruppe

Menschen, denen an einer Verbesserung der Qualität ihrer Beziehungen gelegen ist. Menschen, die sich fragen, warum sie trotz aller erdenklichen Anstrengungen und Mühen dennoch häufig in Situationen von Vorwürfen, Anklagen, Anschuldigungen und Zurechtweisungen landen. Menschen, die sich für „nett“ halten. Menschen, die der Meinung sind, ab und zu einmal „auf den Tisch zu hauen“ habe eine „reinigende“ Wirkung. Menschen, die einfach nur neugierig sind, was Gewalt in unserer

Sprache bedeutet und welche Vorschläge die GFK dem entgegensetzen hat.

25-10779

Di, 03.06.2025, 17:30 - 19:45 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
VHS
Mirjam Binder

25-10780

Di, 04.11.2025, 17:30 - 19:45 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
VHS
Mirjam Binder

Respektvoll miteinander sprechen - Gewaltfreie Kommunikation für Multiplikatoren in der Bildungsarbeit

Gewaltfreie Kommunikation (GFK) ist eine universelle Lebenshaltung. In dieser Veranstaltung lernen Sie die Prinzipien und die Wirkweise der GFK kennen und wir vertiefen diese gemeinsam mit dem Fokus auf den Einsatz der GFK in der sozialen Arbeit mit Jugendlichen. Dabei geht es z.B. um Konfliktlösungen in der Schulsozialarbeit aber auch um Vernetzung und Kooperation zwischen Jugendarbeit und Elternhaus.

In der GFK geht es nicht darum, „nett“ zu sein oder in einem Streit bestimmte Worte zu sagen oder zu vermeiden. Ziel der Gewaltfreien Kommunikation ist es vielmehr, sich selbst und seine Bedürfnisse besser kennen zu lernen und zu reflektieren sowie Beziehungen zu Menschen aufzubauen, die auf Ehrlichkeit und Empathie beruhen. Wir werden gemeinsam üben, in eine wohlwollende, empathische Grundhaltung zu kommen und in dieser zu bleiben, um den Fokus auf die Bedürfnisse zu lenken. So können Sie gut für sich selbst sorgen und aus Ihrer Mitte heraus einen Rahmen schaffen, der für die nachhaltige Entwicklung von personalen sowie sozialen Kompetenzen der Jugendlichen dienlich ist.

25-10782

Di, ab 20.05.2025, 16:00 - 20:30 Uhr,
2 Tage | 12 UStd. | gebührenfrei,
VHS
Mirjam Binder

Kreatives Schreiben

Der Kurs richtet sich an alle, die sich an der literarischen Textarbeit versuchen wollen oder diese bereits auf ein fortgeschrittenes Niveau erhoben haben. Dabei soll die eigene Textproduktion und damit die Ausarbeitung und Verfeinerung kreativer Ideen im Fokus des Seminars stehen, wobei genreübergreifend gearbeitet werden soll. Die Teilnehmer lernen die Umsetzung literarischer Verfahren und poetischer Stilmittel und Techniken. Eigene Texte und literarische Übungen werden in der Gruppe vorgetragen und anschließend gemeinsam besprochen.

Am letzten Abend findet eine Doppelstunde statt.

25-10787

Mi, ab 12.03.2025, 18:40 - 21:00 Uhr,
8 Wochen | 27 UStd. |
108,00 Euro, ermäßigt: 86,40 Euro,
VHS

Julia Kulewatz

25-10788

Mi, ab 22.10.2025, 18:40 - 21:00 Uhr,
8 Wochen | 27 UStd. |
108,00 Euro, ermäßigt: 86,40 Euro,
VHS

Julia Kulewatz

Was hat Essen mit Religion zu tun...woher kommt „Fasten“ und gibt es Unterschiede

Fasten...ein neuer Trend in der Ernährungslehre oder jahrtausendalte Tradition? Hintergründe und „erhellende“ Geschichten rund ums „Nichtessen“.

Literatur: „Überall zu Hause?: Menschen aus fremden Kulturen“ von Sarah Lanier

25-10810

Mi, 12.03.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
VHS

Birgit Schuster

Forschend durch das ewige Eis - Eine Reise in die Antarktis

Die Antarktis ist einer der entlegensten Orte der Welt. Sie ist eine Mischung aus einzigartiger Landschaft und zum Teils skurriler Tierwelt über und unter dem Eis. Im Vortrag wird der siebte

Kontinent vorgestellt und kleine Experimente und Ergebnisse einer Forschungsreise anhand von Bildern und Videos gezeigt. Was ist der Unterschied zwischen Eisberg und Seeeis? Bekommen Pinguine eigentlich kalte Füße? Können Wale tanzen und singen?

Julia Lieder war vom 7. Januar bis zum 4. Februar 2023 als Teil einer Forschungsreise in der Antarktis unterwegs. Sie begleitete Untersuchungen der UC California und des Friedlander Labs zum Klimawandel, der Auswirkung von Stress auf Buckelwale und vieles mehr.

25-11019

Do, 30.01.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
VHS

Julia Lieder

Ländervortrag: Afghanistan – Eine Reise jenseits der Schlagzeilen



Ländervortrag Afghanistan

© Michael C. Müller

In diesem fesselnden Vortrag nimmt Michael C. Müller Sie mit auf seine außergewöhnliche Reise durch Afghanistan. Abseits gängiger Medienberichte enthüllt er die verborgene Schönheit und kulturelle Vielfalt des Landes, von malerischen Landschaften bis zu tiefgehenden Begegnungen mit der lokalen Bevölkerung. Erfahren Sie, wie Müller mit dem Fahrrad, Geländewagen und zu Fuß Afghanistan durchquerte, von Schulen über Kinderheime bis zu Krankenhäusern, und dabei einzigartige, persönliche Geschichten sammelte. Sein Vortrag bietet nicht nur beeindruckende Bilder, sondern auch berührende Einblicke in das Leben und die Hoffnungen der Menschen in einem Land, das viel mehr ist als nur Schlagzeilen.

25-11020

Mi, 12.02.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
 Der Vortrag ist gebührenfrei und wird
 gefördert durch den Freistaat Thüringen
 Ministerium für Bildung, Jugend und Sport
 VHS
 Michael C. Müller

Ländervortrag: „Dem Himmel ein Stück näher....“- Trekking durch die Himalaya-Mt. Everest Region“



Himalaya © Wolfgang Richter

Ein eindrucksvoller Expeditionsbericht und traumhafte Bilder über eine Trekkingtour durch die Himalaya-Mt.Everest-Region bis zum Everest-BaseCamp (5386 m) und Kala Pattar (5550 m).

Nach kurzer Einstimmung mit nepalesischer Musik unter buddhistischen Gebetsfahnen nimmt Wolfgang Richter in seinem spannenden Expeditionsbericht die Gäste mit auf die legendäre Trekking-Route zum Everest-Base-Camp(5380 m) und Khala Pattar (5550 m), in eine der beeindruckendsten Bergwelten am riesigen Khumbu-Gletscher und unmittelbar am „Dach unserer Welt“: Mt. Everest , Lothse und Nuptse.

Die Kommentare zu traumhaften Bildern zeigen Ihnen alle Momente einer solchen Expedition von der langfristigen Touren-, Ausrüstungs- und Zeitplanung, der mentalen und physischen Vorbereitung bis hin zum unmittelbaren Erleben der grandiosen Landschaft des Sagarmata-Nationalparks.

Bei dem sportlich anspruchsvollen Trekking auf einer sehr massenhaft begangenen Route im Hochgebirge werden auch die Möglichkeiten

für vielfältig neue interkulturelle Kontakte und das Genießen der überaus herzlichen Gastfreundschaft der Nepali aufgezeigt.

25-11021

Di, 25.03.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
 8,00 Euro,
 VHS
 Wolfgang Richter

Sieben Tage Israel.... Eine Reise durchs Gelobte Land

7 Tage Israel mit eigenem Bildmaterial, ein Land zwischen Schönheit und Zerwürfnis, ein Land voller Geschichte und westlicher Lebensweise. Die Wiege vieler Religionen.

25-11022

Mi, 02.04.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
 Der Vortrag ist gebührenfrei und wird
 gefördert durch den Freistaat Thüringen
 Ministerium für Bildung, Jugend und Sport.,
 VHS
 Birgit Schuster

Ungeliebter Bruder Amerika...oder wie deutsch ist Nordamerika und wie amerikanisch ist Deutschland geworden

Eine betrachtende Reise über den Pazifik Gemeinsamkeiten zu suchen und Unterschiede zu sehen. Mit eigenem Bildmaterial.

Literatur: „Dear Germany: Eine Amerikanerin in Deutschland“ von Carol Kloepfel
 Referentin Birgit Schuster ist Trainerin für Kommunikation.

25-11024

Mi, 14.05.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
 8,00 Euro,
 VHS
 Birgit Schuster

Interkulturelle Woche: Soziokulturelles Dinner ... oder warum wir in Thailand keine Roulade serviert bekommen

In diesem heiter zu nehmenden Vortrag erfahren wir, warum das Essen mit Messer und Gabel eigentlich weltbevölkerungsmäßig eher im Abnehmen ist, was es mit dem scharfen Essen in heißen Ländern zu tun hat und warum

„fast food“ eigentlich eine ganz deutsche Erfindung ist.

Auf dieser kleinen kulinarischen Weltreise erfahren Sie Bemerkenswertes über scharfe Gewürze, asiatische Tischsitten, russische Gastfreundschaft und Fast-Food in den USA. Guten Appetit und gute Laune wünscht Birgit Schuster (Kommunikationstrainerin und Insiderin in Sachen Stil und Etikette USA/Deutschland).

25-11027

Mi, 24.09.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. | Das Seminar ist gebührenfrei und wird gefördert durch den Freistaat Thüringen Ministerium für Bildung, Jugend und Sport., VHS; Birgit Schuster

Rhetorik und Kommunikation - Kleingruppenseminar

Dieses Seminar bietet eine umfassende Einführung in die Grundlagen der Rhetorik und vermittelt Ihnen praktische Werkzeuge und Techniken, um Ihre Kommunikation zu verbessern und Ihre Zuhörer zu überzeugen.

Die Schwerpunkte des Seminars umfassen unter anderem:

Redevorbereitung und Struktur: Lernen Sie, wie Sie eine überzeugende Rede vorbereiten, Ihre Ideen strukturieren und Ihre Botschaft klar vermitteln. Entdecken Sie Techniken zur Entwicklung starker Argumente und zum Aufbau einer logischen Struktur in Ihren Reden.

Körpersprache und Stimme: Erfahren Sie, wie Sie Ihre Körpersprache und Ihre Stimme gezielt einsetzen können, um Ihre Aussagen zu unterstreichen und eine positive Wirkung auf Ihr Publikum zu erzielen. Lernen Sie, Ihre nonverbale Kommunikation bewusst zu nutzen und Ihre Stimme optimal einzusetzen.

Überzeugende Präsentationen: Entwickeln Sie Fähigkeiten zur Erstellung überzeugender Präsentationen und lernen Sie, wie Sie visuelle Hilfsmittel effektiv einsetzen können, um Ihre Botschaft zu unterstützen und Ihre Zuhörer zu fesseln.

Umgang mit Lampenfieber: Entdecken Sie Strategien, um mit Lampenfieber umzugehen und Ihre Nervosität in öffentlichen Redesituationen zu überwinden. Erlernen Sie Techniken, um selbstsicher und authentisch vor Publikum aufzutreten.

Dieses Seminar richtet sich an alle, die ihre rhetorischen und kommunikativen Fähigkeiten erweitern möchten, sei es im beruflichen Umfeld, bei öffentlichen Auftritten oder im persönlichen Umfeld.

25-11100

Mo, ab 20.01.2025, 17:00 - 20:45 Uhr, 3 Wochen | 15 UStd. | 79,95 Euro, ermäßigt: 63,96 Euro, VHS; Marc Lischewski

25-11101

Di, ab 25.02.2025, 17:00 - 20:45 Uhr, 3 Wochen | 15 UStd. | 79,95 Euro, ermäßigt: 63,96 Euro, VHS; Marc Lischewski

25-11102

Mo, ab 08.09.2025, 17:00 - 20:45 Uhr, 3 Wochen | 15 UStd. | 79,95 Euro, ermäßigt: 63,96 Euro, VHS; Marc Lischewski

NLP – Einführung in Neurolinguistisches Programmieren - Kleingruppenseminar

Kleingruppenseminar: Das Seminar „NLP - Neurolinguistisches Programmieren für Anfänger“ bietet Ihnen eine faszinierende Einführung in die Grundlagen und Anwendungen des NLP. NLP ist eine effektive Methode zur Verbesserung der Kommunikation, zur persönlichen Entwicklung und zur Erreichung von Zielen.

In diesem Seminar werden Sie die Grundprinzipien des NLP kennenlernen und praktische Werkzeuge und Techniken erwerben, um Ihr Denken zu erweitern, Ihre Kommunikation zu optimieren und positive Veränderungen in Ihrem Leben zu bewirken.

Die Schwerpunkte umfassen unter anderem:

- Die Grundlagen des NLP: Erfahren Sie mehr über die Geschichte und die Grundprinzipien des NLP. Entdecken Sie die Zusammenhänge zwischen Sprache, Denkmustern und Verhalten und wie Sie diese für Ihr persönliches Wachstum nutzen können.
- Kommunikationstechniken: Lernen Sie effektive Kommunikationstechniken des NLP, um Ihre Botschaften klarer zu vermitteln, Konflikte zu lösen und bessere Beziehungen

aufzubauen. Erfahren Sie, wie Sie nonverbale Signale erkennen und nutzen können, um Ihre Kommunikation zu verbessern.

- Veränderung von Denkmustern: Entwickeln Sie Techniken des NLP, um limitierende Glaubenssätze und negative Denkmuster zu erkennen und zu transformieren. Erlernen Sie Strategien zur positiven Umgestaltung Ihrer Gedanken und zur Förderung persönlicher Stärken.
- Zielsetzung und Erfolgsstrategien: Erfahren Sie, wie Sie klare Ziele setzen und diese mit Hilfe von NLP-Strategien effektiv verfolgen können. Lernen Sie, Blockaden zu überwinden und Ihre Motivation aufrechtzuerhalten, um erfolgreichere Ergebnisse zu erzielen.
- Dieses Seminar richtet sich an alle, die ihr persönliches Wachstum fördern, ihre Kommunikationsfähigkeiten verbessern und ihre Ziele effektiver erreichen möchten. Melden Sie sich jetzt an und tauchen Sie ein in die faszinierende Welt des NLP, um Ihre Lebensqualität und Ihr Potenzial zu maximieren.

25-11103

Di, ab 21.01.2025, 17:00 - 21:00 Uhr,
2 Wochen | 10 UStd. |

53,30 Euro, ermäßigt: 42,64 Euro,
VHS

Marc Lischewski

25-11104

Di, ab 09.09.2025, 17:00 - 21:00 Uhr,
2 Wochen | 10 UStd. |

53,30 Euro, ermäßigt: 42,64 Euro,
VHS

Marc Lischewski

Orientierung am Sternenhimmel

Der Kurs in zwei Teilen setzt keine speziellen Kenntnisse voraus. Er ist für Laien und Anfänger gedacht. Was versteht man unter der Himmelskugel, der Ekliptik und dem Tierkreis? Wie kann man am Abendhimmel die zirkumpolaren Sternbilder, die Sternbilder des Sommerdreiecks und des Wintersechsecks, die

Andromeda, den Andromedanebel und vieles andere mehr finden?

Was sind eigentlich Äquator- und Horizontsystem und welche Informationen kann man

durch die drehbare Sternkarte erhalten? Bitte Bleistift, Radiergummi und Lineal mitbringen!

25-11500

Mi, 19.02.2025 & Do, 20.02.2025,
jeweils 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr | 4 UStd. |
16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro,
VHS

Dr. Johanna Moldenhauer

Ein Spaziergang am Sternenhimmel

Was wir mit bloßen Augen und Teleskopen am Himmel beobachten können. Welche Möglichkeiten haben die Astronomen geschaffen, um immer tiefere Erkenntnisse über den Kosmos zu gewinnen? Wie hat sich dadurch unser wissenschaftliches Weltbild erweitert und verändert? Während eines Rundgangs lernen Sie die Teleskope der Sternwarte kennen und können selbst vergleichen, wie sich die Ansicht der Planeten und des Mondes mit bloßen Augen und mit Hilfe eines Teleskopes unterscheidet. Gern realisieren wir auch Ihre Beobachtungswünsche.

25-11503

Do, 06.02.2025, 18:00 - 21:00 Uhr | 4 UStd. |
16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro

Die Sternwarte kann erreicht werden über Eischleben (von Erfurt kommend):

Am Ortsausgang links Richtung Kirchheim abbiegen. In Kirchheim folgen Sie bitte der Ausschilderung zum Parkplatz der Sternwarte und dem kurzen Fußweg.

Volkssternwarte Kirchheim

Dr. Ralf Neubauer / Dr. Jürgen Schulz

Beobachtungen am Tageshimmel

Wir zeigen Ihnen, wie man die Sonne gefahrlos betrachten kann. Die verschiedenen Beobachtungsmöglichkeiten geben uns einen Überblick der unterschiedlichen Vorgänge auf der Sonne. Dabei können wir auch die Verursacher der Polarlichter sehen.

Spannend wird es, wenn wir uns auf die Suche nach Himmelsobjekten begeben, die man eigentlich erst abends beobachtet.

Sollte sich die Sonne nicht zeigen, steht Ihnen ein umfangreiches Beobachtungsmaterial, das wir an der Sternwarte gewonnen haben, zur Verfügung, um die Sonne mit all ihren Erscheinungen kennenzulernen.

FOLGST DU UNS SCHON?



www.erfurt.de/vhs



www.facebook.com/vhs.erfurt



www.instagram.com/vhs.erfurt

#volkshochschuleerfurt
#findedeinenkurs
#zukunftsor_vhs



25-11504

So, 18.05.2025, 09:45 - 12:00 Uhr | 4 UStd. | 16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro
 Die Sternwarte kann erreicht werden über Eischleben (von Erfurt kommend):
 Am Ortsausgang links Richtung Kirchheim abbiegen. In Kirchheim folgen Sie bitte der Ausschilderung zum Parkplatz der Sternwarte und dem kurzen Fußweg.
 Volkssternwarte Kirchheim
 Dr. Ralf Neubauer / Dr. Jürgen Schulz

Erstaunliches, Schönes und Bizarres am Himmel

Immer wieder fragt man sich, was hinter so machen Erscheinungen am Himmel steckt. Wie können sie erklärt und eingeordnet werden? Braucht man dazu Übersinnliches oder gibt uns unser wissenschaftliches Weltbild ausreichend Raum und Möglichkeit zum Verständnis? Heute wollen wir anhand verschiedener Beispiele darüber diskutieren.
 Welchen Erkenntnisgewinn eine Amateursternwarte mit ihren Teleskopen hierzu liefern kann, erfahren Sie bei einem Rundgang.
 Dabei soll die eigene Beobachtung im Vordergrund stehen.

25-11505

Do, 30.10.2025, 18:00 - 21:00 Uhr | 4 UStd. | 16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro
 Die Sternwarte kann erreicht werden über Eischleben (von Erfurt kommend):
 Am Ortsausgang links Richtung Kirchheim abbiegen. In Kirchheim folgen Sie bitte der Ausschilderung zum Parkplatz der Sternwarte und dem kurzen Fußweg.
 Volkssternwarte Kirchheim
 Dr. Ralf Neubauer / Dr. Jürgen Schulz

Obstbaumschnitt - Übungsschnittkurs

Im Frühjahr werden traditionell Obstbäume geschnitten. Wer auf diesem Gebiet unsicher ist und immer schon mal fundiert lernen wollte, wie das eigentlich geht, dem bietet die Fuchsfarm eine gute Möglichkeit.

Am 22. März 2025, 9 bis 16 Uhr, findet ein reiner Übungstag statt. Zunächst schauen wir uns Spalierobst und Viertelstämme bei der LVG Thüringen in der Leipziger Str. an. Ab Mittag geht's dann auf die Streuobstwiese im Steiger.
 Alexander Seyboth - Dipl.-Ing. Gartenbau und

ein ausgebildeter Baumwart und Experte des naturgemäßen Obstbaumschnitts - vermittelt anschaulich die Schnittführung. Dabei wird der Inhalt der bisherigen Kurse nochmals kurz wiederholt. Natürlich werden auch wertvolle Hinweise zum Werkzeug gegeben.
 Die Teilnehmerzahl beträgt max. 15 Personen

25-11510

Sa, 22.03.2025, 09:00 - 16:00 Uhr | 9 UStd. | Gebühr: 40,00 Euro inkl. Verpflegung und Getränke wird durch die Erfurter Fuchsfarm e. V. erhoben, Die Teilnahmegebühr beträgt 40,00 Euro und beinhaltet neben dem Seminar auch die Verpflegung. Die Gebühr wird durch die Erfurter Fuchsfarm e. V. erhoben
 Treffpunkt: Parkplatz des Gartencenter Zimmermann, Leipziger Straße 75 b, 99085 Erfurt
 Alexander Seyboth

Obstbaumschnitt - Sommerschnittkurs

Wenn die Pflaumen am Baum hängen und die Wasserschosser schießen, dann ist es Zeit für den Sommerschnitt. Hierzu veranstaltet der Erfurter Fuchsfarm e.V. am Samstag, den 21.06.2025 von 9 bis 16 Uhr ein Praxisseminar Sommerschnitt.

Streuobstwiesen und alte Obstbäume sind sehr selten und benötigen eine regelmäßige Pflege. Auf der Fuchsfarm finden daher regelmäßig Obstbaumschnittseminare statt. Die Teilnehmer werden in Theorie aber vor allem Praxis geschult.

25-11511

Sa, 21.06.2025, 09:00 - 16:00 Uhr | 9 UStd. | Die Teilnahmegebühr beträgt 40,00 Euro und beinhaltet neben dem Seminar auch die Verpflegung. Die Gebühr wird durch die Erfurter Fuchsfarm e. V. erhoben, Die Teilnahmegebühr beträgt 40,00 Euro und beinhaltet neben dem Seminar auch die Verpflegung. Die Gebühr wird durch die Erfurter Fuchsfarm e. V. erhoben
 Erfurter Fuchsfarm e. V.
 Alexander Seyboth

Gärtnern mit der Natur

Gärtnern macht Freude und bringt Erfolg, wenn man mit der Natur zusammenarbeitet. Rechtzeitig, vor Beginn der diesjährigen Gartensaison, machen wir uns Gedanken zu Lebensräumen in einem Naturgarten, standortgerechter Pflanzung, Fruchtfolge und Bodenpflege, organischer Düngung, vorbeugendem Pflanzenschutz sowie zum ressourcenschonenden und klimagerechten Gärtnern.

Im interaktiven Vortrag, mit Diskussion und Austausch, erläutert die Leiterin der GartenAkademie-Thüringen wie das Zusammenspiel mit Natur und Garten gelingen kann.

Ruth Bredenbeck ist Dipl.-Ing. für Gartenbau und Leiterin der GartenAkademie Thüringen.



Naturnahes Gärtnern

© Ruth Bredenbeck

25-11514

Mo, 27.01.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
VHS

Ruth Bredenbeck



Ruth Bredenbeck

© Grit Kästner

Permakultur im Gemüsegarten (Vortrag)

Einen Garten als essbares Ökosystem gestalten – wie geht das? Wie können Kreisläufe im Gemüsegarten geschlossen werden und somit ein umweltverträglicher Anbau stattfinden? Im Vortrag werden diese Fragen mit Impulsen und Praxistipps aus der Permakultur beantwortet. Wiebke Degler ist als Pädagogin und Künstlerin im Bereich BNE spezialisiert auf Wildpflanzen, Landart und zukunftsfähigen Gemüsebau.

25-11516

Di, 04.03.2025, 18:40 - 20:10 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
VHS

Wiebke Degler

Bäume in der Stadt

Im Zentrum von Erfurt wachsen viele verschiedene Bäume. Sie sorgen für ein gutes Stadtklima und verbessern die Aufenthaltsqualität an urbanen Orten. Sie dienen als Treffpunkt oder unterstreichen die Architektur von Gebäuden.

Bei dem Streifzug durch die City lernen wir einige Baumarten näher kennen. Auch geht es darum, auf welche Bedingungen Bäume in der Stadt im Vergleich zum Wald treffen, wozu

ein Baumkataster da ist und was Baumpflege bedeutet.

Bäume haben auch Symbolcharakter für uns, den schon alte Völker für sich erkannten. Das zeigt sich im Liedgut, in zahlreichen Ritualen oder unserem Wortschatz. So gelingt ein umfassender Blick auf unsere Bäume und auf ein wichtiges Stück Natur vor unserer Haustür.

25-11518

Mo, 12.05.2025, 17:30 - 19:00 Uhr | 2 UStd. | 8,00 Euro,

Treffpunkt: Hof der Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, Erfurt
Uta Eweleit-Fornell

Hausmittel selbst herstellen

Putz- und Pflegemittel aus der Drogerie sind oft nicht ökologisch. Die Liste mit Inhaltsstoffen ist lang und undurchsichtig. Wir stellen ausgewählte Putz- und Pflegemittel wie Waschpulver, Spülmittel und Deocreme zum Mitnehmen selbst her und lernen so nachhaltige Alternativen zu den herkömmlichen Produkten kennen. Wiebke Degler ist als Pädagogin und Künstlerin im Bereich BNE spezialisiert auf Wildpflanzen, Landart und zukunftsfähigen Gemüsebau.

25-11520

Mo, 17.03.2025, 18:00 - 20:15 Uhr | 3 UStd. | gebührenfrei,
VHS - Lehrküche
Wiebke Degler

Erste Hilfe für die Katze

In diesem Kurs erlernen Sie Informationen über Erstmaßnahmen, die Sie bei Ihrer Katze bei Erkrankungen und Unfällen durchführen können, bis der Tierarzt die weitere Versorgung übernimmt.

- Wie messe ich Puls- und Atemfrequenz? Was tun, wenn beides aussetzt (Herz-Lungen-Wiederbelebung)?
- Wie transportiere ich mein verletztes Tier und Sorge für meinen Eigenschutz?
- Was tun bei Schock, Verletzungen, Hitzschlag, möglichen Vergiftungen, Knochenbrüchen, Blutungen, Insektenstichen, Fremdkörpern, Verkehrsunfall, Verletzungen am Kopf, Abszessen und Bissverletzungen?

Gemeinsam üben wir an Modellen in praktischen Übungen die Herz-Lungen-Wiederbelebung, das richtige Anlegen eines Druckverbandes und noch mehr.

25-11523

Mi, 19.03.2025, 17:00 - 20:00 Uhr | 4 UStd. | 16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro,
VHS

Lara von Lindeiner, Tierärztin

25-11524

Mo, 20.10.2025, 17:00 - 20:00 Uhr | 4 UStd. | 16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro,
VHS

Lara von Lindeiner, Tierärztin

Erste Hilfe für den Hund

In diesem Kurs erlernen Sie Informationen über Erstmaßnahmen, die Sie bei Ihrem Hund bei Erkrankungen und Unfällen durchführen können, bis der Tierarzt die weitere Versorgung übernimmt.

- Wie messe ich Puls- und Atemfrequenz? Was tun, wenn beides aussetzt (Herz-Lungen-Wiederbelebung)?
- Wie transportiere ich mein verletztes Tier und Sorge für meinen Eigenschutz?
- Was tun bei Schock, Verletzungen, Hitzschlag, möglichen Vergiftungen, Knochenbrüchen, Blutungen, Insektenstichen, Fremdkörpern, Verkehrsunfall, Verletzungen am Kopf, Abszessen und Bissverletzungen?

Gemeinsam üben wir an Modellen in praktischen Übungen die Herz-Lungen-Wiederbelebung, das richtige Anlegen eines Druckverbandes und noch mehr.

25-11525

Mo, 31.03.2025, 17:00 - 20:00 Uhr | 4 UStd. | 16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro,
VHS

Lara von Lindeiner, Tierärztin

25-11526

Mo, 29.09.2025, 17:00 - 20:00 Uhr | 4 UStd. | 16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro,
VHS

Lara von Lindeiner, Tierärztin

Grundwissen zum Hund, Teil 1 – Das 1x1 der Hundekrankheiten und alles, was Sie Ihren Tierarzt schon immer Fragen wollten

„In diesem Kurs lernen Sie die wichtigsten Erkrankungen, die Ihren Hund belasten können, kennen. Sie eignen sich ein Grundwissen über Prävention von einigen Erkrankungen an.

- Was ist denn eigentlich „normal“?
- Wie erkenne ich eine lebensbedrohliche Erkrankung rechtzeitig?
- Was kann ich zuhause versorgen und womit sollte ich schnellstmöglich zum Tierarzt?
- Was kann ich tun, um Zahnstein vorzubeugen und was sagt mit eigentlich der Kot meines Hundes?

Außerdem bleibt genug Zeit für Ihre eigene Frage, die Sie Ihrem Tierarzt schon immer stellen wollten.

25-11527

Mi, 02.04.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |

12,00 Euro,

VHS

Lara von Lindeiner, Tierärztin

Grundwissen zum Hund, Teil 2 – Adipositas, warum ein schlanker Hund gesünder ist und Vor- und Nachteile der Kastration

In der Fortsetzung des Kurses „Grundwissen zum Hund“ beschäftigen wir uns intensiv mit der Ernährung Ihres Hundes und klären die Frage, warum ein schlanker Hund gesünder ist. Sie erlernen grundlegende Fakten, mit denen Sie sich in der Auswahl eines für Ihren Hund geeigneten Futtermittels sicher fühlen können. Anhand von Beispielen üben Sie eine geeignete Futtermittelauswahl.

Im zweiten Teil klären wir die Frage: Kastration oder Sterilisation, was ist das eigentlich? Außerdem sprechen wir kritisch über die Vor- und Nachteile einer Kastration.

Schließlich bleibt genug Zeit, um Ihre Fragen zu klären.

25-11528

Mi, 21.05.2025, 17:00 - 20:00 Uhr | 4 UStd. |

16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro,

VHS

Lara von Lindeiner, Tierärztin

Grundkurs Hund

Grundlagen Hundewissen (Doreen Denstädt)

- Der Hund als bester Freund des Menschen, aber warum und wie kam es dazu?
- Ontogenes des Hundes – wichtige Schritte der Entwicklungsgeschichte
- Körpersprache der Hunde (Sebastian Schroth)
- Was sagt mein Hund, zu mir, zu anderen Hunden? Und vor allem wie?
- Lerntheoretische Grundlagen der Hundebildung (Volker Brandt)
- Klassische und operante Konditionierung in der Hundebildung. Was gilt es zu beachten?
- Theoretische Einführung Erste Hilfe am Hund
- Von Wundversorgung bis Notsituation erkennen und richtig handeln.

25-11529

Fr, ab 07.11.2025, 17:00 - 21:00 Uhr,

2 Wochen | 10 UStd. |

40,00 Euro, ermäßigt: 32,00 Euro,

VHS

Verschiedene



Grundlagen der Verkehrssicherheit

Landesprojekt der Landesverkehrswacht Thüringen

Überblick über Verkehrsregeln, Rechte und Pflichten, Förderung von Verständnis und Respekt, Bedeutung umweltfreundlicher Verkehrsmittel.

Dieser Workshop richtet sich an alle Verkehrsteilnehmer, unabhängig von Ihrem Alter oder Ihrer Erfahrung.

25-11706

Do, 06.03.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
VHS
Silke Marktscheffel

**Grundlagen der Verkehrssicherheit -
Erkennung und Vermeidung von Gefahren**

Landesprojekt der Landesverkehrswacht
Thüringen
Strategien zur Gefahrenerkennung, sicheres
Verhalten, Notfallsituationen, Einsatz technolo-
gischer Hilfsmittel.
Dieser Workshop richtet sich an alle Verkehrs-
teilnehmer, unabhängig von Ihrem Alter oder
Ihrer Erfahrung.

25-11707

Do, 15.05.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
VHS
Silke Marktscheffel

**Grundlagen der Verkehrssicherheit -
Kommunikation und Verhalten bei Konflikten**

Landesprojekt der Landesverkehrswacht
Thüringen
Kommunikationstechniken, Konfliktmanage-
ment, Entwicklung von Empathie und Geduld,
Analyse von Fallstudien.
Dieser Workshop richtet sich an alle Verkehrs-
teilnehmer, unabhängig von Ihrem Alter oder
Ihrer Erfahrung.

25-11708

Do, 18.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
VHS
Silke Marktscheffel



Kultur und Gestalten



**Ihr Ansprechpartner und Fachbereichsleiter**

Andreas Jäckel
Tel.: 0361 655-2973
E-Mail: malschule@erfurt.de

**Bereich 2**

Kurskurse für Jugendliche und Erwachsene

„Die Kunst ist die stärkste Form von Individualismus, welche die Welt kennt.“

Oscar Wilde
Einfach schön! Die Überwältigung und die Bewunderung von den Bilderwelten großer Meister lassen viele Menschen vor lauter Ehrfurcht erstarren und an den eigenen Fähigkeiten zweifeln, eventuell eigene Bilderwelten zu schaffen, ohne es überhaupt probiert zu haben. Dieser Aspekt verhindert oft den Einstieg und den Glauben in die persönliche Kreativität, die in allen wohnt und meistens nur einen kleinen Anstoß braucht, um ins Rollen zu kommen. Die Offenheit und die Neugier für etwas Neues braucht es jedoch schon. Das persönliche Selbstvertrauen kommt und steigt im schöpferischen Tun sowie dem Ausbau der handwerklichen - künstlerischen Fähigkeiten. Es ist dann eine Herausforderung, den Prozess des Lernens und des unermüdlichen Schaffens nicht abreißen zu lassen. Wir bieten eine Vielfalt von Kursen in künstlerischen Grundlagen und weiterführenden inhaltlichen Stoffen, im Naturstudium, der Malerei, der Keramik, der Druckgrafik, in der Holzbearbeitung mit Tischlerwerkstätten und der Holzbildhauerei. Die Künstler vermitteln Ihnen notwendige Grundlagen und geben verständliche Anleitungen bei der Entstehung Ihrer eigenen Werke, um das Optimale aus einem Motiv bzw. einer Bildidee heraus zu holen. Thematisch eingearbeitet bzw. verbunden mit den individuellen Vorstellungen in den Bilderwelten, werden die Jahresthemen „Europa“ und „Bildung für nachhaltige Entwicklung“. Wir hoffen auf Ihr Interesse an unseren Angeboten und wünschen Ihnen viel Spaß, angenehme und zugleich fesselnde Begegnungen in der Welt der Kunst, eine stilvolle und farbige Zeit in unseren Ateliers.

Aquarell und seine Vielseitigkeit

„Der Zufall ist mir wichtiger als der Verstand“

Francis Bacon

Bilder malen, so wie sie der Verstand nie erschaffen würde. Zufälle tauchen im Aquarell auf und machen es lebendig. Das Aquarell ist ein Medium, das sich durch Widerstände ausdrückt und überraschende Momente hervorrufen kann. Man kann aber auch sehr genau und kontrolliert damit arbeiten. Seine Vielfalt

ist grenzenlos. Die Leichtigkeit des Aquarells bleibt dabei immer zentrale Ausdruckskraft. In diesem Workshop geht es um das sinnliche Erfassen und Wiedergeben des Gesehenen. Lernen Sie zu beobachten und die Möglichkeiten des Aquarells in seinen besonderen Eigenschaften und seiner Vielfältigkeit und Leichtigkeit zu verwenden. Über das Ausprobieren verschiedenster Aquarelltechniken sowie das Zeichnen als Vorstudie sollen Teilnehmer mit den Themen wie Porträt, bewegte und unbewegte Natur, figürlichem Gestalten, Landschaft und Stilleben in Berührung gebracht werden. Dieser Aquarellkurs bietet die Möglichkeit, sich unter fachkundiger Anleitung kreativ zu entfalten. Als Kursleiterin möchte ich die Teilnehmenden in ihren individuellen Anlagen bestärken und gleichzeitig technische Grundlagen vermitteln. Die Freude am Malen, Zeichnen und künstlerischen Ausprobieren steht dabei im Vordergrund. Das schafft Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Jeder kennt die „Angst vorm weißen Blatt“. Diese Angst zu nehmen, ist erklärtes Ziel meiner Arbeit. Ich möchte die Teilnehmer ermutigen, zu einer natürlichen Naivität und Leichtigkeit in der Betrachtung zurück zu finden und dabei den Blick für das Schöne zu schärfen.

25-20500

Mo, ab 10.02.2025, 09:00 - 11:15 Uhr,
10 Wochen | 30 UStd. |

120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 25,00 Euro

VHS

Julia Kneise

25-20501

Mo, ab 01.09.2025, 09:00 - 11:15 Uhr,
10 Wochen | 30 UStd. |

120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 25,00 Euro

VHS

Julia Kneise

Offenes Atelier

Das offene Atelier hält die Bandbreite von außergewöhnlichen Bildideen bereit und bietet viele Anregungen zur eigenen Kreativität. Der heutzutage unkonventionelle Umgang mit bildnerischen Techniken in der modernen Malerei und Grafik hat zu ungewöhnlichen Methoden geführt und wird auch helfen, Ihre

Ausdrucksmöglichkeiten zu erweitern. Die Teilnehmenden werden in verschiedene Techniken der Malerei und Grafik sowie der Kombination von mehreren Gestaltungsmöglichkeiten eintauchen. Im individuellen Austausch mit dem Dozenten nähert sich jeder Teilnehmer seinem eigenen Bildthema. Ziel ist es, gemeinsam den Weg zu einer eigenen bildnerischen Gestaltung und Handschrift zu erarbeiten oder diese weiter auszubauen.

25-20502

Mo, ab 10.02.2025, 12:00 - 14:15 Uhr,
10 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 17,00 Euro
VHS
Julia Kneise

25-20503

Mo, ab 01.09.2025, 12:00 - 14:15 Uhr,
10 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 17,00 Euro
VHS
Julia Kneise



Räuber-Pastellkreide
© Christina Wöhner

Kreatives und intuitives Malen

„Kreativität stellt die natürliche Lebensordnung dar. Leben ist Energie: reine, kreative Energie.“

Alexander Jeanmaire

Möchten Sie einfach mal malen - kreativ und intuitiv? Suchen Sie eine Möglichkeit, sich mit Farben und Formen auszuprobieren? Haben Sie

Lust und Freude am Gestalten, ohne Vorgaben und ohne Anforderung an das künstlerische Produkt?

Nach dem Motto: Jeder kann malen! Ich möchte Sie einladen Ihr Vertrauen in die eigene Fähigkeit zu wecken, mit Lust und Freude Ihre Kreativität zu entdecken und zu einem schöpferischen Erlebnis werden zu lassen. Freuen Sie sich auf farbenfrohe „Malstunden“.

25-205031

Mo, ab 22.09.2025, 18:40 - 21:00 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Katrin Schollmeyer-Niebuhr

Malen zu Märchen und Mythen

„Kunst gibt nicht das Sichtbare wieder, sondern Kunst macht sichtbar.“

Paul Klee

Märchen, Sagen und Mythen sind so alt wie die Menschheit. Sie lassen uns eintauchen in eine Welt mit Prinzessinnen, Prinzen, Hexen, Zaubern, mit Gut und Böse. Diese Malabende zu ausgewählten Märchen bieten Möglichkeiten, sich kreativ mit Farben und

Formen neu auszuprobieren. Zu den jeweiligen Märchen können Sie einer individuellen Stimmung oder inneren Bewegtheit farblich Ausdruck verleihen, ohne Anspruch an die Gestaltung selbst. In diesem „Malkurs“ kommt es nicht darauf an, „schöne“ Bilder zu malen.

Im Vordergrund steht:

Die Freude am kreativen Tun.

Das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten neu zu entdecken.

Die Lust am Ausprobieren von Farben und Formen.

25-205032

Mo, ab 01.12.2025, 18:40 - 21:00 Uhr,
3 Wochen | 9 UStd. |
36,00 Euro, ermäßigt: 28,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 12,00 Euro
VHS
Katrin Schollmeyer-Niebuhr

Druckwerkstatt

„Du bist von dem Moment an verloren, an dem du weißt, wie das Ergebnis aussehen wird.“

Juan Gris

Der Linolschnitt, der Holzschnitt (japanischer Holzschnitt), die Radierung und der Siebdruck sind Varianten der graphischen Drucktechnik. Dieser Kurs ist eine praktische Einführung in die experimentellen Verfahren des künstlerischen Drucks. Der Kurs richtet sich an Neugierige, die etwas über die künstlerischen Drucktechniken lernen oder für sich ausbauen wollen. Diese bieten eine große Vielfalt an künstlerisch- grafischen Gestaltungsmöglichkeiten und geben Raum für eigene kreative Experimente. Wir laden Sie ein, in diesem Kurs etwas über die Kunst des Druckens zu lernen oder schon etwas Erlerntes zu vertiefen.

25-20504

Mo, ab 10.02.2025, 19:00 - 20:30 Uhr,
12 Wochen | 24 UStd. |

96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 25,00 Euro

VHS

Masami Saito

25-20505

Mo, ab 01.09.2025, 19:00 - 20:30 Uhr,
12 Wochen | 24 UStd. |

96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 25,00 Euro

VHS

Masami Saito

25-20506

Mi, ab 12.02.2025, 19:00 - 20:30 Uhr,
12 Wochen | 24 UStd. |

96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 25,00 Euro

VHS

Masami Saito

25-20507

Mi, ab 03.09.2025, 19:00 - 20:30 Uhr,
12 Wochen | 24 UStd. |

96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 25,00 Euro

VHS

Masami Saito

Bildnerischer Ausdruck

Dieser Kurs schafft Begegnungen und lässt Sie über kreatives Arbeiten der Unruhe des Alltags entfliehen und in eigene Welten eintauchen. Entdecken Sie im offenen Atelier die Vielseitigkeit der Möglichkeiten des kreativen und künstlerischen Arbeitens. In diesem Kurs sollen Sie Ihre Fähigkeiten in verschiedensten künstlerischen Bereichen zum Ausdruck bringen und sich selbst kreativ entfalten können. Dabei wird ein vielseitiges Angebot von graphischen Darstellungen in Form von Zeichnungen mit Bleistift, Kohle, Pastell, Tusche etc. , über die malerische Arbeit mit Acryl, Aquarell oder auch anderen Techniken Ihrer Kreativität freien Raum geben und viele interessante Anregungen schaffen. Die Freude am kreativen Schaffen soll dabei im Vordergrund stehen. Lassen Sie sich auf verschiedene bildnerische Themen wie Landschaft, Stillleben oder Porträt ein und lernen Sie dabei unter fachkundiger Anleitung und Verwendung verschiedener Techniken, das Gesehene sinnlich zu erfassen und wieder zu geben. Jeder kennt die Angst vorm weißen Blatt. Diese Angst zu nehmen und dabei den Blick für das Wesentliche und Schöne zu schärfen, ist erklärtes Ziel meiner Arbeit. Denn es schafft Vertrauen in die eigenen Möglichkeiten.

25-20508

Di, ab 11.02.2025, 09:00 - 11:15 Uhr,
10 Wochen | 30 UStd. |

120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 18,00 Euro

VHS

Julia Kneise

25-20509

Di, ab 02.09.2025, 09:00 - 11:15 Uhr,
10 Wochen | 30 UStd. |

120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 18,00 Euro

VHS

Julia Kneise

Alles rund ums Zeichnen

In der Zeichnung liegt die stille Kraft, Sie ist der Ursprung und der Beginn aller Darstellungen und dabei eine mögliche Art zu sehen. Die Angst vor dem weißen Blatt zu nehmen und dabei den Blick für das Wesentliche zu schärfen, ist das erklärte Ziel meiner Arbeit. Das schafft

Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. In diesem Zeichenkurs lernen Sie alles über die Schönheit der Zeichnung und die unglaubliche Vielfältigkeit der Linie. Unter fachkundiger Anleitung können Sie dabei verschiedenste graphische Techniken und Materialien ausprobieren, vertiefen und weiterentwickeln. Entdecken Sie die Freude daran, Neues auszuprobieren und bisher unbekannte Techniken für sich zu entdecken. Erkunden Sie dabei zeichnerisch Themen, wie Stilleben, Landschaft, Portrait und anderem, unter Verwendung vielfältiger graphischer Materialien, wie Bleistift, Tusche, Kohle, Pastell, Rötel und vielem mehr. Dabei stehe ich Ihnen mit fachkundiger Anleitung zur Seite. Bei mir lernen Sie, akademische Grundtechniken mit freien Ansätzen zu verbinden. Die Individualität des eigenen Zeichenstiles zu stärken und entwickeln ist mir ein wichtiges Anliegen. Die Freude am Zeichnen und Ausprobieren steht bei meinen Kursen im Vordergrund.

25-20510

Di, ab 11.02.2025, 12:00 - 14:15 Uhr,
10 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Julia Kneise

25-20511

Di, ab 02.09.2025, 12:00 - 14:15 Uhr,
10 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Julia Kneise

Offenes Atelier

Das offene Atelier hält die Bandbreite von außergewöhnlichen Bildideen bereit und bietet viele Anregungen zur eigenen Kreativität. Der heutzutage unkonventionelle Umgang mit bildnerischen Techniken in der modernen Malerei hat zu ungewöhnlichen Methoden geführt und wird auch helfen, Ihre Ausdrucksmöglichkeiten zu erweitern. Die Teilnehmenden werden in verschiedene Techniken der Malerei und Grafik sowie der Kombination von mehreren Gestaltungsmöglichkeiten eintauchen. Im individuellen Austausch mit dem Dozenten nähert sich jeder Teilnehmer seinem eigenen Bildthema. Ziel ist es, gemeinsam den Weg zu

einer eigenen bildnerischen Gestaltung und Handschrift zu erarbeiten oder diese weiter auszubauen.

25-20512

Di, ab 11.02.2025, 12:30 - 14:00 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 17,00 Euro
VHS
Andreas Jäckel

25-20513

Di, ab 02.09.2025, 12:30 - 14:00 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 17,00 Euro
VHS
Andreas Jäckel

25-20514

Di, ab 11.02.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Michal Schmidt



Venedig-Tuschezeichnung
© Heidrun Mäder

Kunst, Kultur und Gestalten

25-20515

Di, ab 02.09.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Michal Schmidt

25-20516

Di, ab 11.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Sophie Von Hayek

25-20517

Di, ab 02.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Sophie Von Hayek

Naturstudium

„Der Künstler sollte jede Ansicht verwerfen, die nicht auf der verständnisvollen Beobachtung des Charakteristischen beruht.“

Paul Cézanne

Das Naturstudium bildet die handwerkliche Basis für alle weiteren künstlerischen Ausdrucksmöglichkeiten. Es geht um das Erkennen des Wesentlichen von Dingen und um Grundsätze der Gestaltung mit Licht - Schatten - Wirkung, Strukturen, Proportionen und Räumlichkeiten. Hauptsächlich werden mit Bleistift, Kreide, Kohle und Tusche Gegenstände, Pflanzen und Tiere bzw. natürlich auch nach freier Motivwahl, zeichnerisch umgesetzt und Sichtweisen erarbeitet. Dabei gilt: „Übung macht den Meister!“ Der Unterricht findet in der Volkshochschule, in den städtischen Museen und - wenn es das Wetter erlaubt - auch im Freien statt.

25-20518

Di, ab 11.02.2025, 19:00 - 20:30 Uhr,
8 Wochen | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
Lernmittelgebühr: 12,00 Euro
VHS
Sophie Von Hayek

25-20519

Di, ab 02.09.2025, 19:00 - 20:30 Uhr,
8 Wochen | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
Lernmittelgebühr: 12,00 Euro
VHS
Sophie Von Hayek

Aquarell - Abstraktion & Realität

Innerhalb dieses Kurses werden die TeilnehmerInnen an die Kunst der Vorstellung und der Abstraktionswiedergabe herangeführt. Im Mittelpunkt steht die spielerische Anwendung der Farbe als Material. Es werden die Grundtechniken der Aquarellmalerei und deren experimentelle Anwendungsmöglichkeiten vermittelt. Die Motivwahl wird anhand einiger szenischer Atelierstudien vor Ort entwickelt. Es bietet sich auch die Gelegenheit in der Landschaft oder in der Stadt zu malen. Ziel ist die Erschaffung einer eigenen Werkserie mit künstlerischem Potential. Es werden kleinere abstrakte und realistische Werke mittels der Aquarellmalerei angefertigt. Der Kursinhalt hat den Anspruch, die eigene Vorstellungskraft der TeilnehmerInnen zu fördern, um letztendlich mit äußerst wenigen Mitteln die eigene Kreativität anzuregen. Dabei werden die individuellen Qualitäten der TeilnehmerInnen besonders berücksichtigt.

25-205191

Di, ab 21.01.2025, 18:00 - 20:15 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 25,00 Euro
VHS
Katja Hochstein

25-205192

Di, ab 22.04.2025, 18:00 - 20:15 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
VHS
Katja Hochstein

25-205193

Di, ab 19.08.2025, 18:00 - 20:15 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 25,00 Euro
VHS; Katja Hochstein

25-205194

Di, ab 04.11.2025, 18:00 - 20:15 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 25,00 Euro
VHS
Katja Hochstein

Offenes Atelier

Das offene Atelier hält die Bandbreite von außergewöhnlichen Bildideen bereit und bietet viele Anregungen zur eigenen Kreativität. Der heutzutage unkonventionelle Umgang mit bildnerischen Techniken in der modernen Malerei hat zu ungewöhnlichen Methoden geführt und wird auch helfen, Ihre Ausdrucksmöglichkeiten zu erweitern. Die Teilnehmenden werden in verschiedene Techniken der Malerei und Grafik sowie der Kombination von mehreren Gestaltungsmöglichkeiten eintauchen. Im individuellen Austausch mit dem Dozenten nähert sich jeder Teilnehmer seinem eigenen Bildthema. Ziel ist es, gemeinsam den Weg zu einer eigenen bildnerischen Gestaltung und Handschrift zu erarbeiten oder diese weiter auszubauen.

25-20520

Di, ab 06.05.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
6 Wochen | 12 UStd. |
48,00 Euro, ermäßigt: 38,40 Euro,
Lernmittelgebühr: 18,00 Euro
VHS
Andreas Jäckel

25-20521

Di, ab 28.10.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
8 Wochen | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
Lernmittelgebühr: 23,00 Euro
VHS
Andreas Jäckel

Kreative Kartengestaltung mit Mixed-Media

Aquarell meets Fineliner meets Collage meets ... - Im Kurs werden kreative und geschmackvolle Glückwunsch- und Grußkarten zu verschiedenen Anlässen im Mixed-Media-Stil gestaltet. Mithilfe verschiedenster Techniken entstehen individuelle Kunstwerke. Wir upcyclen Materialien aus dem Alltag, probieren Neues und kombinieren einzelne Elemente zu einem

stimmigen Gesamtbild. Verschiedene Schriften und Letterings vervollständigen die Bilder zu harmonischen Gesamtkompositionen. Langweilige gekaufte Karten von der Stange gehören ab sofort der Vergangenheit an - Werden Sie selbst kreativ und verschenken Sie handgemachte Unikate.

25-20522

Do, ab 06.03.2025, 17:30 - 19:45 Uhr,
3 Wochen | 9 UStd. |
36,00 Euro, ermäßigt: 28,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 12,00 Euro
VHS
Andreas Jäckel

25-20524

Mi, ab 19.11.2025, 17:30 - 19:45 Uhr,
3 Wochen | 9 UStd. |
36,00 Euro, ermäßigt: 28,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 12,00 Euro
VHS
Andreas Jäckel

Offenes Atelier

Das offene Atelier hält die Bandbreite von außergewöhnlichen Bildideen bereit und bietet viele Anregungen zur eigenen Kreativität. Der heutzutage unkonventionelle Umgang mit bildnerischen Techniken in der modernen Malerei hat zu ungewöhnlichen Methoden geführt und wird auch helfen, Ihre Ausdrucksmöglichkeiten zu erweitern. Die Teilnehmenden werden in verschiedene Techniken der Malerei und Grafik sowie der Kombination von mehreren Gestaltungsmöglichkeiten eintauchen. Im individuellen Austausch mit dem Dozenten nähert sich jeder Teilnehmer seinem eigenen Bildthema. Ziel ist es, gemeinsam den Weg zu einer eigenen bildnerischen Gestaltung und Handschrift zu erarbeiten oder diese weiter auszubauen.

25-20530

Do, ab 13.02.2025, 14:00 - 16:15 Uhr,
10 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 18,00 Euro
VHS
Andreas Jäckel

25-20531

Do, ab 04.09.2025, 14:00 - 16:15 Uhr,
10 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 17,00 Euro
VHS
Andreas Jäckel

Acrylmalerei

„Malen ist nicht schwierig, solange man nichts davon versteht. Wenn man diese Kunst aber begriffen hat, dann wird man gefordert.“

Edgar Degas

Der sichere Umgang mit gestalterischen Methoden und Techniken ist eine wichtige handwerkliche Grundlage zur künstlerischen Umsetzung von Ideen. Künstlerisches Arbeiten - insbesondere, wenn es sich auf einem anspruchsvollen Niveau entfalten soll - erfordert Fähigkeiten, die weit über das Handwerkliche hinausgehen. Der Kurs soll die Entwicklung einer individuellen künstlerischen Haltung leiten und fördern, um zu einer eigenen Sprache in der Malerei zu finden und sich weiter zu entdecken. Nur aus dieser Haltung heraus ist ein zufriedenstellender Schaffensprozess und der Aufbau einer eigenständigen und überzeugenden künstlerischen Bildidentität möglich - Malerei mit Acrylfarben auf Karton oder Leinwand zu frei wählbaren Themen bzw. Motiven.

25-20532

Do, ab 23.01.2025, 18:00 - 20:15 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 25,00 Euro
VHS; Katja Hochstein

25-20533

Do, ab 24.04.2025, 18:00 - 20:15 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 25,00 Euro
VHS
Katja Hochstein

25-20534

Do, ab 21.08.2025, 18:00 - 20:15 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 25,00 Euro
VHS
Katja Hochstein

25-20535

Do, ab 06.11.2025, 18:00 - 20:15 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 25,00 Euro
VHS
Katja Hochstein

Zentangle® – Meditatives Zeichnen

Zentangle® ist eine Miniaturform abstrakter Kunst und eine Methode des meditativen Zeichnens. Hierbei werden mit einem schwarzen Fineliner Muster auf einen 8,9 x 8,9 cm kleinen, hochwertigen Kunstdruckkarton (Kachel) gezeichnet. Im Kurs werden die Teilnehmenden Schritt für Schritt bzw. Strich für Strich von der leeren Kachel hin zum individuellen Kunstwerk geführt. Nachdem die Grundlagen vermittelt wurden, werden wir die klassischen Wege verlassen und mit anderen Formaten, Untergründen und Materialien spielen. Wir werden bekannte Muster analysieren, auseinanderlegen und wieder neu zusammensetzen. Farbe wird ins Spiel kommen. Die Zentangle-Methode ist auch für diejenigen geeignet, die glauben, nicht zeichnen zu können – lasst euch von euch selbst überraschen! Zentangle® kann dazu beitragen, zu innerer Ruhe und Entspannung zu finden. Wahrnehmung, Auge-Hand-Koordination und Feinmotorik werden geschult. Konzentration, Ausdauer und Selbstwertgefühl sowie Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten werden unterstützt. Während des Zeichnens wird der Kopf freier, man entspannt sich und das Aggressionspotential sinkt. Zentangle® eignet sich hervorragend für alle Altersklassen. Wer einen Stift halten, Linien und Bögen zeichnen kann, kann auch tangeln!

25-20538

Do, ab 16.01.2025, 17:00 - 19:25 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS; Manja Reinhardt-Linke

25-20539

Do, ab 28.08.2025, 17:00 - 19:25 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS; Manja Reinhardt-Linke

Künstlerisches zum Wochenende für Jugendliche und Erwachsene



Beispiele Zentangle
© Manja Reinhard-Linke

Japanischer Holzdruck

Holzschnitt ist nicht gleich Holzschnitt! Verglichen mit der hier üblichen Technik des Holzschnitts, bei welcher mit einer Walze aufgetragene Druckfarbe mit Hilfe einer Presse auf die Oberfläche des Papiers gedruckt wird, wird in der japanischen Technik die mit Pinseln aufgetragene Wasserfarbe auf Japanpapier nur mit einer Handpresse gedruckt. Die Farbe dringt so tief in das Papier ein. Das Ergebnis ist fein und umweltfreundlich. Die Holzschnitte, die mittels dieser Technik gedruckt werden, wirken äußerst malerisch und ähneln eher Aquarellen. Die Künstlerin Masami Saito hat mehrere Jahre japanischen Holzschnitt studiert und hat schon viele Erfahrungen in diesem Bereich sowohl als Künstlerin als auch als Dozentin für diese technisch und künstlerisch anspruchsvolle Drucktechnik.

25-20540

Sa, ab 01.03.2025, 10:00 - 16:00 Uhr,
2 Tage | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
VHS
Masami Saito

25-20541

Sa, ab 31.05.2025, 10:00 - 16:00 Uhr,
2 Tage | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
VHS
Masami Saito

25-20542

Sa, ab 25.10.2025, 10:00 - 16:00 Uhr,
2 Tage | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
VHS
Masami Saito

25-20543

Sa, ab 13.12.2025, 10:00 - 16:00 Uhr,
2 Tage | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
VHS
Masami Saito

Druckwerkstatt

„Du bist von dem Moment an verloren, an dem du weißt, wie das Ergebnis aussehen wird.“

Juan Gris

Der Linolschnitt, der Holzschnitt (japanischer Holzschnitt), die Radierung und der Siebdruck sind Varianten der graphischen Drucktechnik. Dieser Kurs ist eine praktische Einführung in die experimentellen Verfahren des künstlerischen Drucks. Der Kurs richtet sich an Neugierige, die etwas über die künstlerischen Drucktechniken lernen oder für sich ausbauen wollen. Diese bieten eine große Vielfalt an künstlerisch-grafischen Gestaltungsmöglichkeiten und geben Raum für eigene kreative Experimente. Wir laden Sie ein, in diesem Kurs etwas über die Kunst des Druckens zu lernen oder schon etwas Erlerntes zu vertiefen.

25-20544

Sa, ab 26.04.2025, 10:00 - 16:00 Uhr,
2 Tage | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
Lernmittelgebühr: 25,00 Euro
VHS
Masami Saito

Kalligrafie - Von Uniziale bis zum Lettering

Die Kalligrafie ist die Kunst des schönen Schreibens. Schnuppern Sie hinein in die Welt der Kalligrafie und begeben Sie sich in einen kreativen Flow. Denn: spielerisches Üben von Schrift bringt Sie mit Leichtigkeit in neue Wahrnehmungsräume. Ihre Gedanken werden Worte und Sprache. So entstehen grafische und kontrastreiche Schrift-Bilder mit „EigenSinn“.

25-20545

Sa, ab 29.03.2025, 10:00 - 15:00 Uhr,
2 Tage | 12 UStd. |
48,00 Euro, ermäßigt: 38,40 Euro,
Lernmittelgebühr: 12,00 Euro
VHS
Andreas Jäckel

25-20546

Sa, ab 22.11.2025, 10:00 - 15:00 Uhr,
2 Tage | 12 UStd. |
48,00 Euro, ermäßigt: 38,40 Euro,
Lernmittelgebühr: 12,00 Euro
VHS
Andreas Jäckel

Zentangle® – Inspirierte Kunst auf Osterkarten und Frühlingsdeko

Zentangle® ist eine Miniaturform abstrakter Kunst und eine Methode des meditativen Zeichnens. Ganz klassisch werden mit einem schwarzen Fineliner Muster auf einen 8,9 x 8,9 cm kleinen, hochwertigen Kunstdruckkarton (Kachel) gezeichnet. Der Frühlingsanfang steht vor der Tür und auch Ostern ist nicht mehr weit. In diesem Workshop lassen wir uns von der Zentangle-Methode inspirieren und zaubern mittels der Muster wunderschöne Frühlings- und Osterkarten sowie Dekoration. Ideal zum Verschenken, aber auch für die eigenen vier Wände. Lasst uns den Frühling gemeinsam herbei tangeln, voller Freude und Entspannung! Zentangle® eignet sich hervorragend für alle Altersklassen.

Wer einen Stift halten, Linien und Bögen zeichnen kann, kann auch tangeln! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

25-20547

Sa, 29.03.2025, 10:00 - 15:00 Uhr |
6 UStd. | 24,00 Euro, ermäßigt: 19,20 Euro,
Lernmittelgebühr: 10,00 Euro
VHS
Manja Reinhardt-Linke

Sommergrüße mit Zentangle® inspirierten Postkarten und Briefen

Zentangle® ist eine Miniaturform abstrakter Kunst und eine Methode des meditativen Zeichnens. Ganz klassisch werden mit einem schwarzen Fineliner Muster auf einen 8,9 x 8,9 cm kleinen, hochwertigen Kunstdruckkarton (Kachel) gezeichnet. Wie wäre es, in diesem Jahr selbstgestaltete Urlaubskarten und -Briefe zu versenden? In diesem Workshop lassen wir uns von der klassischen Zentangle-Methode inspirieren und kombinieren gezeichnete florale Muster mit der Collage-Technik. Gemeinsam und Schritt für Schritt zeichnen, kleben und stempeln wir und gestalten wunderbare, individuelle Postkarten und Briefe. Entspannung, Freude und Staunen garantiert! Zentangle® eignet sich hervorragend für alle Altersklassen. Wer einen Stift halten, Linien und Bögen zeichnen kann, kann auch tangeln! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

25-205471

Sa, 17.05.2025, 10:00 - 15:00 Uhr |
6 UStd. | 24,00 Euro, ermäßigt: 19,20 Euro,
Lernmittelgebühr: 10,00 Euro
VHS
Manja Reinhardt-Linke

Zentangle® Inspirierte Kunst auf Weihnachtskarten und Weihnachtsdeko

Zentangle® ist eine Miniaturform abstrakter Kunst und eine Methode des meditativen Zeichnens. Ganz klassisch werden mit einem schwarzen Fineliner Muster auf einen 8,9 x 8,9 cm kleinen, hochwertigen Kunstdruckkarton (Kachel) gezeichnet. In diesem vorweihnachtlichen Workshop lassen wir uns von der Zentangle-Methode inspirieren und zeichnen

weihnachtliche Formen und Muster auf verschiedenste Papiere, Formate und Materialien. Ideal zum Verschenken, aber auch zum Dekorieren in den eigenen vier Wänden. Lasst uns dem vorweihnachtlichen Stress für ein paar Stunden entfliehen und gemütlich miteinander Tangeln - Entspannung garantiert! Zentangle® eignet sich hervorragend für alle Altersklassen. Wer einen Stift halten, Linien und Bögen zeichnen kann, kann auch tangeln! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich

25-205472

Sa, 08.11.2025, 10:00 - 15:00 Uhr | 6 UStd. | 24,00 Euro, ermäßigt: 19,20 Euro, Lernmittelgebühr: 10,00 Euro
VHS

Manja Reinhardt-Linke

Wochenendkurse für Jugendliche und Erwachsene (ab 14 Jahre)

Das Portrait

„Ich male Niemanden, den ich nicht bewundere“.

Elisabeth Peyton

Lernen Sie in diesem Kurs unter fachkundiger Anleitung die Schönheit und Individualität der Portraiddarstellung in ihrer unendlichen Vielfalt kennen. In diesem Kurs wird sich mit der Verwendung unterschiedlichster graphischer und malerischer Mittel dem Thema Porträt genähert. In meinem Unterricht mischen sich akademische Ansätze und Techniken mit freien Ausdrucksmitteln und lassen dabei immer Raum für die Entfaltung eigener Ausdruckskraft und Kreativität. Ich möchte Sie dabei bestärken und unterstützen, das Gesehene mit eigener Interpretation und erlernten Techniken umzusetzen und Ihre Fähigkeiten weiter auszubauen. Das schafft Vertrauen in die eigenen Möglichkeiten. Dabei arbeiten wir mit Bleistift, Kohle, Tusche, Acryl oder Aquarell und vielem mehr. Die Freude am Malen und Zeichnen steht dabei immer im Vordergrund. Jeder kennt die „Angst vorm Weißen Blatt“. Ihnen diese Angst zu nehmen, Ihren Blick für das Sinnliche und Schöne zu schärfen und Sie dabei auch ab und an zum freien Strich zu ermutigen und in eine kindliche Art der Betrachtungsweise zurückzuführen, ist erklärtes Ziel meiner Arbeit.

25-20549

Sa, 08.11.2025, 10:00 - 17:15 Uhr | 9 UStd. | 36,00 Euro, ermäßigt: 28,80 Euro, Lernmittelgebühr: 12,00 Euro
VHS
Katja Hochstein

Workshop Collage

25-20550

Sa, 22.03.2025, 10:00 - 17:15 Uhr | 9 Std. | 36,00 Euro, ermäßigt: 28,80 Euro, Lernmittelgebühr: 18,00 Euro
VHS
Andreas Jäckel

Workshop Pastellmalerei

„Wenn du eine innere Stimme hörst, die sagt: „Du kannst nicht malen“, dann male auf jeden Fall, damit diese Stimme zum Schweigen gebracht wird.“

Vincent van Gogh

Dieser Workshop lässt Sie über kreatives Arbeiten der Unruhe des Alltags entfliehen und in eigene Welten eintauchen. Es sind Welten der Farbe, Formen und des Sinnlichen. Die Malerei drückt sich durch Wahrnehmungen und Empfindungen aus und ist damit auch eine mögliche Art zu sehen. Die Pastellmalerei ist eine wunderbare Mischung aus malerischen und graphischen Elementen. Sie birgt viele Geheimnisse und Möglichkeiten des Ausdruckes. Entdecken Sie die Vielseitigkeit des Umgangs mit Pastellkreiden und Stiften. Unter fachkundiger Anleitung können Sie Ihre Fähigkeiten zum Ausdruck bringen, entwickeln und sich selbst kreativ entfalten. Lernen Sie Techniken des Kreideauftrages, Farbkompositionen erschaffen, effektiv arbeiten und kontrastreiches anzuwenden. Entdecken Sie den Reiz, Neues auszuprobieren und bisher unbekannte Techniken und Arbeitsweisen für sich zu entdecken. Die Individualität jedes einzelnen Teilnehmers ist mir dabei sehr wichtig. Ich möchte Sie als Kursleiterin daher in Ihrer eigenen Ausdrucksweise bestärken, zur Freiheit und Individualität ermutigen. Die Freude am kreativen Schaffen soll dabei im Vordergrund stehen. Lernen Sie mit Hilfe verschiedener Techniken, das Gesehene sinnlich zu erfassen und wiederzugeben. Jeder kennt die „Angst

vorm weißen Blatt“. Diese Angst zu nehmen und dabei den Blick für das Wesentliche und Schöne zu schärfen, ist erklärtes Ziel meiner Arbeit. Denn es schafft Vertrauen in die eigenen Möglichkeiten.

25-20551

Sa, 22.11.2025, 10:00 - 17:15 Uhr | 9 UStd. |

36,00 Euro, ermäßigt: 28,80 Euro,

Lernmittelgebühr: 15,00 Euro

VHS

Julia Kneise



Weststrand Darß © Gudrun Straka

Acrylmalerei für Fortgeschrittene - Von der Skizze zum fertigen Bild

„Malen ist nicht schwierig, solange man nichts davon versteht. Wenn man diese Kunst aber begriffen hat, dann wird man gefordert.“

Edgar Degas

Der sichere Umgang mit gestalterischen Methoden und Techniken ist eine wichtige handwerkliche Grundlage zur künstlerischen Umsetzung von Ideen. Künstlerisches Arbeiten - insbesondere, wenn es sich auf einem anspruchsvollen Niveau entfalten soll - erfordert Fähigkeiten, die weit über das Handwerkliche hinausgehen. Der Kurs soll die Entwicklung einer individuellen künstlerischen Haltung leiten und fördern, um zu einer eigenen Sprache in der Malerei zu finden und sich weiter zu entdecken. Nur aus dieser Haltung heraus ist ein zufriedenstellender Schaffensprozess und der Aufbau einer eigenständigen und überzeugenden künstlerischen Bildidentität möglich - Freie Malerei in verschiedenen Acryltechniken auf Karton oder Leinwand zu frei wählbaren Themen bzw. Motiven.

25-20552

Sa, ab 25.01.2025, 10:00 - 16:00 Uhr,

2 Tage | 16 UStd. |

64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,

Lernmittelgebühr: 25,00 Euro

VHS

Julia Kneise

Die Illustration

„Kreativität ist nichts anderes, als eine ausgebauten Straße zu verlassen, um neue Wege zu suchen.“

Willy Meurer, Publizist

Dieser Workshop soll begeisterten Kunschtaschenden, Bücherwürmern und Liebhabern des erzählenden Bildes die Möglichkeit geben, sich kreativ zu entfalten. Die Freude am Zeichnen, Malen und dem bildhaften Erzählen steht dabei im Vordergrund. Unter fachkundiger Anleitung sollen die Teilnehmer in Ihrer Phantasie bestärkt und zugleich ermutigt werden, ihre eigenen Ausdrucksformen zu entdecken und auszuprobieren. Unter Verwendung verschiedenster Arbeitsmittel, wie Bleistift, Pigmentliner, Aquarell- und Faserstiften und vielem weiteren Material, kann die Vielseitigkeit der Illustration als Darstellungsform kennen gelernt werden. Mit Spaß und Freude am Erzählen des Erlebten, durch Erfinden von Figuren und Geschichten, oder dem Illustrieren von Bekanntem, werden in diesem Kurs individuelle Formensprachen gefunden. Eigene erfundene oder erlebte Geschichte sowie Bekanntes darf hier kreativ umgesetzt und gestaltet werden. Lassen Sie sich dabei inspirieren von bekannten Autoren und Illustratoren in Material und Bild. Mir als Kursleiterin ist es dabei wichtig, die Teilnehmer in ihrem kreativen Mut, ihrer Phantasie und ihrer unverstellten Sicht auf die Dinge nicht zu bremsen, sondern zu eigenen Positionen zu ermutigen.

25-20553

Sa, 14.06.2025, 10:00 - 17:15 Uhr | 9 UStd. |

36,00 Euro, ermäßigt: 28,80 Euro,

Lernmittelgebühr: 12,00 Euro

VHS

Julia Kneise

Goldpainting - Edelmetallisch Malen & Zeichnen

25-20554

Sa, 15.02.2025, 10:00 - 17:15 Uhr | 9 UStd. |
36,00 Euro, ermäßigt: 28,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 35,00 Euro
VHS
Julia Kneise

Siebdruck

Das Siebdruckverfahren ist eine großartige, effiziente Produktionstechnik und im Textildruck der Platzhirsch. Es können mit einem Sieb viele Drucke umgesetzt werden. Dieses Druckverfahren ist eine wundervolle Art des kreativen Ausdrucks, um auf einem Stück Papier handbedruckte Kunstwerke zu schaffen sowie eigene Textilien zu gestalten. So gibt es viele grafische Anwendungsmöglichkeiten. Die Entwicklungsphase ist ein anspruchsvoller, schöpferischer Prozess.

25-20555

Sa, ab 30.08.2025, 10:00 - 16:00 Uhr,
2 Tage | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
Bitte T-Shirts und zu bedruckende Sachen selber mitbringen. Papiere in verschiedenen Formatgrößen sind ausreichend vorhanden. Außenstelle Lernort „Freiraum“ - Magdeburger Allee 22
Simone Hopf

25-205551

Sa, ab 15.11.2025, 10:00 - 16:00 Uhr,
2 Tage | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
Bitte T-Shirts und zu bedruckende Sachen selber mitbringen. Papiere in verschiedenen Formatgrößen sind ausreichend vorhanden. Außenstelle Lernort „Freiraum“ - Magdeburger Allee 22;
Simone Hopf

25-205552

Sa, ab 13.12.2025, 10:00 - 16:00 Uhr, 2 Tage | 16 UStd. | 64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
Bitte T-Shirts und zu bedruckende Sachen selber mitbringen. Papiere in verschiedenen

Formatgrößen sind ausreichend vorhanden. Außenstelle Lernort „Freiraum“ - Magdeburger Allee 22
Simone Hopf

Naturstudium

„Der Künstler sollte jede Ansicht verwerfen, die nicht auf der verständnisvollen Beobachtung des Charakteristischen beruht.“

Paul Cézanne

Das Naturstudium bildet die handwerkliche Basis für alle weiteren künstlerischen Ausdrucksmöglichkeiten. Es geht um das Erkennen des Wesentlichen von Dingen und um Grundsätze der Gestaltung mit Licht - Schatten - Wirkung, Strukturen, Proportionen und Räumlichkeiten. Hauptsächlich werden mit Bleistift, Kreide, Kohle, Tusche bzw. natürlich auch weitere (Mal-)Techniken, Gegenstände, Pflanzen, Tiere, Architektur, Landschaften zeichnerisch umgesetzt und Sichtweisen erarbeitet. Dabei gilt: „Übung macht den Meister!“ Der Unterricht findet in der Volkshochschule, in den städtischen Museen und - wenn es das Wetter erlaubt - auch im Freien statt.

25-20556

Sa, ab 17.05.2025, 10:00 - 13:45 Uhr,
2 Tage | 10 UStd. |
40,00 Euro, ermäßigt: 32,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 12,00 Euro
VHS
Julia Kneise

Naturalistisches Zeichnen

„Der Künstler sollte jede Ansicht verwerfen, die nicht auf der verständnisvollen Beobachtung des Charakteristischen beruht.“

Paul Cézanne

Das naturalistische Zeichnen ist die naturgetreue Abbildung von Gegenständen. Es geht um das Erkennen des Wesentlichen von Dingen und um Grundsätze der Gestaltung mit Licht - Schatten - Wirkung, Strukturen, Proportionen und Räumlichkeiten. Hauptsächlich werden verschiedene Bildmotive mit Bleistift, Kreide, Kohle und Tusche zeichnerisch umgesetzt. Der Kurs ist auch geeignete für „Mappenschüler“, die sich auf einer Kunsthochschule oder Universität bewerben wollen.

25-20557

Sa, ab 06.09.2025, 10:00 - 16:00 Uhr,
2 Tage | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
Lernmittelgebühr: 12,00 Euro
VHS
Julia Kneise

Akt- und künstlerischer Anatomiekurs

Das Aktzeichnen ist ein figürliches Naturstudium, in dem es darum geht, Proportionen und die Anatomie des Menschen zu erfassen und künstlerisch umzusetzen. Mit verschiedenen Zeichenmaterialien und unter Einsatz von Farben soll das Wesentliche der menschlichen Figur und die künstlerischen Möglichkeiten ihrer Darstellung erfasst werden, zwei- und dreidimensional...

Nach Möglichkeit steht ein Aktmodell zur Verfügung.

25-20558

Sa, ab 24.05.2025, 10:00 - 16:00 Uhr,
2 Tage | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
Lernmittelgebühr: 12,00 Euro
Zusatzleistungen Aktmodell: 12,00 Euro
VHS
Michal Schmidt

25-20559

Sa, ab 29.11.2025, 10:00 - 16:00 Uhr,
2 Tage | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
Lernmittelgebühr: 12,00 Euro
Zusatzleistungen Aktmodell: 12,00 Euro
VHS
Michal Schmidt

Adventsatelier - Ein kreativer Ateliertag zur Adventszeit

„Die Adventszeit ist die Zeit, in der man Zeit hat, darüber nachzudenken, wofür es sich lohnt, sich Zeit zu nehmen.“

Gudrun Kropp
In diesem Ateliertag tauchen Sie in einer geselligen Atmosphäre bei Kerzenschein und Glühwein ein in die Welt des Aquarells in weihnachtlicher Stimmung und Vorfreude. In verschiedenen Aquarelltechniken und unter fachkundiger Anleitung entstehen hier weihnachtliche Motive. Entwerfen Sie Weih-

nachtsgrußkarten oder ein Bildgeschenk für Ihre Lieben und leben Sie sich dabei kreativ aus. Dieser Ateliertag lädt ein zum Wohlfühlen, Zusammenkommen und ist eine Einladung an jeden Aquarell- und Adventsliebhaber. Aquarell ist Lebendigkeit durch Zufälle. Es drückt sich durch Widerstände aus und kann überraschende Momente hervorrufen. Man kann aber auch sehr genau und kontrolliert damit arbeiten. Seine Vielfalt ist grenzenlos. Die Leichtigkeit des Aquarells bleibt dabei immer zentrale Ausdruckskraft. Dieser Adventsworkshop bietet die Möglichkeit, sich unter fachkundiger Anleitung kreativ zu entfalten, Neues auszuprobieren und dabei dem Alltag zu entfliehen. Als Kursleiterin möchte ich die Teilnehmer in Ihren individuellen Anlagen bestärken und gleichzeitig technische Grundlagen vermitteln. Die Freude am Malen, Zeichnen und Ausprobieren steht dabei im Vordergrund. Das schafft Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Ich möchte dabei immer den Blick für das Schöne schärfen.

25-20580

Sa, 13.12.2025, 10:00 - 17:15 Uhr | 9 UStd. |
36,00 Euro, ermäßigt: 28,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 12,00 Euro
VHS
Julia Kneise



Julia Kneise © Grit Kästner

Tischlerwerkstatt

Möbel nach eigenen Ideen selber bauen? Wo, wenn nicht hier! Die Teilnehmenden können ihre eigenen Möbel kreieren, bauen und künstlerisch gestalten. In diesem Kurs werden theoretisch und praktisch Grundlagen der Holzbearbeitung und Handwerkstechniken durch eine Übungsaufgabe mit unterschiedlichen Eckverbindungen vermittelt. Währenddessen können die individuellen Projekte besprochen und vorbereitet werden. Zu bedenken ist, dass eine gute Planung fast ebenso viel Zeit in Anspruch nimmt, wie die eigentliche „Tischlerarbeit“. Vorbereitung ist Alles! Es versteht sich von selbst, dass in der begrenzten Zeit und dem Raum in der Werkstatt keine Großprojekte (Schrankwand, Bett . . .) verwirklicht werden können. Das Atelier unARTique ist eine kleine, aber technisch gut ausgestattete Werkstatt. Das Material wird nach Absprache und gemeinsamer Planung selber mitgebracht oder kann von der Künstlerin gekauft werden. Es wird wegen der individuellen Arbeiten und dem Platz an den Maschinen in Kleingruppe mit maximal 3 Teilnehmenden getischlert! Gegenseitige Rücksichtnahme bei kleinen Staus an den Maschinen tragen zur entspannten Arbeitsatmosphäre bei ;) Sollte das Projekt nicht in der gebuchten Zeit abgeschlossen werden können, ist es möglich, zusätzliche Stunden bei der Dozentin zu buchen.

25-20700

Mo, ab 13.01.2025, 17:00 - 19:15 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
256,08 Euro, ermäßigt: 204,72 Euro,
Atelier unARTique Ariane Mees
Ariane Mees

25-20701

Di, ab 14.01.2025, 17:00 - 19:15 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
256,08 Euro, ermäßigt: 204,72 Euro,
Atelier unARTique Ariane Mees
Ariane Mees

25-20702

Mo, ab 17.03.2025, 17:00 - 19:15 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
256,08 Euro, ermäßigt: 204,72 Euro,
Atelier unARTique Ariane Mees
Ariane Mees

25-20703

Di, ab 25.03.2025, 17:00 - 19:15 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
256,08 Euro, ermäßigt: 204,72 Euro,
Atelier unARTique Ariane Mees
Ariane Mees

25-20704

Mo, ab 18.08.2025, 17:00 - 19:15 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
256,08 Euro, ermäßigt: 204,72 Euro,
Atelier unARTique Ariane Mees
Ariane Mees

25-20705

Di, ab 19.08.2025, 17:00 - 19:15 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
256,08 Euro, ermäßigt: 204,72 Euro,
Atelier unARTique Ariane Mees
Ariane Mees

25-20706

Mo, ab 27.10.2025, 17:00 - 19:15 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
256,08 Euro, ermäßigt: 204,72 Euro,
Atelier unARTique Ariane Mees; Ariane Mees

25-20707

Di, ab 28.10.2025, 17:00 - 19:15 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
256,08 Euro, ermäßigt: 204,72 Euro,
Atelier unARTique Ariane Mees
Ariane Mees

Tischlerwerkstatt - Workshop Beistelltisch



Beistelltische © Ariane Mees

Die große Nachfrage für das Angebot „Tischlerwerkstatt“ hat uns veranlasst, diesen Workshop auch für die Wochenenden anzubieten. Diese sind unterschiedlich thematisch für alle Teilnehmenden besetzt. Sie bieten natürlich trotzdem den individuellen Gestaltungsspiel-

Kunst, Kultur und Gestalten

raum. Die Grundlagen der Holzbearbeitung werden im Tun vermittelt. Das Atelier unARTique ist eine technisch sehr gut ausgestattete Werkstatt. Es wird wegen der individuellen Arbeiten und dem Platz an den Maschinen in Kleingruppe mit maximal 3 Teilnehmenden gearbeitet! An diesem Wochenende soll ein Beistelltisch entstehen.

25-20708

Sa, ab 29.03.2025, 10:00 - 15:00 Uhr,
2 Tage | 12 UStd. |
128,04 Euro, ermäßigt: 102,36 Euro,
zzgl. Materialkosten: 80,00 Euro für den
Beistelltisch, die direkt an die Künstlerin
entrichtet werden.
Atelier unARTique Ariane Mees
Ariane Mees

Tischlerwerkstatt - Workshop Cajon

25-20709

Sa, ab 24.05.2025, 10:00 - 15:00 Uhr,
2 Tage | 12 UStd. |
128,04 Euro; ermäßigt: 102,36 Euro,
zzgl. Materialkosten: 70,00 Euro für den
Beistelltisch, die direkt an die Künstlerin
entrichtet werden.
Atelier unARTique Ariane Mees
Ariane Mees

Tischlerwerkstatt - Workshop Beistelltisch

25-20710

Sa, ab 13.09.2025, 10:00 - 15:00 Uhr,
2 Tage | 12 UStd. |
128,04 Euro; ermäßigt: 102,36 Euro,
zzgl. Materialkosten: 80,00 Euro für den
Beistelltisch, die direkt an die Künstlerin
entrichtet werden.
Atelier unARTique Ariane Mees
Ariane Mees

Holzbildhauerei

Holz ist warm, gemasert, mal leicht und weich, mal hart und grob, safrangelb, nussbraun, dunkel . . . Holz ist einfach ein wunderbares Material, aus dem wunderbare Dinge erarbeitet werden können. Der Umgang verlangt jedoch, wie überall im Reich der Künste, ein gewisses Maß an Wissen über die Verarbeitung und die Eigenheiten des Rohstoffes. In diesem Kurs wird vermittelt, was man über das Material Holz und

seine Eigenarten wissen sollte, was und wie mit Schnitzseisen, Schlegel & Co aus einem Stück abgelagertem und kantischem Holz geschaffen werden kann, Gebrauchsgegenstände für den Alltag oder Skulpturen . . . Die Teilnehmenden bestimmen, was entstehen soll und werden in Ihrem Tun professionell begleitet.

25-20712

Mi, ab 15.01.2025, 17:30 - 19:45 Uhr, 8 Wochen |
24 UStd. | 192,00 Euro, ermäßigt: 153,60 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
Atelier unARTique Ariane Mees
Melanie Fieger

25-20713

Do, ab 16.01.2025, 17:00 - 19:15 Uhr, 8 Wochen |
24 UStd. | 192,00 Euro, ermäßigt: 153,60 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
Atelier unARTique Ariane Mees
Melanie Fieger

25-20714

Mi, ab 19.03.2025, 17:30 - 19:45 Uhr, 8 Wochen |
24 UStd. | 192,00 Euro, ermäßigt: 153,60 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
Atelier unARTique Ariane Mees
Melanie Fieger

25-20715

Do, ab 20.03.2025, 17:00 - 19:15 Uhr, 8 Wochen |
24 UStd. | 192,00 Euro, ermäßigt: 153,60 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
Atelier unARTique Ariane Mees
Melanie Fieger

25-20716

Mi, ab 28.05.2025, 17:30 - 19:45 Uhr, 5 Wochen |
15 UStd. | 120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
Atelier unARTique Ariane Mees
Melanie Fieger

25-20717

Mi, ab 20.08.2025, 17:00 - 19:15 Uhr, 8 Wochen |
24 UStd. | 192,00 Euro, ermäßigt: 153,60 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
Atelier unARTique Ariane Mees
Melanie Fieger

25-20718

Do, ab 21.08.2025, 17:30 - 19:45 Uhr, 8 Wochen |
24 UStd. | 192,00 Euro, ermäßigt: 153,60 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
Atelier unARTique Ariane Mees
Melanie Fieger



EINE FRAGE, Herr Dr. Ungewiß:

“Wie war Ihr Kurs an der Volkshochschule Erfurt?”

“Der Tischlerkurs bei Ariane Mees im Atelier „unARTique“ war ein Geschenk zu einem runden Geburtstag, welcher mir in besonders schöner Erinnerung geblieben ist und den ich gern wiederholen möchte. Mit ihrer einfühlsamen und freundlichen Art unterstützte und begleitete Frau Mees uns vier Kursteilnehmenden über 10 Wochen bis zur Fertigstellung der von uns selbst geschaffenen Möbelstücke. Neben etwas Theorie zum Werkstoff Holz und der Fertigung von Zinkenverbindungen von Hand, gab es viele kleine Tipps und immer einen frischen Tee. Die kleine Werkstatt in der Nordhäuser Straße hat auch einen ausgesuchten Maschinenpark, den wir unter Aufsicht ebenfalls nutzen konnten. Übrigens, ich habe noch alle Finger an beiden Händen!”

Dr. Werner Ungewiß, Leiter des Amtes für Bildung Erfurt

Kunst, Kultur und Gestalten

25-20719

Mi, ab 29.10.2025, 17:00 - 19:15 Uhr, 8 Wochen | 24 UStd. | 192,00 Euro, ermäßigt: 153,60 Euro, Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
Atelier unARTique Ariane Mees
Melanie Fieger

25-20720

Do, ab 30.10.2025, 17:00 - 19:15 Uhr, 8 Wochen | 24 UStd. | 192,00 Euro, ermäßigt: 153,60 Euro, Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
Atelier unARTique Ariane Mees
Melanie Fieger

25-20721

Sa, ab 15.03.2025, 10:00 - 15:00 Uhr, 2 Tage | 12 UStd. | 96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro, Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
Atelier unARTique Ariane Mees
Melanie Fieger

25-20722

Sa, ab 17.05.2025, 10:00 - 15:00 Uhr, 2 Tage | 12 UStd. | 96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro, Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
Atelier unARTique Ariane Mees
Melanie Fieger

25-20723

Sa, ab 06.09.2025, 10:00 - 15:00 Uhr, 2 Tage | 12 UStd. | 96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro, Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
Atelier unARTique Ariane Mees
Melanie Fieger
Wochenendkurse

Mehr als Möbel - Upcycling – Weihnachtsgeschenk für Lieblingsemensch

Dieser Kurs ist etwas Kopf, Hand und vor allem Herz: Sie gestalten ein nachhaltiges Weihnachtsgeschenk für einen Lieblingsemenschen. Schauen Sie einfach im Keller, auf dem Dachboden, bei Bekannten nach einem verwaisten Kleinmöbel, das Sie anspricht. Vielleicht begegnet es Ihnen gar am Straßenrand. Gemeinsam wandeln wir die mitgebrachten Stücke mit Kreidefarben um: zauberhaft oder farbenfroh, schlicht oder gemustert, u.u.u.. Gemeinsam mit anderen können Sie sich gegenseitig inspirieren. Dazu gibt es an jedem der 4 Abende fachlich-kreative Überraschungsimpulse dazu, wie Ihr Möbelunikat für den Lieblings-Mensch zu etwas ganz Besonderem wird und sozusagen, Ihren individuellen Ausdruck oder auch Ihre

Botschaft in oder an sich trägt. Hervorragend geeignet auch für Anfänger.

25-20724

Do, ab 20.11.2025, 17:30 - 19:45 Uhr, 4 Wochen | 12 UStd. | 76,80 Euro, ermäßigt: 61,44 Euro, Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Ulrike Niewerth
Wochenendkurse

Mehr als Möbel-Upcycling – Verwandeln mit Kreidefarben



kaputter Nachtschrank nach Upcycling
© Ulrike Niewerth

Sie wollten schon immer mal einen Möbel-Hin-gucker mit Charakter selbst gestalten, interessieren sich für Upcycling, haben da noch dieses alte Teil von Opa, oder möchten ihr Fundstück zu neuem Leben erwecken? Dann sind Sie hier gold- besser farbrichtig. Denn ein Möbel mit ökologischen Kreidefarben umgestalten – das ist gar nicht so schwer.

Sie bringen ihr eigenes kleines Möbel mit

(z.B. Beistelltisch, Hocker, Nachtschränken, Stuhl). Zunächst gibt es Basiswissen zu Möbel-Upcycling und dem Umgang mit Kreidefarben. Dann geht es mit Hilfe und in einer kleinen Gruppe von 3 – 5 Teilnehmern auch schon los. Sie wandeln mit Pinsel, Rolle und Farbe ihr eigenes Stück, das Sie zuvor nochmal ganz neu betrachten und erfahren können, um. Sie brauchen weder Vorerfahrung noch „Talent“ – trauen Sie sich einfach.

Im Vordergrund steht der Prozess, was da auftaucht an Farb- und Gestaltungsidee und die Freude am Verwandeln von Möbeln. Natürlich gibt es auch Tipps & Tricks, um dem Stück eine besondere Note zu geben. Am Ende nehmen Sie Ihren ganz eigenen „Möbel-Schatz“ mit nach Hause.

25-207241

Sa, ab 08.03.2025, 10:00 - 16:00 Uhr, 2 Tage | 16 UStd. | 102,40 Euro, ermäßigt: 81,92 Euro, Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Ulrike Niewerth

25-207242

Sa, ab 25.10.2025, 10:00 - 16:00 Uhr, 2 Tage | 16 UStd. | 102,40 Euro, ermäßigt: 81,92 Euro, Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Ulrike Niewerth
Wochenendkurse

Mehr als Möbel-Upcycling: Ein Stück von Dir bleibt – Ein Angebot für Menschen, die Abschied nehmen

Für viele, die geliebte Menschen verlieren, ist das Leeren von Wohnung und Zimmern - ob von Eltern, Partner oder Kind, ein schwerer Prozess. Am Ende scheint oft nur das Wegwerfen oder Entsorgen zu stehen. Manch doch aufbewahrtes Möbelstück verwaist später im Keller. Selbst Möbel, die eine tiefe Verbindung zum verlorenen Menschen haben und voller Erinnerungen und Geschichten sind, passen einfach nicht ins eigene Heim. Doch so ein Möbel mit Hilfe umzugestalten, ist gar nicht so schwer - und tut der Seele gut. Aus dem Alten entsteht etwas Neues, das sich stimmig anfühlt und seinen Platz bekommt. Ein „Stück“ des geliebten Menschen

bleibt – in mehrfachem Sinne. Als erfahrene Sozialpädagogin vermag ich die Prozesse rund um den Möbelwandel achtsam zu begleiten. Neben dem nötigen Basiswissen zum Umgang mit Kreidefarben in Theorie & Praxis gibt es auch immer wieder Raum zu Austausch und kurze Impuls-Phasen. Und wer mag, kann gleich noch ein Begleitstück mitgestalten: z.B. einen passenden Bilderrahmen, oder ein Büchlein zu seinem besonderen „Möbel mit Geschichte“.

25-207243

Sa, ab 22.03.2025, 10:00 - 16:00 Uhr, 2 Tage | 16 UStd. | 102,40 Euro, ermäßigt: 81,92 Euro, Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Ulrike Niewerth

25-207244

Sa, ab 08.11.2025, 10:00 - 16:00 Uhr, 2 Tage | 16 UStd. | 102,40 Euro, ermäßigt: 81,92 Euro, Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Ulrike Niewerth

Keramik

In dem Kurs wird alles um die Tonverarbeitung vermittelt - Tonvorbereitung, Modellieren, Dekorationstechniken, Glasieren und Verzieren, Formfertigung und Verwendungen, Brennen . . . Die Teilnehmenden können weitestgehend ihre eigenen Objekte kreieren.

25-20725

Mo, ab 10.02.2025, 14:30 - 16:45 Uhr, 8 Wochen | 24 UStd. | 96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro, Lernmittelgebühr: 50,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Gabriele Berner

25-20726

Mo, ab 10.02.2025, 18:00 - 20:15 Uhr, 8 Wochen | 24 UStd. | 96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro, Lernmittelgebühr: 50,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Gabriele Berner

25-20727

Mo, ab 28.04.2025, 14:30 - 16:45 Uhr,
6 Wochen | 18 UStd. |
72,00 Euro, ermäßigt: 57,60 Euro,
Lernmittelgebühr: 30,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Gabriele Berner

25-20728

Mo, ab 28.04.2025, 18:00 - 20:15 Uhr,
6 Wochen | 18 UStd. |
72,00 Euro, ermäßigt: 57,60 Euro,
Lernmittelgebühr: 30,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Gabriele Berner

25-20729

Mo, ab 01.09.2025, 14:30 - 16:45 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 50,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Gabriele Berner

25-20730

Mo, ab 01.09.2025, 18:00 - 20:15 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 50,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Gabriele Berner

25-20731

Mo, ab 10.11.2025, 14:30 - 16:45 Uhr,
5 Wochen | 15 UStd. |
60,00 Euro, ermäßigt: 48,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 30,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Gabriele Berner

25-20732

Mo, ab 10.11.2025, 18:00 - 20:15 Uhr,
5 Wochen | 15 UStd. |
60,00 Euro, ermäßigt: 48,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 40,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Gabriele Berner

25-20733

Mi, ab 12.02.2025, 18:00 - 20:15 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 50,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Katja Hochstein

25-20734

Mi, ab 23.04.2025, 18:00 - 20:15 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 50,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Katja Hochstein

25-20735

Mi, ab 03.09.2025, 18:00 - 20:15 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 50,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Katja Hochstein

25-20736

Mi, ab 12.11.2025, 18:00 - 20:15 Uhr,
8 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 50,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Katja Hochstein

Keramik Workshop - kreatives Gestalten mit Ton „Bad & Küche“

In diesem Kurs bekommen Sie eine Einführung in die kreative Gestaltung mit Ton. Sie gestalten mit verschiedenen Techniken Ihr individuelles Frühstückset, bestehend aus verschiedenen Teilen (wie z.B. Tasse, Teller, Schüssel, Eierbecher). Mit Hilfe von Oberflächentechniken, Reliefdekoren und verschiedenen Glasuren können Sie Ihr Set nach Ihren eigenen Wünschen personalisieren bzw. gestalten. So wird nicht nur das Sonntagsfrühstück zu einer ganz besonderen Mahlzeit!

25-20737

Di, ab 04.03.2025, 18:00 - 20:15 Uhr, 6 Wochen | 18 UStd. | 72,00 Euro, ermäßigt: 57,60 Euro, Lernmittelgebühr: 40,00 Euro

Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Claudia Bock

Keramik Workshop - kreatives Gestalten mit Ton „Mein Frühstückssset“

In diesem Kurs bekommen Sie eine Einführung in die kreative Gestaltung mit Ton. Sie gestalten mit verschiedenen Techniken Ihr individuelles Frühstückssset, bestehend aus verschiedenen Teilen (wie z.B. Tasse, Teller, Schüssel, Eierbecher). Mit Hilfe von Oberflächentechniken, Reliefdekoren und verschiedenen Glasuren können Sie Ihr Set nach Ihren eigenen Wünschen personalisieren bzw. gestalten. So wird nicht nur das Sonntagsfrühstück zu einer ganz besonderen Mahlzeit!

25-20738

Di, ab 12.08.2025, 18:00 - 20:15 Uhr, 6 Wochen | 18 UStd. | 72,00 Euro, ermäßigt: 57,60 Euro, Lernmittelgebühr: 40,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Claudia Bock

Makramee am Wochenende

Makramee-Workshop „Wandbehang“

Mit Makramee wird ein exotisches Boho-Flair in das Zuhause gebracht!. In diesem Workshop wird Schritt für Schritt gelernt, wie ein echter Blickfang für die eigene Wohnung selbst geknüpft werden kann. Ein selbstgemachter Makramee-Wandbehang wird das neue Highlight in den eigenen vier Wänden sein. Unter professioneller Anleitung wird ein individuelles Kunstwerk gefertigt.

25-20740

Sa, 15.03.2025, 10:00 - 15:15 Uhr | 7 UStd. | 28,00 Euro, ermäßigt: 22,40 Euro, Lernmittelgebühr: 10,00 Euro
VHS
Claudia Bock

Makramee-Workshop „Windlicht“

Mit Makramee-Accessoires bringst du exotisches Boho-Flair in dein Zuhause. In diesem Workshop lernst du Schritt für Schritt, wie du einen echten Blickfang für gemütliche Stunden

selbst knüpfen kannst. Ein selbstgemachtes Makramee-Windlicht wird das neue Highlight in der Wohnung oder auf dem Balkon bzw. der Terrasse. Unter professioneller Anleitung lernst du kleine Makrameekunstwerke zu knüpfen. Bitte leere Einmachgläser mitbringen (sauber & ohne Etikett).

25-20741

Do, 26.06.2025, 18:00 - 20:15 Uhr | 3 UStd. | 12,00 Euro, Lernmittelgebühr: 5,00 Euro
VHS
Claudia Bock

Makramee-Workshop „Sommerlicher Schmuck“

Sommerlicher Makramee-Schmuck wird zum ganz besonderen Blickfang am Hand- oder Fußgelenk. Mit filigran geknüpften Arm- oder Fußkettchen wird ein exotisches Boho-Flair in jedes Sommeroutfit gebracht. In diesem Workshop wird Schritt für Schritt unter professioneller Anleitung vermittelt, wie mit Mikromakramee ganz besondere individuelle Schmuckstücke kreiert werden können.

25-20743

Do, 05.06.2025, 18:00 - 20:15 Uhr | 3 UStd. | 12,00 Euro, ermäßigt: 12,00 Euro, Lernmittelgebühr: 5,00 Euro
VHS
Claudia Bock

Makramee-Workshop „Blumenampel“

Wer kennt es noch? In den 70ern Jahren erlangten Makramee-Blumenampeln besondere Popularität. Diese ist mit dem Boho-Trend wieder neu entfacht. In diesem Workshop wird Schritt für Schritt gelernt, wie aus wenigen Knoten eine Blumenampel für die Lieblingspflanze gezaubert werden. Unter professioneller Anleitung und mit einfachen Knotentechniken entsteht ein Blickfang für das Zuhause. Bitte gewünschten Übertopf mitbringen (Größe 12-18 cm).

25-20744

Di, 06.05.2025, 17:00 - 20:10 Uhr | 4 UStd. | 16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro, Lernmittelgebühr: 5,00 Euro
VHS
Claudia Bock

Makramee-Workshop „Weihnachtskugeln“

Boho-Chic am Weihnachtsbaum? Die Weihnachtszeit rückt immer näher und in diesem Jahr soll es einen schick dekorierten Weihnachtsbaum mit selbstgemachten Makramee-Weihnachtskugeln geben? Unter professioneller Anleitung und mit dem Erlernen von einfachen Knotentechniken wird es in diesem Workshop möglich gemacht. Bitte einfarbige Weihnachtskugeln in Wunschfarbe mitbringen!

25-20747

Do, 13.11.2025, 18:00 - 20:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro, ermäßigt: 12,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 4,00 Euro
VHS
Claudia Bock

Häkeln für absolute Anfänger

25-20748

Fr, ab 14.03.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
Sa, 15.03.2025, 10:00 - 16:00 Uhr |
12 UStd. | 48,00 Euro, ermäßigt: 38,40 Euro,
Lernmittelgebühr: 6,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Eva Oldenbürger

25-207481

Fr, ab 05.09.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
Sa, 06.09.2025, 10:00 - 16:00 Uhr |
12 UStd. | 48,00 Euro, ermäßigt: 38,40 Euro,
Lernmittelgebühr: 6,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Eva Oldenbürger

Stricken für absolute Anfänger

25-20749

Fr / Sa, 07.03.2025 - 22.03.2025,
Fr, 07.03. und 21.03.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
Sa, 08.03 und 22.03.2025, 10:00 - 16:00 Uhr |
24 UStd. | 96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 10,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Eva Oldenbürger

25-207491

Fr / Sa, 29.08.2025 - 13.09.2025,
Fr, 29.08. und 12.09.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
Sa, 30.08 und 13.09.2025, 10:00 - 16:00 Uhr |
24 UStd. | 96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Lernmittelgebühr: 10,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Eva Oldenbürger

Nähen für absolute Anfänger

„Die Nähmaschine ist eines der wenigen nützlichen Dinge, die jemals erfunden wurden.“ Dies äußerte einst Mahatma Gandhi und zog (fast) kleiderlos durch das Land. Lange ist dies her! Die eigenen individuellen Kleidungsstücke selber zu nähen, steht momentan hoch im Kurs. Dies setzt kleine kreative Akzente gegen unsere Konsumgesellschaft. Das Nähen lernen ist nicht schwierig, aber es braucht seine Zeit. Anfänger finden im Grundkurs leicht den Einstieg und setzen unter fachlich sehr guter Betreuung, mit wenigen Grundlagen, schon erste einfache Nähideen um.

Inhalt:

Umgang mit der Nähmaschine und den unterschiedlichen Programmen
Anfertigen von einfachen Sachen

25-20750

Fr, ab 10.01.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
7 Wochen | 28 UStd. |
112,00 Euro, ermäßigt: 89,60 Euro,
Bitte mitbringen: Größere Stoffreste für die Übungen und später eigene Stoffe für die individuellen Nähideen.
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Eva Oldenbürger

25-20751

Fr, ab 24.10.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
7 Wochen | 28 UStd. |
112,00 Euro, ermäßigt: 89,60 Euro,
Bitte mitbringen: Größere Stoffreste für die Übungen und später eigene Stoffe für die individuellen Nähideen.
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Eva Oldenbürger

Nähen - Grundkurs

„Die Nähmaschine ist eines der wenigen nützlichen Dinge, die jemals erfunden wurden.“ Dies äußerte einst Mahatma Gandhi und zog (fast) kleiderlos durch das Land. Lange ist dies her! Die eigenen individuellen Kleidungsstücke selber zu nähen, steht momentan hoch im Kurs. Dies setzt kleine kreative Akzente gegen unsere Konsumgesellschaft. Das Nähen lernen ist nicht schwierig, aber es braucht seine Zeit. Anfänger finden im Grundkurs leicht den Einstieg und setzen unter fachlich sehr guter Betreuung, mit wenigen Grundlagen schon erste einfache Nähideen um.

Inhalt:

Umgang mit der Nähmaschine und den unterschiedlichen Programmen

Anfertigung von einfachen Sachen

25-20752

Mo - Fr, 04.08.2025 - 08.08.2025,
17:00 - 20:10 Uhr, 5 Woche | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
Bitte mitbringen: Größere Stoffreste für die
Übungen und später eigene Stoffe für die
individuellen Nähideen.

Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Mathilde Jäckel

Nähen - Aufbaukurs



Nähen © Grit Kästner

Im Grundkurs wurden Basiskenntnisse gesammelt und diese gilt es nun weiter auszubauen - kompliziertere Sachen zu zaubern, auf die man (Frau) stolz sein kann. Nun kommen weitere Schnitte, um zum Beispiel den gefundenen Stoff je nach Fall und Beschaffenheit in Szene

zu setzen, zu kombinieren und individuell zu designen. Alle Sinne werden gefordert und schnell vergessen ist die ganze Welt um einen herum. Es geht immer mehr um das eigene, kreative Tun als um das Ergebnis.

25-20753

Mo, ab 10.02.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
8 Wochen | 32 UStd. |
128,00 Euro, ermäßigt: 102,40 Euro,
Bitte mitbringen: Größere Stoffreste
oder gewünschte Stoffe für die eigene
Verarbeitung.
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Carola Wand-Pauli

25-20754

Mo, ab 28.04.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
8 Wochen | 32 UStd. |
128,00 Euro, ermäßigt: 102,40 Euro,
Bitte mitbringen: Größere Stoffreste
oder gewünschte Stoffe für die eigene
Verarbeitung.
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Carola Wand-Pauli

25-20755

Mo, ab 11.08.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
8 Wochen | 32 UStd. |
128,00 Euro, ermäßigt: 102,40 Euro,
Bitte mitbringen: Größere Stoffreste
oder gewünschte Stoffe für die eigene
Verarbeitung.
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Carola Wand-Pauli

25-20756

Mo, ab 20.10.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
8 Wochen | 32 UStd. |
128,00 Euro, ermäßigt: 102,40 Euro,
Bitte mitbringen: Größere Stoffreste
oder gewünschte Stoffe für die eigene
Verarbeitung.
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Carola Wand-Pauli

Nähen für Fortgeschrittene I

Nähen wie die Profis! Die Kurse bauen auf die Lerninhalte der vorangegangenen Nähkurse auf und sind in allen Belangen weiterführend.

25-20757

Mi, ab 08.01.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
8 Wochen | 32 UStd. |
128,00 Euro, ermäßigt: 102,40 Euro,
Bitte mitbringen: Größere Stoffreste
oder gewünschte Stoffe für die eigene
Verarbeitung.
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Gabriele Berner

Nähen für Fortgeschrittene II**25-20758**

Do, ab 09.01.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
8 Wochen | 32 UStd. |
128,00 Euro, ermäßigt: 102,40 Euro,
Bitte mitbringen: Größere Stoffreste
oder gewünschte Stoffe für die eigene
Verarbeitung.
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Gabriele Berner

Nähen für Fortgeschrittene I**25-20759**

Mi, ab 05.03.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
8 Wochen | 32 UStd. |
128,00 Euro, ermäßigt: 102,40 Euro,
Bitte mitbringen: Größere Stoffreste
oder gewünschte Stoffe für die eigene
Verarbeitung.
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Gabriele Berner

Nähen für Fortgeschrittene II**25-20760**

Do, ab 06.03.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
8 Wochen | 32 UStd. |
128,00 Euro,
ermäßigt: 102,40 Euro,
Bitte mitbringen: Größere Stoffreste
oder gewünschte Stoffe für die eigene
Verarbeitung.

Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Gabriele Berner

Nähen für Fortgeschrittene I**25-20761**

Mi, ab 07.05.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
8 Wochen | 32 UStd. |
128,00 Euro, ermäßigt: 102,40 Euro,
Bitte mitbringen: Größere Stoffreste
oder gewünschte Stoffe für die eigene
Verarbeitung.
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Gabriele Berner

Nähen für Fortgeschrittene II**25-20762**

Do, ab 15.05.2025, 17:00 - 20:10 Uhr, 6 Wochen |
24 UStd. | 96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Bitte mitbringen: Größere Stoffreste
oder gewünschte Stoffe für die eigene
Verarbeitung.
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Gabriele Berner

25-20763

Mi, ab 03.09.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
8 Wochen | 32 UStd. |
128,00 Euro, ermäßigt: 102,40 Euro,
Bitte mitbringen: Größere Stoffreste
oder gewünschte Stoffe für die eigene
Verarbeitung.
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Gabriele Berner

25-20764

Do, ab 04.09.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
8 Wochen | 32 UStd. |
128,00 Euro, ermäßigt: 102,40 Euro,
Bitte mitbringen: Größere Stoffreste
oder gewünschte Stoffe für die eigene
Verarbeitung.
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Gabriele Berner

25-20765

Mi, ab 12.11.2025, 17:00 - 20:10 Uhr, 5 Wochen | 20 UStd. | 80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro, Bitte mitbringen: Größere Stoffreste oder gewünschte Stoffe für die eigene Verarbeitung.

Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Gabriele Berner

25-20766

Do, ab 13.11.2025, 17:00 - 20:10 Uhr, 5 Wochen | 20 UStd. | 80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro, Bitte mitbringen: Größere Stoffreste oder gewünschte Stoffe für die eigene Verarbeitung.

Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Gabriele Berner

Ikebana - Japanische Blumenkunst

Jap. Blumenkunst © Ingrid Bauhaus

Ikebana heißt wörtlich übersetzt, die Natur in ihrer schönsten Form zu zeigen. Die Japanische Blumenkunst erfreut sich überall auf der Welt immer mehr Beliebtheit. Die Anfänge gehen

auf das 7. Jahrhdt. zurück und haben ihren Ursprung in China. Zu den gemischten Kursen sind neben den bereits länger praktizierenden Teilnehmern auch Anfänger herzlich willkommen. So können Erfahrungen gut miteinander ausgetauscht werden und die Kreativität verstärkt werden. Die Arrangements werden entsprechend der Jahreszeiten gestaltet und geben einen Überblick über die verschiedenen Ikebana-Formen. Weniger ist mehr - ein Grundsatz, der für eine besondere Ästhetik der Blumen und Pflanzen sorgt. Manchmal reicht schon nur eine Blüte und ein paar wenige Blätter, Gräser oder Zweige aus, einen wunderschönen Arrangement zu gestalten...

25-20770

Mi, ab 05.03.2025, 16:00 - 18:15 Uhr, 8 Veranstaltungen | 24 UStd. | 96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro, Es entstehen Nebenkosten für Pflanzenmaterial. Bitte Schreibutensilien mitbringen.

Es entstehen Nebenkosten für das Pflanzenmaterial, die direkt an die Dozentin zu entrichten sind.

VHS

Ingrid Bauhaus

25-207701

Mi, ab 05.03.2025, 18:15 - 20:30 Uhr, 8 Veranstaltungen | 24 UStd. | 120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro, Es entstehen Nebenkosten für Pflanzenmaterial. Bitte Schreibutensilien mitbringen.

Es entstehen Nebenkosten für das Pflanzenmaterial, die direkt an die Dozentin zu entrichten sind.

VHS

Ingrid Bauhaus

25-20771

Mi, ab 10.09.2025, 16:00 - 18:15 Uhr, 8 Veranstaltungen | 24 UStd. | 96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro, Es entstehen Nebenkosten für Pflanzenmaterial. Bitte Schreibutensilien mitbringen.

Es entstehen Nebenkosten für das Pflanzenmaterial, die direkt an die Dozentin zu entrichten sind.

VHS

Ingrid Bauhaus

Kunst, Kultur und Gestalten

25-207712

Mi, ab 10.09.2025, 18:15 - 20:30 Uhr,
8 Veranstaltungen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
Es entstehen Nebenkosten für
Pflanzenmaterial. Bitte Schreibutensilien
mitbringen.
Es entstehen Nebenkosten für das Pflanzenma-
terial, die direkt an die Dozentin zu entrichten
sind.
VHS
Ingrid Bauhaus



Jap. Blumenkunst © Ingrid Bauhaus

Winterfloristik

Wir gestalten aus weißen Filtertüten einen
interessanten Aufbau für einen Tisch/Raum-
schmuck, der mit Naturmaterialien floral
ergänzt werden.

25-20772

Mi, 15.01.2025, 18:30 - 20:45 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
Gern können Sie mitbringen: Filtertüten
(weiß, braun), Tacker, Naturmaterialien,

Kranzunterlage, Kugel, Ringe, Schere, oder
Materialkosten von 17,00 Euro.

VHS

Silke Buchmann

Florale Krone

Wir fertigen aus einer biegsamen Pappe eine
Krone und gestalten diese mit floralen Werk-
stoffen. Gefüllt mit einem Frühlingsblüher
entsteht ein romantischer Tischschmuck.

25-20773

Mi, 12.02.2025, 18:30 - 20:45 Uhr | 3 UStd. |
16,00 Euro,
Gerne können Sie mitbringen: Flechten,
Heu, Moos, Holzwolle, Buchsbaum und
getrocknete Pflanzen können Sie gerne
mitbringen, oder Materialkosten von
ca. 17,00 Euro.
VHS
Silke Buchmann

Frühlingskranz



Frühlingskranz © Silke Buchmann

Wir gestalten eine Pflanzung in einen Weidenring mit Zwiebelpflanzen, Moosen und ergänzen ihn mit floralen Schätzen.

25-20774

Mi, 05.03.2025, 18:30 - 20:45 Uhr | 3 UStd. | 12,00 Euro,

Gerne können sie mitbringen: Kranzunterlagen, Frühblüher, Moos, Flechten, Rinde, Ranken, Zwiebeln, Federn, Buchsbaum, Zwiebel/ Frühlingspflanzen, Naturmaterialien, Pflanzring und Handschuhe oder Materialkosten von ca. 17,00 Euro
VHS

Silke Buchmann

Floraler Osterschmuck

Wir gestalten einen natürlichen Tisch/Raum- schmuck im Ring, Kissen oder in einer freien Form.

25-20775

Mi, 02.04.2025, 18:30 - 20:45 Uhr | 3 UStd. | 12,00 Euro Mit Zusatzleistung ist die anteilige Kostenübernahme pro Teilnehmenden für den Wachdienst gemeint. Für die Dauer des Kurses ist dieser notwendig. Sie können mit Ihrem Fahrzeug ab 18 Uhr vom egapark- Wirtschaftseingang am Gothaer-Platz bis zum Deutschen Gartenbaumuseum fahren und dort parken. Der Umwelt zuliebe möchten wir Sie aber bitten, die öffentlichen Verkehrsmittel zu benutzen oder Fahrgemeinschaften zu bilden. Vielen Dank!, Eintritt: 4,00 Euro
Gerne können Sie mitbringen: Zweige, Ranken, Äste, Dekomaterial, wie Eier, Federn, Band Oster-Accessoires, Naturmaterialien, einen Korb, einen Ring, Kranzunterlagen, Bänder, Frühblüher, oder von Materialkosten ca. 17,00 Euro

VHS

Silke Buchmann

Sukkulentenobjekt

Wir gestalten aus verschiedenen Sukkulenten, Scherben, Naturwerkstoffen und nonfloralen Werkstoffen ein lebendes Werkstück.

25-20776

Mi, 07.05.2025, 18:30 - 20:45 Uhr | 3 UStd. | 12,00 Euro,

Gerne können sie mitbringen: Sukkulenten, Ton- Keramikscherben, Naturmaterialien (Moose)

und Wurzeln, Kranzunterlagen Eierpackungen, oder Materialkosten von ca. 17,00 Euro
VHS; Silke Buchmann

Sommersträuße

Wir gestalten aus den ersten Sommerblumen duftige Sträuße. Sie lernen in Spirale/Parallel zu binden.

Gerne können sie mitbringen: Gartenblumen, Schnittblumen, Blätter, Bänder, Gräser, Ranken und eine Vase/Schale, oder Materialkosten von ca. 17,00 Euro.

25-20777

Mi, 04.06.2025, 18:30 - 20:45 Uhr | 3 UStd. | 12,00 Euro,

VHS

Silke Buchmann

Kugeldistel - Kranz

Wir gestalten mit haltbaren Werkstoffen Loops/Kränze mit interessanten Oberflächen- strukturen.



Kugeldistelkranz

© Silke Buchmann

Kunst, Kultur und Gestalten

25-20778

Mi, 23.07.2025, 18:30 - 20:45 Uhr | 3 UStd. | 12,00 Euro,
Gern können sie mitbringen: Kugeldisteln, Ring Kranzunterlage, Naturmaterialien, Wickeldraht und Bänder, oder Materialkosten von ca. 17,00 Euro.
VHS;
Silke Buchmann

Sommerliche Strohühle

Wir gestalten klassische oder individuelle Strohühle mit Getreide - Tragbar oder als Wandschmuck, das entscheiden Sie!

25-20779

Mi, 06.08.2025, 18:30 - 20:45 Uhr | 3 UStd. | 12,00 Euro
Zusatzleistungen: 4,00 Euro
Sie können gerne mitbringen: Schleierkraut, Chrysanthemen, Strohblumen, Limonien.
Materialkosten: 15 Euro
Gern können Sie mitbringen: Strohhut o.ä. Getreide, Bänder, Accessoires und Naturmaterialien, oder Materialkosten von ca. 17,00 Euro.
VHS
Silke Buchmann

Floraler Fächer

Wir gestalten aus Früchten, Samenständen, Woll - Ziest und Ranken einen interessanten Türschmuck in Fächerform.

25-20780

Mi, 03.09.2025, 18:30 - 20:45 Uhr | 3 UStd. | 12,00 Euro,
Gern können Sie mitbringen: Fächer, Naturmaterialien, Bänder und Accessoires, oder Materialkosten von ca. 17,00 Euro.
VHS
Silke Buchmann

Barockes Füllhorn

Wir gestalten aus den Früchten des Herbstes ein romantisches Werkstück - gefüllt mit einer Quitte oder einer Topfpflanze.

25-20781

Mi, 01.10.2025, 18:30 - 20:45 Uhr | 3 UStd. | 12,00 Euro,
Gern können sie mitbringen: flache Gefäße, zylindrische Glasvasen, Bänder, Stricke, Renautria, Bambus, Blumen, getrocknete

Werkstoffe, Steine, Gräser, Glasröhrchen und Gummibänder, oder Materialkosten von ca 17,00 Euro.

Gern können Sie mitbringen: Naturmaterialien, Chrysantheme im Topf, Früchte, Bänder, Füllhorn aus Weide oder ähnliches, oder Materialkosten von ca 17,00 Euro.

VHS
Silke Buchmann

Weihnachtliche Girlanden

Wir bereiten unseren Wohn/Geschäftsraum auf die bevorstehende Weihnachtszeit vor! Wir binden und gestalten eine Girlande, modern oder klassisch, das entscheiden Sie!

25-20782

Mi, 05.11.2025, 18:30 - 20:45 Uhr | 3 UStd. | 12,00 Euro
Gern können Sie mitbringen: Lichterketten, Accessoires, Koniferen, Naturmaterialien, Ringe, Girlanden-Gestell oder Strick, oder Materialkosten von ca. 17,00 Euro.
Zusatzleistungen: 4,00 Euro
VHS
Silke Buchmann

Trockenblumen inszeniert!

Wir gestalten florale Kleinigkeiten zum Verschenken aus haltbaren Werkstoffen.

25-20783

Mi, 03.12.2025, 18:30 - 20:45 Uhr | 3 UStd. | 12,00 Euro,
Gerne können Sie mitbringen: Lichterketten, Naturmaterialien, Kerzen, Kerzenhalter, Koniferen, Accessoires, Kranz-/Herzgestelle, oder Materialkosten von ca. 17,00 Euro.
VHS
Silke Buchmann

Floristik Workshop „Osterdeko mit Frühlingsblumen“

„Blühende Nester“ - Passend zum Osterfest hüllen wir Frühlüher wie z.B. Narzissen, Traubenhyazinthen oder Tulpen im Topf in grünen Gewändern aus Naturmaterialien wie Moos, Buchsgrün, Heidelbeerkraut, Geäst und Ranken. Toll als Tischdeko oder Mitbringsel.

25-20784

Mi, 09.04.2025, 18:30 - 20:45 Uhr |
3 UStd. | 12,00 Euro | Eintritt: 4,00 Euro
Gerne können Sie mitbringen: Narzissen,
Traubenhyazinthen oder Tulpen im Topf in
grünen Gewändern aus Naturmaterialien wie
Moos, Buchsgrün, Heidelbeerkraut, Geäst und
Ranken, oder Materialkosten von 20,00 Euro.
Deutsches Gartenbaumuseum e. V. - ega
Manuela Mortan

Floristik Workshop „Florale Gestecke zum Sommerfest“

Fürs Sommerfest - zarte sommerliche Tischde-
koration. Zeit für Feste und laue Sommeraben-
de. Wir gestalten - aus Marmeladengläsern,
Flaschen, Stoffresten und Bändern - bunte
Gefäße für zauberhafte Tischgestecke aus
Sommerblumen, Kräutern und Wiesenblumen.

25-20785

Mi, 18.06.2025, 18:30 - 20:45 Uhr |
3 UStd. | 12,00 Euro | Eintritt: 4,00 Euro
Gerne können Sie mitbringen:
Marmeladengläser, Flaschen, Stoffresten
und Bänder, bunte Gefäße für die
Tischgestecke, Sommerblumen, Kräutern
und Wiesenblumen, oder Materialkosten von
20,00 Euro.
Deutsches Gartenbaumuseum e. V. - ega
Manuela Mortan

Floristik Workshop „Herbstkranz“

Herbstzauber - Wir binden Herbstkränze aus
Hortensienblüten, Erika, Fruchtständen, Bee-
ren, Gräsern, Ranken und Naturmaterialien als
Türschmuck oder für die herbstlich Tischdeko-
rationen und läuten die gemütlichen Zeit für
zu Hause ein.

25-20786

Mi, 03.09.2025, 18:30 - 20:45 Uhr |
3 UStd. | 12,00 Euro | Eintritt: 4,00 Euro
Gerne können Sie mitbringen:
Hortensienblüten, Erika, Fruchtstände,
Beeren, Gräser, Ranken und weitere
Naturmaterialien, oder Materialkosten von
20,00 Euro.
Deutsches Gartenbaumuseum e. V. - ega
Manuela Mortan

Origami - wir fertigen kleine Geschenkverpackungen

Zu individuellen Geschenkideen, gehören
kreativ gestaltete Geschenkverpackungen ...

25-20790

Do, 27.02.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
Material wird gestellt;
Materialkosten: 2,00 Euro sind im Kurs in bar
mitzubringen.
VHS;
Christine Götze

25-20791

Do, 16.10.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
Material wird gestellt;
Materialkosten: 2,00 Euro sind im Kurs in bar
mitzubringen.
VHS
Christine Götze



Kurs Origami Sterne © Grit Kästner

Origami - Sterne, Ringe und Co.

Es werden verschiedene Sterne und Ringe aus
dem Bereich des modularen Origamis vorge-
stellt. Es wird kein Klebstoff verwendet!

25-20792

Do, 13.11.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
Material wird gestellt;
Materialkosten: 2,00 Euro sind im Kurs in bar
mitzubringen.
VHS;
Christine Götze

Origami - wir fertigen einen außergewöhnlichen 3D-Kalender

Es werden 12 Module gefaltet und ohne Klebstoff zu einem Dodekaeder zusammengesetzt. Jeder Teilnehmende kann bei Anmeldung zum Kurs bestimmen, mit welchem Monat er starten möchte - Beispiel 04/2025 bis 03/2026. So ist es möglich, dass jeder ein einzigartiges Geschenk fertigen kann. Bitte melden Sie sich mindestens eine Woche vorher an, da der Kurs Vorbereitung braucht. Das Material wird gestellt.

25-20793

Di, 04.02.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |

12,00 Euro,

Material wird gestellt;

Materialkosten: 2,00 Euro sind im Kurs in bar mitzubringen.

VHS

Christine Götze

25-20794

Do, 20.11.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |

12,00 Euro,

Material wird gestellt;

Materialkosten: 2,00 Euro sind im Kurs in bar mitzubringen.

VHS

Christine Götze

Singen lernen Pop & Rock

Singen bietet einiges für Körper, Geist und Seele, schafft Selbstbewusstsein und gute Laune. Durch gezielte Übungen erhalten Sie einen umfangreichen Einblick in alle wichtigen Bereiche der Stimmbildung. An konkreten Liedern aus den Bereichen Pop und Rock wird das Gelernte dann angewendet und verfeinert. Ablauf einer Kursstunde: 15 min Aufwärmung des Körpers durch leichte Gymnastik; 15 min Atemübungen zur Bildung der Gesangsstützen; 15 min Musiktheorie: z. B.: Erkennen von einfachen Notenwerten (Dauer, Höhe), einfache Solomisation, leichte rhythmische Übungen, Body-Perussion (Fingerschnippen, Taktieren) 40 min gemeinsames Singen unterteilt in zwei verschiedene Schwierigkeitsgrade; Leicht: Beatboxen, Grundtonhalten, Bassbegleitung. Anspruchsvoll: leichte Harmoniebildung, Sologesang, Effekte. Zum Ende jeder Stunde werden Entspannungsübungen für die Stimme durchgeführt. Geben Sie sich einen Ruck

und entdecken Sie, wie gut es tut, die eigene Stimme zum Klingen zu bringen!

25-20800

Mo, ab 10.02.2025, 17:30 - 19:00 Uhr,

15 Wochen | 30 UStd. |

120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,

Bitte bringen Sie ausreichend stilles Wasser mit.

VHS

Peter Ivanov Mandev

25-20801

Mo, ab 01.09.2025, 17:30 - 19:00 Uhr,

15 Wochen | 30 UStd. |

120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,

Bitte bringen Sie ausreichend stilles Wasser mit.

VHS

Peter Ivanov Mandev

Gitarrenkurs Songbegleitung für Anfänger

Voraussetzungen: Eine eigene Gitarre, ein Stimmgerät, Plektrum (Zupfplättchen). Anhand populärer Lieder aus Folk, Pop, Rock, Blues werden einfache Rhythmusmuster und Schlagtechniken (angelegter und nicht angelegter Anschlag) sowie die wichtigsten Akkorde erlernt. Notenkenntnisse werden nicht erwartet, werden aber vermittelt. Spiel nach Akkordsymbolen und Griffschriften.

25-20802

Mi, ab 12.02.2025, 19:15 - 20:45 Uhr,

15 Wochen | 30 UStd. |

120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,

Bitte bringen Sie mit: eine eigene Gitarre, ein Stimmgerät, Plektrum (Zupfplättchen)

VHS

Peter Ivanov Mandev

25-208021

Mi, ab 03.09.2025, 19:15 - 20:45 Uhr,

15 Wochen | 30 UStd. |

120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,

Bitte bringen Sie mit: eine eigene Gitarre, ein Stimmgerät, Plektrum (Zupfplättchen)

VHS

Peter Ivanov Mandev

Gitarrenkurs Songbegleitung für Anfänger mit Vorkenntnissen

Voraussetzungen: Eine eigene Gitarre, ein Stimmgerät, Plektrum (Zupfplättchen). Anhand populärer Lieder aus Folk, Pop, Rock, Blues werden einfache Rhythmusmuster und Schlagtechniken (angelegter und nicht angelegter Anschlag) sowie die wichtigsten Akkorde erlernt. Notenkenntnisse werden nicht erwartet, werden aber vermittelt. Spiel nach Akkordsymbolen und Griffschriften.

25-20803

Di, ab 11.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
Bitte bringen Sie mit: eine eigene Gitarre, ein Stimmgerät, Plektrum (Zupfplättchen)
VHS; Peter Ivanov Mandev

25-20804

Di, ab 02.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
Bitte bringen Sie mit: eine eigene Gitarre, ein Stimmgerät, Plektrum (Zupfplättchen)
VHS
Peter Ivanov Mandev

Gitarrenkurs Songbegleitung für sehr Fortgeschrittene

Voraussetzungen: Notenkenntnisse und Inhalte von Gitarre IV

Inhalt:

Selbstständiges Begleiten von Liedern nach eigener Wahl

Die wichtigste Improvisationselemente. Solo-spiel, differenzierte und stilistisch angepasste Anschlagstechniken, sechsstimmige Akkorde, alle Barré-Griffe

Aneignung musiktheoretischer Kenntnisse
Eigenständiges Finden einer geeigneten Begleitung

Arbeit an der musikalischen Gestaltung und der eigenständigen Weiterentwicklung

25-20808

Di, ab 11.02.2025, 19:00 - 20:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
Bitte bringen Sie Ihr eigenes Instrument mit.
VHS; Peter Ivanov Mandev

25-20809

Di, ab 02.09.2025, 19:00 - 20:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
Bitte bringen Sie Ihr eigenes Instrument mit.
VHS
Peter Ivanov Mandev

Ukulele spielen lernen - Anfängerkurs

Die Ukulele ist ein vielseitiges und leicht zu erlernendes Instrument. Es ermöglicht einen schnellen Einstieg in die Musikwelt und erfreut sich immer größerer Beliebtheit. Es werden bekannte Lieder mit einfachen Moll- und Durakkorden als Grundlage gelegt. Vermittelt werden neben den elementaren Musikenntnissen auch einfache Anschlagsmuster sowie das Vorspielen leichter Melodien. Durch das gemeinsame Musizieren im Kurs zielt man auf das Erwerben einer soliden Spieltechnik und einer korrekten Haltung des Instrumentes. Voraussetzungen: Eine Ukulele und Stimmgerät.

25-20810

Do, ab 13.02.2025, 17:30 - 19:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
Bitte bringen Sie ihr eigenes Instrument und Stimmgerät mit.
VHS
Peter Ivanov Mandev

25-20811

Do, ab 11.09.2025, 17:30 - 19:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
Bitte bringen Sie ihr eigenes Instrument mit.
VHS
Peter Ivanov Mandev

Ukulele spielen für Fortgeschrittene

Musizieren mit der Ukulele macht Spaß und in einer Gruppe (8 Personen) noch mehr. Jeder Kursteilnehmer darf sich Lieder aus dem Kultliederbuch 1 (mit den Noten) wünschen. Welche zum Spielen kommt, wird demokratisch entschieden. Jede Woche wird ein Lied erarbeitet und nach Wunsch wiederholt. Es werden pro Lied drei verschiedene Spieltechniken in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden angeboten: Einfache Anschlagsmuster, Zupfmuster

Kunst, Kultur und Gestalten

für Akkorden, Spielen der Hauptmelodie oder Riffs nach Noten bzw. Tabulatur. Es ist egal, ob man eine hohe oder eine tiefe G-Seite auf seiner Ukulele hat. Es werden Auftritte in Aussicht gestellt. Diese sind aber selbstverständlich freiwillig.

Voraussetzungen: Eine Ukulele und Stimmgerät, die einfache Anschlagtechniken sowie die Moll- und Dur-Akkorde sind bekannt.

25-20812

Mi, ab 12.02.2025, 17:30 - 19:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
Bitte bringen Sie ihr eigenes Instrument mit.
VHS; Peter Ivanov Mandev

25-20813

Mi, ab 03.09.2025, 17:30 - 19:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro, .
Bitte bringen Sie ihr eigenes Instrument mit.
VHS
Peter Ivanov Mandev

Jeder lernt Gitarre - JelGi®-Kurs

Die international als Marke registrierte JelGi®-Methode „Jeder lernt Gitarre“ macht es möglich, auf Anhieb hunderte Lieder aus aller Welt mit der Gitarre musikalisch zu begleiten. Die Saiten werden auf C-Dur gestimmt und mit einem einzigen Quergriff können alle anderen Akkorde sofort gespielt werden. Vorkenntnisse auf der Gitarre sind nicht notwendig. Bei Kindern ab 2 Jahren, Senioren oder Menschen mit Behinderungen können die Akkorde auf verschiedene Gitarren mit Kapodaster verteilt werden. Hier wird die Gitarre als Orff-Instrument verwendet, auf Wunsch kombiniert mit Xylophonen, Klangstäben und dergleichen. Beim Tageskurs JelGi basic/popular werden traditionelle und moderne Kinderlieder, aktuelle Lieder, Schlager, Pop und Rock erarbeitet, eine Fundgrube für Musikgarten, Kindergarten, Schule und Freizeit.

25-20814

Sa, 01.03.2025, 10:00 - 18:00 Uhr | 10 UStd. |
40,00 Euro, ermäßigt: 32,00 Euro,
Jeder Teilnehmer muss eine Gitarre mitbringen!
JelGi-Liederhefte und Mini-Musicals können in der Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt ausgeliehen werden!
VHS; Samuel Klemke

25-20815

Sa, 01.11.2025, 10:00 - 18:00 Uhr | 10 UStd. |
40,00 Euro, ermäßigt: 32,00 Euro,
Jeder Teilnehmer muss eine Gitarre mitbringen!
JelGi-Liederhefte und Mini-Musicals können in der Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt ausgeliehen werden!
VHS
Samuel Klemke

Improvisationstheater für Erwachsene

Lust auf Spielen? Sich freispielen von den gewohnten Rollen des Alltags. Präsenz wahrnehmen, Stimme und Körpersprache neu entdecken. Achtsamkeit, Vertrauen, Spontanität und Ideenreichtum spielerisch erweitern. In lockerer Atmosphäre mit Unsicherheiten jonglieren lernen. Niemand blamiert sich, keiner muss gut sein. Wir werden viel lachen, nie übereinander. Voraussetzung: Offen sein für Neues, Beweglich im Geiste, sonst nichts.

25-20900

Fr, 14.02.2025, 18:00 - 21:00 Uhr,
Sa, 15.02.2025, 09:30 - 18:00 Uhr;
So, 16.02.2025, 09:30-13:00 Uhr |
19 UStd. | 76,00 Euro, ermäßigt: 60,80 Euro,
VHS
Prof. Jochen Hause

Bridge Einführung

Voraussetzungen: Keine
Ziel: Die Kursteilnehmenden kennen das Regelwerk, beherrschen die wichtigsten Spieltechniken und einfache Reizungen.
Weltweit spielen Millionen Menschen Bridge und schätzen dieses faszinierende Kartenspiel, weil es zwar anspruchsvoll, aber gut zu erlernen ist. Konzentration, Kombinationsgabe, strategische Fähigkeiten und eine gute Teamarbeit mit dem Spielpartner gehören zu dem, was man lernt und verbessert, wenn man Bridge spielt. So gesehen ist Bridgespielen ein ideales Gehirntaining. Und es macht außerdem Spaß. Sie bekommen in diesem Kurs einen Einblick in die Welt des Bridge.
Bridge ist ein Kartenspiel für vier Personen. Bridge kann in jedem Alter erlernt und gespielt werden.

Bridge ist gesellig und kommunikativ.
Bridge ist kein Glücksspiel.

25-20950

Di, ab 18.02.2025, 18:00 - 21:00 Uhr,
10 Wochen | 40 UStd. |
160,00 Euro, ermäßigt: 128,00 Euro,
VHS
Rudolf Rüther

Buchwerkstatt für alle, die Spaß an der eigenen Kreativität haben

Ob Erwachsene, Kinder oder Jugendliche - hier probieren sie sich aus in literarischen Genres und bildkünstlerischen Techniken und verwirklichen ihre Ideen ganz individuell in Gestalt eines eigenen Buches.

25-20960

Mo - Mi, 08.09.2025 - 10.09.2025,
15:00 - 18:15 Uhr, 3 Tage | 12 UStd. |
48,00 Euro, ermäßigt: 38,40 Euro,
VHS
Christina Klauke

25-20961

Mo - Mi, 13.10.2025 - 15.10.2025,
10:00 - 13:45 Uhr, 3 Tage | 15 UStd. |
60,00 Euro, ermäßigt: 48,00 Euro,
VHS
Christina Klauke



Gesundheit





Ihre Ansprechpartnerin und Fachbereichsleiterin

Denise Nathanael
Tel.: 0361 655-2972
E-Mail: denise.nathanael@erfurt.de



Einführung in autogenes Training

Im Kurs lernen Sie durch Konzentration auf bestimmte Formeln und Empfindungen tiefe Entspannung zu erreichen. Stress kann abgebaut, Schlafprobleme gelindert und die allgemeine Gesundheit gefördert werden. Die Übungen sind leicht erlernbar und können jederzeit angewendet werden. Freuen Sie sich darauf, mehr innere Ruhe und Gelassenheit zu finden.

25-31100

Do, ab 16.10.2025, 17:00 - 18:00 Uhr, Der Kurs findet auch in den Ferien statt. | 7 UStd. | 28,00 Euro, ermäßigt: 22,40 Euro, Der Kurs findet mit 6 Teilnehmenden statt. VHS - Yogaraum
Franziska John

Hatha Yoga

Yoga ist die Einheit von Körper, Geist und Seele. Als ganzheitliches Übungssystem verbindet Yoga ausgewählte Körperübungen, Atemübungen, Tiefenentspannung und Meditation miteinander. Durch einfache, leicht erlernbare Übungen lernen wir unseren Körper bewusster wahrzunehmen und zu achten. Im Wechselspiel von Ruhe und Aktion erfahren wir Wohlbefinden, Vitalität, Kräftigung und eine positive Wirkung auf vegetative Funktionen. Verspannungen und Blockaden können sich lösen. Stressbedingte Rücken-, Nacken- und Kopfschmerzen können gelindert werden oder erst gar nicht entstehen.



© jackf_www.123rf.com

25-31200

Mi, ab 15.01.2025, 16:00 - 17:30 Uhr, 10 Wochen | 20 UStd. | 80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro, VHS - Yogaraum;
Diana Fenske

25-31201

Do, ab 16.01.2025, 12:00 - 13:00 Uhr, 10 Wochen | 13 UStd. | 52,00 Euro, VHS - Yogaraum
Johanna Miller Gálvez

25-31203

Do, ab 16.01.2025, 16:00 - 17:30 Uhr, 10 Wochen | 20 UStd. | 80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro, VHS - Yogaraum
Diana Fenske

25-31204

Mi, ab 12.02.2025, 18:00 - 19:00 Uhr, 8 Wochen | 11 UStd. | 44,00 Euro, ermäßigt: 35,20 Euro, VHS - Yogaraum
Maria Werner

25-31205

Mo, ab 17.03.2025, 18:00 - 19:30 Uhr, 8 Wochen | 16 UStd. | 64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro, VHS - Yogaraum
Helga Heckel

25-31206

Mi, ab 23.04.2025, 16:00 - 17:30 Uhr, 10 Wochen | 20 UStd. | 80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro, VHS - Yogaraum
Diana Fenske

25-31207

Mi, ab 23.04.2025, 18:00 - 19:00 Uhr, 10 Wochen | 13 UStd. | 52,00 Euro, ermäßigt: 41,60 Euro, VHS - Yogaraum
Maria Werner

25-31208

Do, ab 24.04.2025, 12:00 - 13:00 Uhr, 8 Wochen | 11 UStd. | 44,00 Euro, VHS - Yogaraum
Johanna Miller Gálvez

25-31209

Do, ab 24.04.2025, 16:00 - 17:30 Uhr, 8 Wochen | 16 UStd. | 64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro, VHS - Yogaraum
Diana Fenske

25-31210

Mi, ab 20.08.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
12 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
VHS - Yogaraum
Diana Fenske

25-31211

Do, ab 21.08.2025, 12:00 - 13:00 Uhr,
7 Wochen | 9 UStd. | 36,00 Euro,
VHS - Yogaraum
Johanna Miller Gálvez

25-31212

Do, ab 21.08.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
12 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
VHS - Yogaraum
Diana Fenske

25-31213

Mi, ab 10.09.2025, 14:30 - 16:00 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS - Yogaraum
Marina Nicolai

25-31214

Mi, ab 10.09.2025, 16:15 - 17:45 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS - Yogaraum
Marina Nicolai

25-31215

Do, ab 23.10.2025, 12:00 - 13:00 Uhr,
8 Wochen | 11 UStd. | 44,00 Euro,
VHS - Yogaraum
Johanna Miller Gálvez

Hatha Yoga - Fokus Atem

Atem schafft Weite. Atem entspannt und vitalisiert. Dem Atem mit Achtsamkeit zu begegnen, ist ein Geschenk an dich selbst auf mentaler, emotionaler und körperlicher Ebene. In dieser Hatha Yoga Serie für jedermann legen wir besonderen Fokus auf den Atem. Wir laden ihn als Anker, als Begleiter und als Freund ein in die manchmal sanfte, manchmal auch kraftvolle Yogapraxis. Ich lege viel Wert auf die innere und äußere Ausrichtung und möchte Bewusstsein durch Bewegung schaffen. Der Kurs umfasst Bewegungsabläufe und Atemtechniken, die deine Körperwahrnehmung verbessern und dir helfen, mehr in Verbindung mit dir zu sein. Mein Ziel

ist es, dir in einer lockeren Atmosphäre und mit viel Freude gesunde Bewegungen durch die uralte Yoga Lebensphilosophie- und Praxis zu vermitteln und die Regenerationskapazität im Körper zu reaktivieren und zu nähren.

25-31216

Do, ab 13.02.2025, 18:00 - 19:00 Uhr,
12 Wochen | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
VHS - Yogaraum
Caroline Erb

25-31217

Do, ab 21.08.2025, 18:00 - 19:00 Uhr,
12 Wochen | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
VHS - Yogaraum
Caroline Erb

Hatha Yoga - Beckenboden

Sanft und bestimmt. Mit kraftvollen und genusslichen Hatha Yoga Einheiten widmen wir uns unserem Zentrum des Seins und Bewegens - dem Beckenboden. Ich lege viel Wert auf die Ausrichtung und möchte Bewusstsein durch Bewegung schaffen. Die Einleitung des Kurses umfasst außerdem Übungen zur Bewegungserkennung und Atemtechniken, die deine Körperwahrnehmung verbessern und dir helfen, mehr in Verbindung mit dir zu sein. Mein Ziel ist es, dir in einer lockeren Atmosphäre und mit viel Freude gesunde Bewegungen durch die uralte Yoga Lebensphilosophie- und praxis zu vermitteln und die Regenerationskapazität im Körper zu reaktivieren und zu nähren.

25-31218

Di, ab 18.02.2025, 9:00 - 10:00 Uhr,
12 Wochen | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
VHS - Yogaraum
Caroline Erb

25-31219

Di, ab 19.08.2025, 9:00 - 10:00 Uhr,
12 Wochen | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
VHS - Yogaraum
Caroline Erb

Ayur-Yoga

Ayur-Yoga ist ein achtsames, angepasstes, atembetontes, anatomisch fundiertes Yoga, welches die indische Tradition das Hatha Yogas mit medizinischen Wissen verbindet. Es geht nicht um Perfektion, sondern schrittweise werden die Ziel-Ansanas aufgebaut und bei Bedarf mit Hilfsmitteln durchgeführt. Es fördert die Mobilisation, bringt den Körper wieder in Bewegung, integriert den Atem und beruhigt den Geist. Ziel ist es, das natürliche Gleichgewicht wiederherzustellen, Blockaden zu lösen, den Energiefluss zu harmonisieren und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren.

25-31220

Di, ab 22.04.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS - Yogaraum
Dagmar Wenzel

25-31221

Fr, ab 25.04.2025, 10:00 - 11:30 Uhr,
8 Wochen | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
VHS - Yogaraum
Dagmar Wenzel

25-31222

Fr, ab 22.08.2025, 10:00 - 11:30 Uhr, 1
0 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS - Yogaraum
Dagmar Wenzel

Aerialyoga für Anfänger

Aerialyoga heißt Luft yoga. Wir arbeiten mit der Schwerkraft - du lernst möglichst viel Körpergewicht an das Tuch abzugeben. Wir lernen loszulassen und zu vertrauen. Entdecke dieses neue Yoga mit Spaß, Mut und Neugier.

25-31223

Do, ab 13.03.2025, 17:00 - 18:00 Uhr,
4 Wochen | 5 UStd. | 26,65 Euro,
außer Haus
Stefanie Seidel

25-31224

Do, ab 08.05.2025, 17:00 - 18:00 Uhr,
4 Wochen | 5 UStd. | 26,65 Euro,
außer Haus
Stefanie Seidel



© Arthur Hidden_www.123rf.com

25-31225

Do, ab 11.09.2025, 17:00 - 18:00 Uhr,
4 Wochen | 5 UStd. | 26,65 Euro,
außer Haus
Stefanie Seidel

Belly Yoga

Belly-Yoga ist ein gezieltes und sanftes Yoga-Programm, bei dem die Kraft für die Übungen aus der Körpermitte aktiviert wird. Bauch- und Rückenmuskulatur werden gedehnt und gekräftigt. Die Körperwahrnehmung wird geschult, die Ausführungen der Übungen erfolgen fließend und konzentriert. Auf die richtige Atemtechnik während der Übungen wird geachtet, die Übungen sind einfach.

25-31226

Di, ab 16.09.2025, 17:00 - 18:00 Uhr,
8 Wochen | 11 UStd. |
44,00 Euro, ermäßigt: 35,20 Euro,
VHS - Yogaraum
Kerstin Pruschmann

Einführungskurs Thai Yoga Massage

Thai-Yoga-Massage ist eine wohltuende Kombination aus gezielten Dehnungen, Mobilisationstechniken und Akupressur. In vier Kursteilen werden folgende Schwerpunkte gesetzt: Hilfe bei Kopfschmerzen und Migräne, Unterstützung bei Anspannung und Stress, Vitalisierende Methoden - Energie und Konzentration steigernd sowie Entspannung für den Rücken.

25-31500

Sa, 25.01.2025, 14:00 - 18:00 Uhr | 5 UStd. |
26,65 Euro, ermäßigt: 21,32 Euro,
VHS - Yogaraum
Frank Wiegand

Einführungskurs in das Shiatsu

Dieser Kurs entspannt und lässt uns sehr schnell aus den Kopf kommen. Akupressurpunkte werden erlernt, die dann später auch als Selbstmassage angewandt werden können.

25-31501

Sa, 15.03.2025, 14:00 - 18:00 Uhr | 5 UStd. |
26,65 Euro, ermäßigt: 21,32 Euro,
VHS - Yogaraum
Frank Wiegand

Einführungskurs Flow Thai Yoga Massage

Diese Massage ist eine tänzerische Form der Thai Massage. Sie lädt ein zur Improvisation und ist von Leichtigkeit geprägt. Schwerpunkt: Rücken.

25-31502

Sa, 17.05.2025, 14:00 - 18:00 Uhr | 5 UStd. |
26,65 Euro, ermäßigt: 21,32 Euro,
VHS - Yogaraum
Frank Wiegand

Einführungskurs Thai Yoga Massage

Thai-Yoga-Massage ist eine wohltuende Kombination aus gezielten Dehnungen, Mobilisationstechniken und Akupressur. In vier Kursteilen werden folgende Schwerpunkte gesetzt: Hilfe bei Kopfschmerzen und Migräne, Unterstützung bei Anspannung und Stress, Vitalisierende Methoden - Energie und Konzentration steigernd sowie Entspannung für den Rücken.

25-31503

Sa, 30.08.2025, 14:00 - 18:00 Uhr | 5 UStd. |
26,65 Euro, ermäßigt: 21,32 Euro,
VHS - Yogaraum
Frank Wiegand

Einführungskurs in das Shiatsu

Dieser Kurs entspannt und lässt uns sehr schnell aus den Kopf kommen. Akupressurpunkte werden erlernt, die dann später auch als Selbstmassage angewandt werden können.

25-31504

Sa, 27.09.2025, 14:00 - 18:00 Uhr | 5 UStd. |
26,65 Euro, ermäßigt: 21,32 Euro,
VHS - Yogaraum
Frank Wiegand

Einführungskurs Thai Yoga Massage

Thai-Yoga-Massage ist eine wohltuende Kombination aus gezielten Dehnungen, Mobilisationstechniken und Akupressur. In vier Kursteilen werden folgende Schwerpunkte gesetzt: Hilfe bei Kopfschmerzen und Migräne, Unterstützung bei Anspannung und Stress, Vitalisierende Methoden - Energie und Konzentration steigernd sowie Entspannung für den Rücken.

25-31505

Sa, 08.11.2025, 14:00 - 18:00 Uhr | 5 UStd. |
26,65 Euro, ermäßigt: 21,32 Euro,
VHS - Yogaraum
Frank Wiegand

Progressive Muskelentspannung

Im Kurs lernen Sie verschiedene Muskelgruppen bewusst anzuspannen und zu entspannen - Stress wird abgebaut und die Körperwahrnehmung verbessert. Die Technik ist einfach erlernbar und überall anwendbar. Der Kurs ist für alle geeignet, die eine effektive Methode zur Stressbewältigung suchen.

25-31600

Do, ab 28.08.2025, 17:00 - 18:00 Uhr,
5 Wochen | 7 UStd. |
28,00 Euro, ermäßigt: 22,40 Euro,
VHS - Yogaraum
Franziska John

Workshop: Meditation

In diesem Workshop lernen Sie die verschiedenen Arten von Meditation kennen und können ausprobieren, welche davon ihnen liegen und welche nicht. Theoretischer Input - auch zur wissenschaftlichen Auseinandersetzung mit Meditation - und praktische Übungen wechseln sich ab.

25-31601

Fr, 21.03.2025, 10:00 - 14:15 Uhr | 5 UStd. |
20,00 Euro, ermäßigt: 16,00 Euro,
VHS - Yogaraum
Viola Grötz

25-31602

Sa, 13.09.2025, 10:00 - 14:15 Uhr | 5 UStd. |
 20,00 Euro, ermäßigt: 16,00 Euro,
 VHS - Yogaraum
 Viola Grötz

Mediation und Wissenschaft

Der Vortrag liefert wissenschaftsbasierte Antworten auf die Fragen, die sich Menschen im Zusammenhang mit Meditation häufig stellen: Was bringt mir regelmäßiges Meditieren? Was passiert in meinem Gehirn, wenn ich meditiere? Wie passen Spiritualität und Wissenschaft zusammen? Zudem gibt es praktische Mini-Meditationen für den Alltag mit an die Hand.

25-31603

Fr, 21.03.2025, 16:30 - 18:00 Uhr | 2 UStd. |
 8,00 Euro,
 VHS
 Viola Grötz

25-31604

Fr, 12.09.2025, 16:30 - 18:00 Uhr | 2 UStd. |
 8,00 Euro,
 VHS
 Viola Grötz

Entspannung mit Klangschalen

In diesem Kurs erfahren Sie mit Hilfe von spannenden Atem- und Körperübungen und einer geführten Phantasiereise, die von den Klängen der Klangschalen begleitet wird, eine tiefe und wohlige Entspannung. Die sanften, raumfüllenden, obertonreichen Klänge und Vibrationen der Klangschalen breiten sich wellenförmig im Raum aus. Da der menschliche Körper zu ca. 75% aus Wasser besteht, kann er diese feinen Schwingungen aufnehmen. Die Klänge der Klangschalen schaffen Raum, uns auf uns selbst zu konzentrieren, unsere Körperwahrnehmungen genau zu erspüren und führen zur inneren Ruhe. Der Kurs ist aus gesundheitlichen Gründen nicht für Menschen mit einer schweren Depression, Asthma und Herzrhythmusstörungen geeignet. Bitte klären Sie vorab, ob Sie an diesem Kurs teilnehmen können.

25-31607

Do, 30.01.2025, 18:00 - 19:30 Uhr | 2 UStd. |
 8,00 Euro,
 VHS - Yogaraum; Antje Krajci



© iamjura_www.123rf.com

25-31608

Do, 18.09.2025, 18:00 - 19:30 Uhr | 2 UStd. |
 8,00 Euro,
 VHS - Yogaraum
 Antje Krajci

25-31609

Do, ab 06.03.2025, 18:00 - 19:00 Uhr,
 4 Veranstaltungen | 5 UStd. |
 20,00 Euro, ermäßigt: 16,00 Euro,
 VHS - Yogaraum
 Antje Krajci

25-31610

Do, ab 06.11.2025, 18:00 - 19:00 Uhr,
 4 Veranstaltungen | 5 UStd. |
 20,00 Euro, ermäßigt: 16,00 Euro,
 VHS - Yogaraum
 Antje Krajci

Klangentspannung

Klänge harmonisieren, lösen Spannungen, regen Selbstheilungskräfte an und bringen Ordnung in unser System. Es ist ein Genuss, den obertonreichen Klangschalen zu lauschen, sich zu entspannen und die Klangwellen wirken zu lassen. Zur Vorbereitung und zum Ausklang gehören einfache Atem- und Bewegungsübungen. Im Liegen werden die Schalen auf den Körper platziert. Von dort aus können die Klänge ihr Tönen und Vibrieren verstärken, um Stresssymptome zu verringern und eine Tiefenentspannung zu erzeugen.

25-31611

Mo, 24.02.2025, 19:00 - 21:15 Uhr | 3 UStd. |
 12,00 Euro,
 VHS - Yogaraum
 Nicole Elling

25-31612

Mo, 20.10.2025, 19:00 - 21:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
VHS - Yogaraum
Nicole Elling

Was bedeutet Stress - wie gehe ich damit um

Stress ist allgegenwärtig. Jeder Mensch erlebt und spürt ihn anders in seinem Körper. Es gibt verschiedene Möglichkeiten Stress zu reduzieren, Probleme dadurch zu lösen und Erschöpfung vorzubeugen. Sie erhalten theoretische Informationen zum Thema Stress. Ebenso wird die Vorgehensweise zur Erstellung einer persönlichen Stressanalyse besprochen sowie die Bedeutung von Entspannungsverfahren erläutert und anhand von praktischen Beispielen gezeigt.

25-31613

Do, 05.06.2025, 18:30 - 20:00 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
VHS
Gabriele Vietze

Entspannt - eine Auszeit für mich

Durch aktive Entspannung wollen wir die eigene Entschleunigung vom Alltag erleben und wenden dabei folgende Entspannungstechniken an: Autogenes Training, Progressive Muskelrelaxation, Pilates, Übungen für Nacken-Schulter und Rücken, Brainfit, Imaginationsübungen sowie richtige Atemtechniken. Im Üben und Anwenden dieser Techniken wollen wir Entspannung erleben und dabei Kraft tanken, um den Anforderungen unseres Alltags besser gerecht werden zu können. Ziel ist es, unsere eigene Mitte zu finden und sich ihrer bewusst zu werden - immer mit dem Fokus auf Resilienz und Stressbewältigung. Eine „Kurz-kur“ für mich: für meinen Körper, meine Seele und meinen Geist.

25-31614

Fr, ab 28.03.2025, 14:15 - 17:15 Uhr,
2 Veranstaltungen | 14 UStd. |
56,00 Euro, ermäßigt: 44,85 Euro,
VHS - Yogaraum
Eva Oldenburg

25-31615

Fr, ab 26.09.2025, 14:15 - 17:15 Uhr,
2 Veranstaltungen | 14 UStd. |
56,00 Euro, ermäßigt: 44,85 Euro,
VHS - Yogaraum
Eva Oldenburg



Auszeit © www.123rf.com

Gesund ins neue Jahr - zielgerichtete Strategien für mentale Herausforderungen

Der Kurs vermittelt Kompetenzen zur Bewältigung von Anforderungen im Alltag. Dadurch wird chronischer Stress vermieden und das eigene Wohlbefinden gestärkt. Im Fokus stehen vor allem Problemlösestrategien, Denkmuster über stresshafte Situationen und Möglichkeiten für den eigenen Austausch.

25-31616

Do, ab 23.01.2025, 18:00 - 20:15 Uhr,
2 Veranstaltungen | 6 UStd. |
24,00 Euro, ermäßigt: 19,22 Euro,
VHS
Stephan Schild von Spannenberg

Resiliente Grundhaltung ausbauen - Strategien für die täglichen Herausforderung

Gemeinsam gehen wir im Kurs auf die Suche nach persönlichen Schutzfaktoren, um die eigene psychische Widerstandskraft weiter auszubauen und Belastungen gesund zu bewältigen. Persönliche stressauslösende Situationen und Denkweisen werden analysiert und bearbeitet. Neben der Theorie steigt der Kurs hierfür in praktische Übungen ein.

25-31617

Do, ab 21.08.2025, 18:00 - 20:15 Uhr,
2 Veranstaltungen | 6 UStd. |
24,00 Euro, ermäßigt: 19,22 Euro,
VHS
Stephan Schild von Spannenberg

Vision Board - Der Weg zu deinen wahren Träumen und Zielen

In diesem Workshop lernst du eine sehr kraftvolle Visualisierungsmethode aus dem Mentaltraining kennen: das Vision Board. Mit der Erstellung eines Vision Boards kannst du dir deiner wahren Träume und Ziele endlich bewusst werden und diese Schritt für Schritt Wirklichkeit werden lassen. In diesem Kurs werden dir das Konzept eines Vision Boards, die Wirkungsweise sowie die verschiedenen Varianten in der Planung und Darstellung nahegebracht, damit du in einem nächsten Schritt dein persönliches Vision Board erstellen kannst, welches dir täglich Motivation und Orientierung geben wird.

25-31618

Mi, 19.03.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |
15,99 Euro, Im Kurs sind zzgl. 10 Euro
Materialkosten in bar zu entrichten.
Zum Kurs bitte Magazine, Fotos, Postkarten,
Sprüche mitbringen.
VHS
Lisa Marie Erber

25-31619

Mi, 12.11.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |
15,99 Euro, Im Kurs sind zzgl. 10 Euro
Materialkosten in bar zu entrichten.
Zum Kurs bitte Magazine, Fotos, Postkarten,
Sprüche mitbringen.
VHS; Lisa Marie Erber

Pilates

Durch Bewegungsmangel, oft einseitige Belastung und Stress können im Alltag muskuläre Verspannungen und Dysbalancen entstehen, welche zu Unwohlsein und Schmerzen führen. Das ganzheitliche Körpertraining nach Joseph Pilates beansprucht und trainiert vor allem die tief liegende Muskulatur, das sehr wichtige, aber häufig vernachlässigte „Körperzentrum“ und vorwiegend die tiefe Bauch- und Rückenmuskulatur.

25-32300

Di, ab 14.01.2025, 15:00 - 16:00 Uhr,
10 Wochen | 13 UStd. |
52,00 Euro, ermäßigt: 41,60 Euro,
VHS - Yogaraum; Marcel Rothe

25-32301

Di, ab 14.01.2025, 17:15 - 18:15 Uhr,
9 Wochen | 12 UStd. |
48,00 Euro, ermäßigt: 38,40 Euro,
VHS - Yogaraum
Eva Oldenbürger

25-32302

Fr, ab 17.01.2025, 15:00 - 16:00 Uhr,
10 Wochen | 13 UStd. |
52,00 Euro, ermäßigt: 41,60 Euro,
VHS - Yogaraum
Marcel Rothe

25-32303

Di, ab 22.04.2025, 15:00 - 16:00 Uhr,
10 Wochen | 13 UStd. |
52,00 Euro, ermäßigt: 41,60 Euro,
VHS - Yogaraum
Marcel Rothe

25-32304

Fr, ab 25.04.2025, 15:00 - 16:00 Uhr,
9 Wochen | 12 UStd. |
48,00 Euro, ermäßigt: 38,40 Euro,
VHS - Yogaraum
Marcel Rothe

25-32305

Di, ab 19.08.2025, 15:00 - 16:00 Uhr,
7 Wochen | 9 UStd. |
36,00 Euro, ermäßigt: 28,80 Euro,
VHS - Yogaraum
Marcel Rothe

25-32306

Fr, ab 22.08.2025, 15:00 - 16:00 Uhr,
6 Wochen | 8 UStd. |
32,00 Euro, ermäßigt: 25,60 Euro,
VHS - Yogaraum
Marcel Rothe

25-32307

Di, ab 30.09.2025, 17:15 - 18:15 Uhr,
9 Wochen | 12 UStd. |
48,00 Euro, ermäßigt: 38,40 Euro,
VHS - Yogaraum
Eva Oldenbürger

25-32308

Di, ab 21.10.2025, 15:00 - 16:00 Uhr,
8 Wochen | 11 UStd. |
44,00 Euro, ermäßigt: 35,20 Euro,
VHS - Yogaraum
Marcel Rothe

25-32309

Fr, ab 24.10.2025, 15:00 - 16:00 Uhr,
7 Wochen | 9 UStd. |
36,00 Euro, ermäßigt: 28,80 Euro,
VHS - Yogaraum
Marcel Rothe

Pilates im gesundheitsorientierten Körpertraining

Pilates bringt Lebensfreude und Leistungssteigerung. Pilates ist ein ganzheitliches Training (Body and Mind Workout), eine Verbindung von Übungen zur Steigerung der Konzentration, Koordination und Kondition. Die Muskeln werden entspannt, trainiert und gedehnt. Die Muskelgruppen des Bauches, des Beckenbodens, des Rückens und alle Stabilisierungsmuskeln werden bei dieser Methode trainiert. Möglich stattfindende Termine in den Ferienzeiten werden abgesprochen.

25-32310

Di, ab 14.01.2025, 18:30 - 19:30 Uhr, Der Kurs findet auch in den Ferien statt. | 11 UStd. |
44,00 Euro, ermäßigt: 35,20 Euro,
VHS - Yogaraum
Heike Rothe

25-32311

Di, ab 14.01.2025, 19:30 - 20:30 Uhr, Der Kurs findet auch in den Ferien statt. | 11 UStd. |
44,00 Euro, ermäßigt: 35,20 Euro,
VHS - Yogaraum
Heike Rothe

25-32312

Di, ab 19.08.2025, 18:30 - 19:30 Uhr, Der Kurs findet auch in den Ferien statt. | 11 UStd. |
44,00 Euro, ermäßigt: 35,20 Euro,
VHS - Yogaraum
Heike Rothe

25-32313

Di, ab 19.08.2025, 19:30 - 20:30 Uhr, Der Kurs findet auch in den Ferien statt. | 11 UStd. |
44,00 Euro, ermäßigt: 35,20 Euro,
VHS - Yogaraum; Heike Rothe

Rücken Fit - aktiv werden und bleiben

Es erwartet Sie ein abwechslungsreiches Training für die gesamte Muskulatur. Der Fokus wird auf die korrekte Haltung, Atmung sowie auf die Bewegungsqualität gelegt. Beweglichkeit, Dehnung, Mobilisation und Kräftigung stehen im Mittelpunkt, um Verspannungen abzubauen und Beschwerden vorzubeugen. Die Übungen werden mit vielen Tipps zum Verhalten im Alltag ergänzt. Freudvolle Koordinationsübungen mit Musik und der Einsatz von Kleingeräten lassen jede Stunde wie im Flug vergehen.

25-32400

Di, ab 14.01.2025, 16:15 - 17:15 Uhr,
9 Wochen | 12 UStd. |
48,00 Euro, ermäßigt: 38,40 Euro,
VHS - Yogaraum; Eva Oldenbürger

25-32401

Di, ab 30.09.2025, 16:15 - 17:15 Uhr,
9 Wochen | 12 UStd. |
48,00 Euro, ermäßigt: 38,40 Euro,
VHS - Yogaraum
Eva Oldenbürger

Wassergymnastik

Es erwartet Sie ein abwechslungsreiches und gelenkschonendes Ganzkörpertraining im Flachwasser. Trainiert werden Beweglichkeit, Koordination, Kraft und Ausdauer. Das Herzkreislauf-System wird in Schwung gebracht. Wassergymnastik ist für jede Altersgruppe geeignet und vereint Bewegung und Spaß optimal miteinander.

Der Kurs findet ab einer Teilnehmerzahl von 12 Personen statt.

25-32700

Mo, ab 13.01.2025, 11:00 - 12:00 Uhr,
11 Wochen | 15 UStd. |
60,00 Euro, Eintritt: 52,80 Euro
Roland Matthes Schwimmhalle,
J.-S.-Bach-Straße 6, 99096 Erfurt
Eva Oldenbürger

25-32701

Do, ab 16.01.2025, 17:00 - 18:00 Uhr,
11 Wochen | 15 UStd. |
60,00 Euro, Eintritt: 52,80 Euro
Roland Matthes Schwimmhalle,
J.-S.-Bach-Straße 6, 99096 Erfurt
Eva Oldenbürger

25-32702

Do, ab 16.01.2025, 18:00 - 19:00 Uhr,
11 Wochen | 15 UStd. |
60,00 Euro, Eintritt: 52,80 Euro
Roland Matthes Schwimmhalle,
J.-S.-Bach-Straße 6, 99096 Erfurt
Eva Oldenbürger

25-32703

Mo, ab 28.04.2025, 11:00 - 12:00 Uhr,
8 Wochen | 11 UStd. |
44,00 Euro, Eintritt: 38,40 Euro
Roland Matthes Schwimmhalle,
J.-S.-Bach-Straße 6, 99096 Erfurt
Eva Oldenbürger

25-32704

Do, ab 24.04.2025, 17:00 - 18:00 Uhr,
8 Wochen | 11 UStd. |
44,00 Euro, Eintritt: 38,40 Euro
Roland Matthes Schwimmhalle,
J.-S.-Bach-Straße 6, 99096 Erfurt
Eva Oldenbürger

25-32705

Do, ab 24.04.2025, 18:00 - 19:00 Uhr,
8 Wochen | 11 UStd. |
44,00 Euro, Eintritt: 38,40 Euro
Roland Matthes Schwimmhalle,
J.-S.-Bach-Straße 6, 99096 Erfurt
Eva Oldenbürger

25-32706

Mo, ab 18.08.2025, 11:00 - 12:00 Uhr,
7 Wochen | 9 UStd. |
36,00 Euro, Eintritt: 33,60 Euro
Roland Matthes Schwimmhalle,
J.-S.-Bach-Straße 6, 99096 Erfurt
Eva Oldenbürger

25-32707

Do, ab 21.08.2025, 17:00 - 18:00 Uhr,
7 Wochen | 9 UStd. |
36,00 Euro, Eintritt: 33,60 Euro
Roland Matthes Schwimmhalle,
J.-S.-Bach-Straße 6, 99096 Erfurt
Eva Oldenbürger

25-32708

Do, ab 21.08.2025, 18:00 - 19:00 Uhr,
7 Wochen | 9 UStd. |
36,00 Euro, Eintritt: 33,60 Euro
Roland Matthes Schwimmhalle,
J.-S.-Bach-Straße 6, 99096 Erfurt
Eva Oldenbürger

25-32709

Mo, ab 20.10.2025, 11:00 - 12:00 Uhr,
8 Wochen | 11 UStd. |
44,00 Euro, Eintritt: 38,40 Euro
Roland Matthes Schwimmhalle,
J.-S.-Bach-Straße 6, 99096 Erfurt
Eva Oldenbürger

25-32710

Do, ab 23.10.2025, 17:00 - 18:00 Uhr,
8 Wochen | 11 UStd. |
44,00 Euro, Eintritt: 38,40 Euro
Roland Matthes Schwimmhalle,
J.-S.-Bach-Straße 6, 99096 Erfurt
Eva Oldenbürger

25-32711

Do, ab 23.10.2025, 18:00 - 19:00 Uhr,
8 Wochen | 11 UStd. |
44,00 Euro, Eintritt: 38,40 Euro
Roland Matthes Schwimmhalle,
J.-S.-Bach-Straße 6, 99096 Erfurt
Eva Oldenbürger

Qi Gong unter freiem Himmel

Qi Gong ist Teil der Traditionellen Chinesischen Medizin und zeichnet sich durch weiche fließende Bewegungen aus. Der Körper wird gekräftigt, der Geist erfrischt und die Seele entspannt. Die Selbstheilungskräfte werden aktiviert und die Stimmungslage verbessert sich. Die klassischen, teilweise einfachen Übungen können ohne Vorkenntnisse erlernt werden. Wir nutzen in diesem Kurs das Potenzial der Natur nach dem Motto: oft draußen unter freiem Himmel, Übungen nach saisonaler Jahreszeit sowie mit heiterer Gelassenheit. Die Übungen können in den eigenen Lebens- und Arbeitsalltag integriert werden.

25-32715

Di, ab 14.01.2025, 18:00 - 19:00 Uhr,
12 Wochen | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
Family Club, Am Drosselberg 26, 99097 Erfurt
Martina Koch

25-32716

Di, ab 19.08.2025, 18:00 - 19:00 Uhr,
12 Wochen | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
Family Club, Am Drosselberg 26, 99097 Erfurt
Martina Koch



Qi Gong © auremar_www.123rf.com

Qi Gong - Acht Brokat Übungen

Die hier angebotenen „Acht Brokat Übungen“ haben ihre Wurzeln in der Han-Dynastie. Diese Übungen sind so kostbar und edel, wie das Brokatgewand des Kaisers von China. Die einfachen fließenden Übungen, die man in jedem Alter leicht erlernen kann, können bei richtiger Ausführung die Aktivierung und Stärkung des Immunsystems ermöglichen und zu einem ausgewogenen inneren Gleichgewicht verhelfen.

25-32717

Mo, ab 28.04.2025, 18:00 - 19:00 Uhr,
8 Wochen | 11 UStd. |
58,63 Euro, ermäßigt: 46,90 Euro,
Der Kurs findet mit 6 Teilnehmenden statt.
VHS - Yogaraum
Tatjana Kaiser

Achtsames Natur-Walking

Natur-Walking mit Elementen aus Atemtraining, Yoga, Qigong und Meditation. Lerne Achtsamkeits- und Entspannungstechniken, die das Immunsystem stärken, den Geist beruhigen und deine innere Balance aufbaut.

25-32718

Do, ab 08.05.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
3 Wochen | 6 UStd. | 24,00 Euro,
Treffpunkt: Steiger
Yvonne Buchmann

25-32719

Do, ab 14.08.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
3 Wochen | 6 UStd. | 24,00 Euro,
Treffpunkt: Steiger
Yvonne Buchmann



© www.123rf.com

Gesundheitswandern - jeder Schritt hält fit

Gesundheitswandern ist Bewegung in der Natur, d.h. gesundheitsförderndes Wandern kombiniert mit gezielten gymnastischen Übungen. Die ersten Wanderungen beginnen mit einem Radius von 2-3 km und steigern sich schrittweise auf 5-6 km. Jede Übungseinheit startet mit einer Erwärmung. Im Hauptteil werden Kraft, Ausdauer und Koordination trainiert. Eine Dehn- und Entspannungsphase runden die Übungseinheit ab. Der Kurs findet bei jedem Wetter statt, ausgenommen Gewitter. Bitte mitbringen: wetterfeste und bequeme Freizeitkleidung, Regenschirm, festes Schuhwerk sowie Trinken

25-32720

Mi, ab 23.04.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
8 Wochen | 16 UStd. | 64,00 Euro,
Pavillion am Steigeraufgang/Steigerstraße
Yvonne Buchmann

25-32721

Mi, ab 13.08.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
8 Wochen | 16 UStd. | 64,00 Euro,
Pavillion am Steigeraufgang/Steigerstraße
Yvonne Buchmann

Streching

Im 45-minütigen Kurs dehnen und mobilisieren wir den ganzen Körper. Ein besonderer Fokus wird dabei auf die Körperregionen gelegt, die im Alltag am meisten zu tun haben: Nacken, Rücken und Hüfte. Durch eine Mischung aus aktiven und passiven Stretches wird die allgemeine Flexibilität gestärkt.

25-32722

Di, ab 11.03.2025, 18:30 - 19:30 Uhr,
10 Wochen | 13 UStd. |
52,00 Euro, ermäßigt: 41,60 Euro,
VHS - Yogaraum
Fiona Drechsler

25-32723

Di, ab 19.08.2025, 18:00 - 19:00 Uhr,
12 Wochen | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
VHS - Yogaraum
Fiona Drechsler

Bauch-Beine-Po

Nach einem motivierenden Warm-Up folgt die Kräftigungsphase. Beim Training mit Kleingeräten steht die Verbesserung der allgemeinen Fitness sowie gezielte Kräftigung der Muskulatur des gesamten Bewegungsapparates im Mittelpunkt. Die Kurseinheit schließt mit einer Dehnungs- und Entspannungsphase ab.

25-32724

Mo, ab 13.01.2025, 17:00 - 18:00 Uhr,
10 Wochen | 13 UStd. |
52,00 Euro, ermäßigt: 41,60 Euro,
VHS - Yogaraum
Elisa Schwenk

Bodyweight - Training

Das Bodyweight-Training zählt mit zu den effektivsten Methoden fernab des Fitnessstudios. Denn um deinen Fettstoffwechsel anzukurbeln und Muskeln aufzubauen, braucht es nicht zwangsläufig Gewichte. In diesem Kurs wechseln wir intensive Übungen bzw. Intervalle

mit dem eigenen Körpergewicht aus Kraft- und Cardio-Einheiten mit kurzen Pausen ab. Hier variieren wir mit Tempo, Wiederholungszahl und Intensität der Übungen, sodass du an deine sportlichen Grenzen gehen kannst. Mal als Zirkel aufgebaut, mal als klassische Gruppen-Kurseinheit. Langweilig wird es trotz fehlender Geräte definitiv nicht.

Beim Bodyweight Training werden in der Regel viele Muskeln gleichzeitig beansprucht. Das sorgt dafür, dass du in einer Trainingsstunde viele Kalorien verbrennst. Ein weiterer Vorteil: Viele Bodyweight Übungen verbessern nicht nur deine Kraft und Ausdauer, sondern sorgen gleichzeitig für eine verbesserte Koordination, weil deine Muskeln lernen, besser zusammenzuarbeiten. Der Kurs ist für jedes Fitnesslevel geeignet.

25-32725

Do, ab 20.03.2025, 19:00 - 19:45 Uhr,
10 Wochen | 10 UStd. |
40,00 Euro, ermäßigt: 32,00 Euro,
VHS - Yogaraum
Ilka John

25-32726

Mi, ab 20.08.2025, 19:00 - 19:45 Uhr,
12 Wochen | 12 UStd. |
48,00 Euro, ermäßigt: 38,40 Euro,
VHS - Yogaraum
Ilka John

Aroha

Aroha ist ein effektiver und unkomplizierter Gesundheitskurs im 3/4 Takt mit Elementen aus dem Haka, Kung Fu und Tai Chi. Das Training festigt Gesäß, Oberschenkel, Rumpf, Arme und führt zu innerer Ausgeglichenheit, bietet ständig wechselnde spannungsvolle und entspannte Elemente, die verborgene Energien freisetzt und der Seele ein Wohlbefinden bereiten. chmann

25-32727

Do, ab 16.01.2025, 19:00 - 20:00 Uhr,
8 Wochen | 11 UStd. |
44,00 Euro, ermäßigt: 35,20 Euro,
VHS - Yogaraum
Kathrin Böhme



© www.123rf.com

25-32728

Do, ab 21.08.2025, 19:00 - 20:00 Uhr,
8 Wochen | 11 UStd. |
44,00 Euro, ermäßigt: 35,20 Euro,
VHS - Yogaraum
Kathrin Böhme

Flamenco-Fit

Flamenco ist nicht nur ein feuriger Tanz, sondern auch ein ganzheitliches Training für Körper und Geist. Mit typischen Flamenco-Bewegungen trainieren Sie beim Flamenco Fitness vor allem Ihre Arm- und Beinmuskulatur sowie die Flexibilität der Fußmuskulatur. Darüber hinaus zielen die Übungen mit und ohne Musik auf eine Verbesserung der Körperhaltung, des Gleichgewichts und der Koordination. Die Freude an der Bewegung steht dabei im Mittelpunkt.

25-32729

Mo, ab 10.02.2025, 18:30 - 19:30 Uhr,
8 Wochen | 11 UStd. |
44,00 Euro, ermäßigt: 35,20 Euro,
VHS - Yogaraum
Claudia Sandig

25-32730

Mo, ab 20.10.2025, 18:30 - 19:30 Uhr,
8 Wochen | 11 UStd. |
44,00 Euro, ermäßigt: 35,20 Euro,
VHS - Yogaraum
Claudia Sandig

Country- und Line-Dance

Line-Dance ist eine Tanzform, in der die Tänzerinnen und Tänzer alleine in Reihen vor- und nebeneinander gemeinsam tanzen. Die Tänze sind meist zu Country-Musikstücken passend

choreographiert. Die Schrittfolgen wiederholen sich je nach Schwierigkeitsgrad meist nach 16, 32, 48, 64 oder 72 Schritten. Je nach Anzahl und Abfolge der im Tanz enthaltenen Drehungen, können die Tänzer bei Beginn der Schrittfolge jeweils in eine andere Richtung blicken. Man spricht daher von 1-Wall, 2-Wall oder von 4-Wall-Tänzen. Die Tänze werden von Frauen und Männern gemischt in der Gruppe getanzt. Tanzen wirkt sich auf Ihre Gesundheit aus, denn Tanzen fordert den ganzen Körper.

25-32737

Di, ab 04.03.2025, 19:30 - 21:00 Uhr, Anfänger/
Neuer Kurs | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,88 Euro,
Außenstelle Lernort „Nord“ -
Moskauer Straße 114
Christine Friedrich

25-32739

Di, ab 02.09.2025, 19:30 - 21:00 Uhr, Anfänger/
Neuer Kurs | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,88 Euro,
Außenstelle Lernort „Nord“ -
Moskauer Straße 114
Christine Friedrich

Hawaiianischer Hula-Tanz

Der Tanz bringt Körper, Seele und Geist in Einklang und ist Lebensfreude pur! Die körperliche Leistungsfähigkeit, Beweglichkeit, Koordination sowie Körperhaltung werden verbessert..

25-32740

Fr, ab 19.09.2025, 18:00 - 19:00 Uhr,
8 Wochen | 11 UStd. |
44,00 Euro, ermäßigt: 35,20 Euro,
VHS - Yogaraum
Kerstin Pruschmann

Orientalischer Tanz - Bewegung und Entspannung

Der orientalische Tanz ist ein umfassendes gesundheitsorientiertes Training für den gesamten Körper, Rücken, Bauch und Beckenboden. Muskelverspannungen und Blockaden können gelockert, die Beweglichkeit der Wirbelsäule und Gelenke kann verbessert werden. Die wichtigsten Basis-Bewegungen werden erlernt und mit einfachen Schritten kombiniert.

25-32741

Fr, ab 19.09.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
8 Wochen | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
VHS - Yogaraum
Kerstin Pruschmann

Beachcamp „Train&Relax“ am Nordstrand

Vom Aufschlag bis zum erfolgreichen Angriff beherrscht du schon die Grundlagen. Nur kommen manchmal Sand, Wind, Partner oder Gegner in die Quere? Mach dich fit für deinen Beachvolleyball-Sommer. Lerne und wiederhole die Basics an 5 Tagen.

Tag 1: Aufschlag und Annahme,

Tag 2: Annahme und Zuspiel,

Tag 3: Angriff und Abwehr,

Tag 4: Abwehr und Block,

Tag 5: Turnier und Gegneranalyse.

Der Kurs besteht aus Erwärmung, Training und Spielpraxis sowie Tipps und Tricks. Gespielt wird bei jedem Wetter. Im Vordergrund steht die Erfahrung und Spaß.

25-32742

Do, ab 12.06.2025, 17:45 - 20:00 Uhr, 5 Tage.
Nicht am Wochenende. | 15 UStd. | 60,00 Euro,
Nordstrand e.V., Zum Nordstrand 4, 99084
Erfurt
Stanislav Bakumovski

25-32743

Do, ab 19.06.2025, 17:45 - 20:00 Uhr, 5 Tage.
Nicht am Wochenende. | 15 UStd. | 60,00 Euro,
Nordstrand e.V., Zum Nordstrand 4, 99084
Erfurt
Stanislav Bakumovski



© www.123rf.com

Einführung in den Golfsport

© www.123rf.com

Der Golfsport erweist sich in Deutschland zunehmend größerer Beliebtheit. In diesem Schnupperkurs soll es darum gehen, die ersten Erfahrungen und Eindrücke in diesem Sport sammeln. Gemeinsam in entspannter Atmosphäre und unter freiem Himmel werden Euch verschiedene Situationen näher gebracht und Euch gezeigt, wie man den Golfball schlägt. Da bei diesem Sport so gut wie alle Muskeln beansprucht werden, ist es sowohl physisch als auch mental eine spannende und anspruchsvolle Herausforderung. In den verschiedenen Stationen geht es dann zum einen den Ball zu schlagen als auch den Ball durch feine Bewegungen mit einer Art Minigolfschläger ins Loch zu spielen. Schläger und Bälle werden gestellt.

25-32744

So, 11.05.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 19,00 Euro
Nebenkosten bar zu entrichten.
Golfclub Erfurt e. V., Im Schaderoder Grund,
99100 Erfurt; Daniel Hellmann

25-32745

So, 07.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 19,00 Euro
Nebenkosten bar zu entrichten.
Golfclub Erfurt e. V., Im Schaderoder Grund,
99100 Erfurt
Daniel Hellmann

Fitter Körper, frische Luft: Outdoor-Sport für Alle

Dieser Kurs bietet ein abwechslungsreiches Fitnessprogramm im Freien. Er ist für alle Alters- und Fitnessstufen geeignet und bietet ein sanftes, aber effektives Ganzkörpertraining. In einer motivierenden Gruppenatmosphäre nutzen wir die Natur als Trainingsplatz und stärken dabei Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit. Von funktionalen Übungen wie Planks, Kniebeugen und Ausfallschritten bis hin zum spielerischen Intervalltraining – der Spaß an der Bewegung steht immer im Vordergrund.

25-32746

Mi, ab 23.04.2025, 16:00 - 17:00 Uhr,
8 Veranstaltungen | 11 UStd. |
44,00 Euro, ermäßigt: 35,20 Euro,
Südpark Erfurt am Volleyballfeld
Friedrich-Ebert-Straße 50a, 99096 Erfurt
Stanislav Bakumovski

25-32747

Mi, ab 23.04.2025, 17:00 - 18:00 Uhr,
8 Veranstaltungen | 11 UStd. |
44,00 Euro, ermäßigt: 35,20 Euro,
Südpark Erfurt am Volleyballfeld
Friedrich-Ebert-Straße 50a, 99096 Erfurt
Stanislav Bakumovski

Richtig atmen - besser leben

Die Atmung ist eine lebenswichtige Funktion, die der Körper selbstständig ausführt. Wenn die Atmung oberflächlich und nicht ausreichend ist, fühlen Sie sich müde, schlapp, lustlos und nicht leistungsfähig. In diesem Kurs lernen Sie den Atemvorgang zu verstehen, mit möglichst wenig Anstrengung tief zu atmen, Brustkorb und Brustmuskel beweglich zu machen sowie eine atemerleichternde Körperhaltung einzunehmen. Entspannung in Körper, Geist und Seele werden erreicht.

25-34000

Mo, ab 02.06.2025, 17:30 - 19:00 Uhr,
2 Termine | 4 UStd. | 16,00 Euro,
VHS
Jutta Jost

25-34001

Di, ab 21.10.2025, 17:30 - 19:00 Uhr,
2 Termine | 4 UStd. | 16,00 Euro,
VHS; Jutta Jost

Zielgerichtete Stimme und Sprechen

Welchen körperlichen Einsatz erfordert zielgerichtetes Sprechen? Wie erlange ich sprecherisch Selbstsicherheit? Im Kurs erproben, probieren wir unsere Stimme in verschiedenen Situationen aus, lernen die Atmung mit der Stimme und der Artikulation zu koordinieren. Die Übungen finden in Partner- und Einzelübungen statt.

25-34002

Do, 27.03.2025, 19:00 - 21:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
VHS
Nicole Elling

Angst als Schutz oder Störung im Leben

Es gibt keine Menschen, die frei von Angst ist. Angst rettet uns ständig das Leben. Ohne das es uns immer bewusst ist, führt uns Angst durch die Gefahrenisse des Lebens und ist ein Schutzmechanismus und somit überlebensnotwendig. Allerdings kann auch Angst ein übersteigertes Ausmaß annehmen. Dann spricht man von einer Angsterkrankung. Diese zählt neben Depression zu den häufigsten psychischen Erkrankungen. Wie Angst erkannt, abgeschwächt oder teilweise vermeiden werden kann, erfahren Sie in diesem Kurs.

25-34003

Mo, ab 16.06.2025, 17:30 - 19:00 Uhr,
2 Termine | 4 UStd. | 16,00 Euro,
VHS
Jutta Jost

Leben statt leisten - weniger selbstkritisch

In unserer Leistungsgesellschaft bleibt immer weniger Zeit für die eigenen Bedürfnisse. Du hast immer viel zu tun und stehst ständig unter Druck. In diesem Kurs lernst du, was dich bisher

davon abgehalten hat, Kraft tanken zu können. Du wirst entspannter und lernst dich nicht mehr so oft mit anderen zu vergleichen sowie gelassener mit (Selbst-) Kritik umzugehen.

25-34004

Di, ab 28.10.2025, 18:00 - 19:30 Uhr,
5 Wochen | 10 UStd. |
40,00 Euro, ermäßigt: 32,00 Euro,
VHS
Nicole Bohnsack

Das Innere Kind: Ein psychologisches Konzept für mehr Selbstliebe und Lebensfreude

Den Kursteilnehmern wird in diesem Kurs das psychologische Konzept des Inneren Kindes erläutert. Zu Beginn werden grundlegende Begriffe wie Persönlichkeitsentwicklung, positive/negative Glaubenssätze, Verhaltensmuster, Kernverletzung etc. und ihre Zusammenhänge erklärt. Im weiteren Verlauf wird das psychologische Konzept des Inneren Kindes sowie die Arbeit mit dem Inneren Kind dargestellt. Darunter fallen Themenblöcke wie: psychologischer Hintergrund, Bedeutung der Inneren-Kind-Arbeit für Erwachsene und ihre Kinder, das Unterbewusstsein als Heimat des Inneren Kindes, der Prozess der Inneren-Kind-Heilung, Methoden zur Heilung sowie die Wirkung der Inneren-Kind-Arbeit. Zum besseren Verständnis werden die Teilnehmer beispielhaft von den fiktiven Figuren Michelle und Elias begleitet, die nach bestimmten Etappen im Kurs auftauchen und ihre Geschichte erzählen.

Ziel des Kurses ist es, dass sich die Teilnehmer ihres Inneren Kindes bewusst werden und durch die im Kurs enthaltenen Tipps bereits im Alltag auf dieses achten können.

25-34005

Sa, 22.02.2025, 10:00 - 12:15 Uhr | 3 UStd. |
16,00 Euro,
VHS - Yogaraum
Lisa Marie Erber

25-34006

Sa, 15.11.2025, 10:00 - 12:15 Uhr | 3 UStd. |
16,00 Euro,
VHS - Yogaraum
Lisa Marie Erber



Lisa Marie Erber © Grit Kästner

Aloha Mind - Workshop zur Stärkung des Urvertrauens

Der hawaiianische Lebensweg, genannt Aloha, ist geprägt von Achtsamkeit, Selbst- und Nächstenliebe, der Verbundenheit zur Natur – eigentlich zu allem was wir tun. Mit Aloha im Herzen können Sie eine neue Perspektive auf Ihr Leben entwickeln. Im Kurs wenden wir uns insbesondere dem hawaiianischen Vergebungsritual Ho'oponopono sowie der Huna-Lehre zu, welche aus 7 spirituellen hawaiianischen Prinzipien besteht. Mit Beispielen und praktischen Übungen für mehr Dankbarkeit sowie positives Denken entwickeln wir ein erstes Verständnis für die hawaiianische Lebensphilosophie. Erfahren Sie an einem Tag, wie Sie mehr Leichtigkeit im Alltag gewinnen können.

25-34007

Sa, 10.05.2025, 10:00 - 14:30 Uhr | 6 UStd. |
24,00 Euro, ermäßigt: 19,20 Euro,
VHS - Yogaraum
Lisa Marie Erber

25-34008

Sa, 08.11.2025, 10:00 - 14:30 Uhr | 6 UStd. |
24,00 Euro, ermäßigt: 19,20 Euro,
VHS - Yogaraum
Lisa Marie Erber

Entzündungshemmende Ernährung und Lebensführung - die Dosis macht das Gift

Möchten Sie Ihren Körper unterstützen, um stille und chronische Entzündungen zu vermeiden oder zu minimieren? Im Kurs werden Zusammenhänge und Informationen zu diesem Thema dargestellt und besprochen, wie beispielsweise: Was sind Entzündungen? Wie funktioniert unser Immunsystem? Welche Lebensführung, welche Risikofaktoren fördern Entzündungen? Wie können wir dagegen steuern? Sie erhalten ein Skript u.a. mit Anregungen zu einer entzündungshemmenden Ernährung und Lebensführung.

25-34200

Di, ab 11.03.2025, 18:00 - 19:30 Uhr,
4 Wochen | 8 UStd. |
32,00 Euro, ermäßigt: 25,60 Euro,
VHS
Daniela Hollands

Stärkung des Immunsystems im Herbst und Winter mit Kräutern und Pflanzen

Pflanzen, im Speziellen Kräuter, sind Geschenke der Natur. Haben Sie Interesse, Ihr Immunsystem im Herbst und Winter durch diese Geschenke zu stärken? Die Dozentin stellt die wichtigsten Wirkstoffgruppen und Verarbeitungsmethoden von Pflanzen vor. Es werden 20 ausgewählte Pflanzen in ihrer Wirkung und Anwendung sowie Kontraindikation beschrieben, die in der Herbst- und Winterzeit in die Ernährung oder als Teebestandteile verwendet werden können. Zum Abschluss werden verschiedene Rezepte für die häusliche Anwendung vorgestellt.

25-34201

Di, ab 19.08.2025, 18:00 - 19:30 Uhr,
4 Wochen | 8 UStd. |
32,00 Euro, ermäßigt: 25,60 Euro,
VHS
Daniela Hollands

Der körpereigene Hausarzt

Unser Körper ist in der Lage sich mitunter selbst zu heilen. Der sogenannte „Innere Arzt“ bedient sich der Selbstheilungskräfte, über die unser Körper in großer Zahl verfügt. Denkbare Ursachen und etwaige Lösungsansätze für ein mögliches Ungleichgewicht im Körper und Geist werden im Kurs besprochen.

25-34202

Di, ab 09.09.2025, 17:30 - 19:00 Uhr,
2 Veranstaltungen | 4 UStd. |
16,00 Euro,
VHS
Jutta Jost

Gesund alt werden

Im Alter drückt so an mancher Stelle der Schuh - ob Gelenkschmerzen, Hautprobleme oder Rheuma. Was können wir selbst dazu beitragen, dass wir unser Alter nicht in den Vordergrund stellen. Was zählt ist der Gesundheitseffekt.

25-35000

Mi, 07.05.2025, 17:30 - 19:00 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
VHS; Gerda Bredehorn

25-35001

Mi, 05.11.2025, 17:30 - 19:00 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
VHS; Gerda Bredehorn

Der Darm - der Schlüssel zu einem dynamischen Leben

Welche Laborwerte werden benötigt, die herausfinden welche Nahrung nicht für unseren Stoffwechsel geeignet oder gut sind. Woran erkennt man Entzündungen, um eine natürliche Darmsanierung vornehmen zu können?

25-36000

Mi, 07.05.2025, 16:00 - 17:30 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
VHS
Gerda Bredehorn

25-36001

Mi, 05.11.2025, 16:00 - 17:30 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
VHS
Gerda Bredehorn

Ernährung - Warum sauer nicht lustig macht

Es gibt Lebensmittel, die ihren Körper sauer machen. Auch andere Faktoren können Ihren Körper aus der Balance bringen. In diesem Vortrag erfahren Sie, wie sie herausfinden können, ob ihr Körper bereits sauer ist und welche Folgen das haben kann. Sie erfahren, wie sie gesunde Ernährung ganz leicht in den Alltag integrieren können.

25-36002

Fr, 04.04.2025, 18:00 - 19:30 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
VHS
Nicole Fienhold

Ernährung - Mein Bauch und ich

Was bereitet Ihnen Bauchschmerzen? Sie erfahren, welche 5 entscheidenden Faktoren Ihr Wohlbefinden in der Körpermitte nachhaltig positiv beeinflussen können. Zusätzlich zeige ich Ihnen, wie Sie diese Schritt-für-Schritt ohne großen Aufwand in Ihren Alltag integrieren können.

25-36003

Fr, 17.10.2025, 18:00 - 19:30 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
VHS
Nicole Fienhold

Preiswert und gesund ernähren - das geht?!

Die Preise für Lebensmittel sind gestiegen und Sie fragen sich, wie Sie sich gesund und abwechslungsreich ernähren können, trotz kleinem Budget für den Einkauf? Wie erkennen Sie die Fallen im Supermarkt? Welche Lebensmittel sind günstig, gesund und lecker? Wie können Sie zu Hause entspannt und mit wenig Aufwand sparen?

Der Vortrag mit kleiner Verkostung wird von der Verbraucherzentrale Thüringen durchgeführt.

25-36004

Di, 11.02.2025, 17:30 - 19:00 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
VHS; Paula Seehafer

25-36005

Mi, 05.03.2025, 17:30 - 19:00 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
VHS; Paula Seehafer

25-36006

Mi, 02.04.2025, 17:30 - 19:00 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
VHS; Paula Seehafer

Basefasten - dein Einstieg in eine gesunde Ernährung

Normalerweise steckt viel Aufwand dahinter, zu recherchieren, welche Lebensmittel überhaupt zum Basefasten passen. Die Herausforderung besteht darin, täglich etwas Gesundes und Frisches zu kochen. Dieser Kochkurs ist für jeden geeignet, der sich mit nur vier Zutaten eine einfache und leckere basische Kost zubereiten und damit gesund fasten möchte. Es handelt sich hierbei um Basefasten mit vier Zutaten nach der S.Wacker Methode.

25-36007

Mi, 12.02.2025, 17:30 - 19:45 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 15 Euro
Lebensmittelkosten in bar zu entrichten.
VHS - Lehrküche
Gabi Todt

25-36008

Mi, 22.10.2025, 17:30 - 19:45 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 15 Euro
Lebensmittelkosten in bar zu entrichten.
VHS - Lehrküche
Gabi Todt

Orientalische Küche

Die Einflüsse innerhalb der orientalischen Küche reichen vom nordafrikanischen Raum über die Türkei, der Levante und dem Iran bis auf den indischen Subkontinent. Linsen, Kichererbsen, Couscous, Joghurt und Minze gehören zu den typischen Zutaten, die hier verwendet werden. Kombiniert mit duftenden, exotischen Gewürzen und frischen Kräutern ergibt das wunderbar aromatisch schmeckende Gerichte. Ein dazu passender Wein rundet das Geschmackserlebnis einzigartig ab.

25-37000

Do, 16.01.2025, 17:00 - 20:10 Uhr | 4 UStd. |
16,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 12 Euro
Lebensmittelkosten in bar zu entrichten.
VHS - Lehrküche
Reingard Kneise

25-37001

Do, 21.08.2025, 17:00 - 20:10 Uhr | 4 UStd. |
16,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 12 Euro
Lebensmittelkosten in bar zu entrichten.
VHS - Lehrküche
Reingard Kneise

Kürbis

Kürbis gibt es in zahlreichen Sorten und fast alle haben eines gemeinsam: Innen die leckeren Kürbiskerne zum Naschen und Knabbern und außen das feine Kürbisfleisch, welches mit vielen Kürbis-Rezept-Variationen herrlich zubereitet werden kann.

25-37002

Do, 23.01.2025, 17:00 - 20:10 Uhr | 4 UStd. |
16,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 12 Euro
Lebensmittelkosten in bar zu entrichten.
VHS - Lehrküche
Reingard Kneise



© sereznij_www.123rf.com

Vegetarische und vegane Brotaufstriche

Eine Ergänzung zum täglichen Frühstück, Pausenbrot oder Abendessen wollen wir an diesem Abend bieten. Aus Milchprodukten, Getreide, Obst oder Gemüse, aber auch ganz ohne tierische Zutaten, kann man schmackhafte Aufstriche herstellen. Selbstgebackene Brötchen runden das Geschmackserlebnis ab.

25-37003

Do, 30.01.2025, 17:00 - 20:10 Uhr | 4 UStd. |
16,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 12 Euro
Lebensmittelkosten in bar zu entrichten.
VHS - Lehrküche
Reingard Kneise

Indisch inspiriert

Gerade in der kalten Jahreszeit sind indisch inspirierte Speisen günstig, denn Gewürze wie Ingwer und Zimt wärmen und Hülsenfrüchte essen wir in der kalten Jahreszeit besonders gern.

25-37004

Do, 06.03.2025, 17:00 - 20:10 Uhr | 4 UStd. |
16,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 12 Euro
Lebensmittelkosten in bar zu entrichten.
VHS - Lehrküche
Reingard Kneise

Tapas

Tapas werden in Spanien kleine kalte oder warme Snacks oder Häppchen genannt, die in Bars zu einem Glas Wein oder Bier gereicht werden. Hier gibt es nicht nur vegetarische Gerichte.

25-37005

Do, 20.03.2025, 17:00 - 20:10 Uhr | 4 UStd. |
16,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 12 Euro
Lebensmittelkosten in bar zu entrichten.
VHS - Lehrküche
Reingard Kneise

Traumhafte Urlaubsküche

Kommen Sie mit auf eine spannende Reise um die Welt und bereichern Sie mit unbekannten Gewürzen und vegetarischen Gerichten ihren Speiseplan.

25-37006

Do, 15.05.2025, 17:00 - 20:10 Uhr | 4 UStd. |
16,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 12 Euro
Lebensmittelkosten in bar zu entrichten.
VHS - Lehrküche
Reingard Kneise

Kochen mit Reis: viel mehr als eine Beilage

Reis spielt in der deutschen Küche meist nur eine Nebenrolle und kann als Beutelreis seinen Geschmack gar nicht entfalten. Dabei haben verschiedene Reissorten ganz vielfältige Facetten. Wir wollen Salate, Hauptspeisen und Desserts mit Reis zubereiten.

25-37007

Do, 05.06.2025, 17:00 - 20:10 Uhr | 4 UStd. |
16,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 12 Euro
Lebensmittelkosten in bar zu entrichten.
VHS - Lehrküche
Reingard Kneise

Kochen mit Hirse

Wussten Sie, dass Hirse als Schönheitskorn bezeichnet wird? Deshalb wollen wir Ihnen zeigen wie vielfältig Hirse zu verwenden ist. Hirse als Salat, als Füllung, als Bratling, im Kuchen oder als Brotaufstrich.

25-37008

Do, 18.09.2025, 17:00 - 20:10 Uhr | 4 UStd. | 16,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 12 Euro Lebensmittelkosten in bar zu entrichten. VHS - Lehrküche; Reingard Kneise



© larryratt_www.123rf.com

Gerolltes

Gerollt werden Crépés, Gemüse, Brot, Nudeln und vieles mehr. Lassen Sie sich überraschen.

25-37009

Do, 25.09.2025, 17:00 - 20:10 Uhr | 4 UStd. | 16,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 12 Euro Lebensmittelkosten in bar zu entrichten. VHS - Lehrküche Reingard Kneise

Kochen mit Hülsenfrüchten

Linseneintopf kennt jeder, selber kochen ihn nur noch wenige - aber was kocht man aus grünen, roten, schwarzen Linsen, Kichererbsen und weißen, roten und schwarzen Bohnen? Salate, Bratlinge, Suppen und Hauptgerichte wollen wir gemeinsam aus Hülsenfrüchten zubereiten. Sie sind ein exzellenter Proteinlieferant und ein Muss auf dem Speiseplan.

25-37010

Do, 23.10.2025, 17:00 - 20:10 Uhr | 4 UStd. | 16,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 12 Euro Lebensmittelkosten in bar zu entrichten. VHS - Lehrküche Reingard Kneise

Basisch kochen

Sie erfahren warum basische Kost gut ist und wie eine basische Woche durchgeführt werden kann. Wir kochen und backen basisch.

25-37011

Do, 27.11.2025, 17:00 - 20:10 Uhr | 4 UStd. | 16,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 12 Euro Lebensmittelkosten in bar zu entrichten. VHS - Lehrküche Reingard Kneise

Weihnachtliches Backvergnügen

Zimtmakronen, Vanillekipfl, Florentiner. Weihnachtsplätzchen, edel, knusprig, himmlisch und dazu noch gesund. Gemeinsam bereiten wir mit Vollkornmehl leckere Weihnachtsplätzchen zu. Etwas herzhaftes zur Stärkung gibt es ebenfalls.

25-37012

Do, 04.12.2025, 17:00 - 20:10 Uhr | 4 UStd. | 16,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 12 Euro Lebensmittelkosten in bar zu entrichten. VHS - Lehrküche; Reingard Kneise

Ayurvedisch kochen

Du bist nicht nur was du isst, sondern auch was du verdaust. Lerne bei der Zubereitung eines Ayurvedischen Menüs die Vielfalt und wohltuende Wirkung der Gewürze und Kräuter auf deinen Körper kennen.

25-37013

Di, 18.02.2025, 17:00 - 20:45 Uhr | 5 UStd. | 20,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 15 Euro Lebensmittelkosten in bar zu entrichten. VHS - Lehrküche Stefanie Seidel

25-37014

Di, 22.04.2025, 17:00 - 20:45 Uhr | 5 UStd. | 20,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 15 Euro Lebensmittelkosten in bar zu entrichten. VHS - Lehrküche Stefanie Seidel

25-37015

Di, 17.06.2025, 17:00 - 20:45 Uhr | 5 UStd. |
20,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 15 Euro
Lebensmittelkosten in bar zu entrichten.
VHS - Lehrküche
Stefanie Seidel

25-37016

Di, 23.09.2025, 17:00 - 20:45 Uhr | 5 UStd. |
20,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 15 Euro
Lebensmittelkosten in bar zu entrichten.
VHS - Lehrküche
Stefanie Seidel

25-37017

Di, 18.11.2025, 17:00 - 20:45 Uhr | 5 UStd. |
20,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 15 Euro
Lebensmittelkosten in bar zu entrichten.
VHS - Lehrküche
Stefanie Seidel

Grünes Detox - Frühjahrskur mit einheimischen Wildkräutern

Der Frühling klopf an und die Natur spendet junges, wildes grün und sonnige Blüten. Entdecken Sie die vielfältigen Möglichkeiten, die unsere Natur für eine revitalisierende Entgiftung bereithält. Ich zeige Ihnen von mir gesammelte Frühlingswildkräuter und bespreche mit Ihnen deren Verwendung und Anwendung. Wir kreieren und verkosten einen „wildgrünen“ Smoothie und ein Wildkräuterwasser.

25-37018

Fr, 25.04.2025, 17:30 - 19:00 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 10 Euro
Lebensmittelkosten in bar zu entrichten.
VHS - Lehrküche
Gerda Bredehorn

Selbstversorgung aus der Natur - Einheimischer Wildkräuter in der Küche

Giersch, Brennessel, Labkraut, Waldmeister, Löwenzahn, Knoblauchsrauke oder Gundermann beschenken uns mit ihren gesunden Inhaltsstoffen und ihrem oft überraschenden Geschmack. Wir sprechen über wichtige Regeln beim Sammeln, über das Thema „Fuchsbandwurm“, über Aufbewahrung und Haltbarmachung. Ich lade Sie ein, sich Ihr eigenes frisches Wildkräutersalz zu kreieren.

25-37019

Fr, 20.06.2025, 17:30 - 19:00 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 10 Euro
Lebensmittelkosten in bar zu entrichten.
VHS - Lehrküche
Gerda Bredehorn

Wildkräutertee's für alle Lebenslagen

Einheimische Wildkräuter sind nicht nur lecker, sondern steigern auch auf natürliche und sanfte Weise unser Wohlbefinden. Im Kurs erfahren sie worauf sie beim Sammeln, beim Trocknen sowie beim Lagern der Kräuter und der Teezubereitung achten müssen. Tipps und Rezepte für Kräutertee-mischungen und für fermentierte Tees folgen. Eigene Teekreationen werden gemischt und verkostet.

25-37020

Fr, 24.10.2025, 17:30 - 19:00 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 10 Euro
Lebensmittelkosten in bar zu entrichten.
VHS - Lehrküche
Gerda Bredehorn



© chamillewhite_www.123rf.com.

Gesunde Ernährung - leicht in den Alltag integriert

Ich zeige dir, wie leicht gesunde Ernährung, auch für die ganze Familie, aussehen kann und wie leicht es ist diese in den Alltag zu integrieren. Zusätzlich bekommst du wertvolle Informationen über das Thema gesunde Ernährung und wie gesund deine Lebensmittel wirklich sind. Wir kochen eine Hähnchen-Gemüse-Pfanne mit Reis und Käsekuchen-Muffins auf Fruchtspiegel als Dessert.

25-37021

Fr, 02.05.2025, 17:00 - 20:45 Uhr | 5 UStd. |
20,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 15 Euro
Lebensmittelkosten in bar zu entrichten.
VHS - Lehrküche
Nicole Fienhold

25-37022

Fr, 07.11.2025, 17:00 - 20:45 Uhr | 5 UStd. |
20,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 15 Euro
Lebensmittelkosten in bar zu entrichten.
VHS - Lehrküche
Nicole Fienhold

FrISChe Smoothiekräuter im Winter

In diesem Kurs begeben wir uns auf die Suche nach essbaren Pflanzen aus der Natur. Am Ende bereiten wir uns einen wilden Snack zu. Smoothierezept für zu Hause inklusive.

25-37023

Do, 30.01.2025, 16:00 - 18:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 2,50 Euro
Materialkosten in bar zu entrichten.
Treffpunkt Waldcasino/Eingang Steigerwald
Treffpunkt: Steiger
Christine Rauch

Wildfruchtiger Workshop

Im Herbst beschenkt uns die Natur mit vitalstoffreichen Beeren und Früchten. Wir lernen im wildfruchtigen Workshop vier verschiedene Wildfrüchte kennen und verarbeiten sie zu kulinarischen Gaumenfreuden.

25-37024

Di, 09.09.2025, 17:00 - 20:00 Uhr | 4 UStd. |
16,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 10,00 Euro
Materialkosten in bar zu entrichten.
VHS - Lehrküche
Ruth Bredenbeck

Wildkräuter-Tour: frisches Blattgrün

Der Frühling bringt frisches Blattgrün hervor, das besonders viele Nährstoffe für uns bereithält. Wir lernen ausgewählte Frühlings-Wildkräuter bei unserem Spaziergang sicher erkennen und erfahren über Inhaltsstoffe und Zubereitung auch interessante Geschichten über die Pflanze. Kulinarische Kostproben bereichern die Tour und lassen die Flora mit allen Sinnen entdecken.

25-37025

Sa, 05.04.2025, 10:00 - 12:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 2,50 Euro
Materialkosten in bar zu entrichten.
außer Haus
Wiebke Degler

25-37026

Mi, 30.04.2025, 17:15 - 19:30 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 2,50 Euro
Materialkosten in bar zu entrichten.
außer Haus
Wiebke Degler

Wildkräuter-Tour: Blüten und Samen

Im Sommer zeigt sich die Pflanzenwelt in voller Blütenpracht. Auch die Samen reifen langsam heran. Wir lernen ausgewählte Sommer-Wildkräuter mit Fokus auf essbare Blüten und Samen bei einem Spaziergang sicher erkennen und erfahren über Inhaltsstoffe und Zubereitung auch interessante Geschichten über die Pflanze. Kulinarische Kostproben bereichern die Tour und lassen die Flora mit allen Sinnen entdecken.

25-37027

Mi, 25.06.2025, 18:00 - 20:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 2,50 Euro
Materialkosten in bar zu entrichten.
außer Haus
Wiebke Degler

Haltbarmachen von Gemüse: Fermentieren

Im Garten wird jetzt Gemüse im Überfluss geerntet. Wir lernen, wie verschiedene Gemüse für den Winter und darüber hinaus haltbar gemacht werden können. Gemeinsam stellen wir ein Ferment zum Mitnehmen her. Auch mitgebrachtes Gemüse kann verarbeitet werden.

25-37028

Di, 02.09.2025, 17:15 - 19:30 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 2,50 Euro
Materialkosten in bar zu entrichten.
VHS - Lehrküche
Wiebke Degler

Wildobst-Wanderung

Im Herbst reifen gesunde und schmackhafte Früchte an Sträuchern und Bäumen heran. Wir lernen bei einem Wildobst-Spaziergang die wilden Heckenfrüchte sicher erkennen und erfahren über Inhaltsstoffe und Zubereitung auch interessante Geschichten über die Pflanze. Kulinarische Kostproben bereichern die Tour und lassen die Flora mit allen Sinnen entdecken.

25-37029

Mo, 22.09.2025, 16:30 - 18:45 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 2,50 Euro Materialkosten in bar zu entrichten.
außer Haus
Wiebke Degler

Wildkräuter-Tour: Wurzeln

Im späten Herbst speichern Pflanzen ihre wertvollen Nährstoffe in den Wurzeln. Auch für uns sind sie in Küche und Haus-Apotheke nutzbar. Wir lernen ausgewählte Wurzel-Wildkräuter bei unserem Spaziergang sicher erkennen und erfahren über Inhaltsstoffe und Zubereitung auch interessante Geschichten über die Pflanze. Kulinarische Kostproben bereichern die Tour und lassen die Flora mit allen Sinnen entdecken.

25-37030

Sa, 04.10.2025, 10:00 - 12:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 2,50 Euro Materialkosten in bar zu entrichten.
außer Haus
Wiebke Degler





Ihr Ansprechpartner und Fachbereichsleiter

Andreas Dölle
Tel.: 0361 655-2956
E-Mail: andreas.doelle@erfurt.de

Bereich 4



VHS-Lernstufen
nach dem „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen“

Lernstufe		Am Ende dieser Stufe können Sie
A1	A1.1 v	vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sich und andere vorstellen, Fragen zu Ihrer Person stellen und Fragen hierzu beantworten. Sie können sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.
	A1.2 v	
	A1.3	
A2	A2.1 v	Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke/Wörter verstehen, wenn es z.B. um einfache Informationen zur Person, zu Familie, Einkaufen oder Arbeit geht. Sie können sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen und mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und alltägliche Dinge beschreiben.
	A2.2 v	
	A2.3	
B1	B1.1 v	die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Bereiche wie Arbeit, Schule oder Freizeit geht. Sie können die meisten alltäglichen Situationen sprachlich bewältigen und sich zusammenhängend zu vertrauten Themen, z.B. Familie, Hobbys und Beruf äußern. Sie können über Erfahrungen und Ereignisse berichten und Meinungen und Ansichten begründen.
	B1.2 v	
	B1.3	
B2	B2.1 v	längeren Redebeiträgen und komplexer Argumentation in der Standardsprache sowie den meisten Nachrichtensendungen folgen. Sie können sich im privaten und beruflichen Bereich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern möglich ist, und können sich an Diskussionen beteiligen. Darüber hinaus können Sie klare detaillierte Texte über eine Vielzahl von Themen schreiben, Aufsätze verfassen, persönliche und formelle Briefe schreiben und deutlich machen, was wichtig ist.
	B2.2 v	
	B2.3	
C1	C1.1 v	längeren Reden und Gesprächen mit komplizierten Zusammenhängen folgen, lange und komplexe Sach- und literarische Texte, Fachartikel und lange technische Anleitungen verstehen, auch wenn sie nicht in Beziehung zu Ihrem Spezialgebiet stehen. Sie können sich fast mühelos spontan und fließend ausdrücken, die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben und in der Ausbildung angemessen und präzise anwenden. Sie können sich schriftlich klar und präzise ausdrücken, Texte über komplexe Sachverhalte verfassen und den für den Leser angemessenen Stil wählen.
	C1.2 v	
	C1.3	
C2	C2.1 v	gesprochene und schriftliche Sprache problemlos verstehen. Sie können sich an allen Gesprächen und Diskussionen mühelos beteiligen und sind auch mit umgangssprachlichen und idiomatischen Ausdrucksweisen sehr vertraut. Sie können die Sprache in allen privaten und beruflichen Situationen in anspruchsvollen Zusammenhängen schriftlich wie mündlich angemessen und präzise anwenden.
	C2.2 v	
	C2.3	

Unsere rund 60 Kursleiterinnen und Kursleiter im Sprachbereich verfügen über eine wissenschaftliche und pädagogische Ausbildung bzw. sind Muttersprachler mit entsprechender Qualifikation.

Unser Unterricht

- zeichnet sich durch kommunikative Arbeitsformen aus (Partner- und Gruppenarbeit, Rollenspiele)
- zielt auf ein hohes Maß an Einsprachigkeit
- regt die Teilnehmer/-innen zur Mitarbeit an

Unsere Sprachkurse befähigen Sie zum aktiven Gebrauch der Fremdsprachen in Alltagssituationen und im Beruf. Im Vordergrund stehen dabei das Verstehen und Sprechen, aber auch das Lesen und Schreiben werden geübt.

Teilnehmende mit Vorkenntnissen in Englisch

Kommen zu einem gebührenfreien Einstufungstest, durch den Sie gleich den richtigen Kurs finden. Der Test ist schriftlich (Multiple- Choice-Test) und dauert ca. 20 Minuten.

Einstufung Englisch: Termine für das Frühjahrssemester

25-460011 - Dienstag, 4. Februar 2025, von 16:00 bis 18:00 Uhr

25-460012 - Mittwoch, 5. Februar 2025, von 16:00 bis 18:00 Uhr

Einstufung Englisch: Termine für das Herbstsemester

25-460013 - Dienstag, 26. August 2025, von 16:00 bis 18:00 Uhr

25-460014 - Mittwoch, 27. August 2025, von 16:00 bis 18:00 Uhr

Alle Angaben zum Sprachprogramm entsprechen dem Planungsstand zum Zeitpunkt der Drucklegung. Änderungen verschiedener Art nach Angabe des Programms können nicht ausgeschlossen werden. Wir bitten dafür um Verständnis! Wir bitten Sie, sich zur Sicherheit kurz vor dem ersten Unterrichtstermin telefonisch zu erkundigen, ob Ihr Kurs wie geplant durchgeführt wird. (Gilt insbesondere für Kurse mit wenigen Anmeldungen!)

Arabisch 1. Semester

25-40101

Mi, ab 12.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Seham Tawfik

25-40105

Mo, ab 08.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Seham Tawfik

Arabisch 2. Semester

25-40110

Mi, ab 12.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Seham Tawfik

25-40115

Mi, ab 03.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Seham Tawfik

Arabisch 4. Semester

25-40120

Mo, ab 10.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Seham Tawfik

Arabisch 3. Semester

25-40125

Mi, ab 03.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Seham Tawfik

Arabisch Fortgeschrittene

25-40130

Mo, ab 10.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Seham Tawfik

Arabisch 5. Semester

25-40135

Mo, ab 01.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Seham Tawfik

Arabisch Fortgeschrittene

25-40145

Mo, ab 01.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Seham Tawfik

Französisch A1.1 am Vormittag

25-40801

Mi, ab 12.02.2025, 08:30 - 10:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Französisch A1.1

25-40802

Di, ab 18.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-40803

Do, ab 13.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Französisch A1 Sommerkurs

25-40805

Mo, ab 30.06.2025, 18:00 - 20:15 Uhr,
2 Wochen - Mo, Di, Mi, Do | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
VHS

Französisch A1.1

25-40806

Mi, ab 10.09.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-40807

Di, ab 09.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-40808

Do, ab 11.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Französisch A1.2

25-40810

Mi, ab 12.02.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Leo Lamarre

25-40811

Mo, ab 10.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Charbel Nakhlé

Französisch A1.3

25-40812

Mi, ab 12.02.2025, 08:30 - 10:00 Uhr, 15
Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Jeanne Sauvage

25-40813

Mo, ab 10.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Charbel Nakhlé

Französisch A1.2

25-40815

Mi, ab 03.09.2025, 08:30 - 10:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-40816

Di, ab 02.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-40817

Do, ab 04.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr, 15
Wochen | 30 UStd. | 120,00 Euro, ermäßigt:
96,00 Euro,
VHS

Französisch A1.4

25-40820

Mi, ab 12.02.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Jeanne Sauvage

25-40821

Mo, ab 10.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Dr. Uta Heinrich

Französisch A2.2

25-40822

Di, ab 11.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Anne-Sophie Gozé-Diemar

Französisch A2

25-40823

Mi, ab 12.02.2025, 08:30 - 10:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Stefanie Frech

25-40824

Mi, ab 12.02.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Stefanie Frech

Französisch A1.3

25-40825

Mi, ab 03.09.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Leo Lamarre

25-40826

Mo, ab 01.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Charbel Nakhlé

Französisch A1.4

25-40827

Mi, ab 10.09.2025, 08:30 - 10:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS; Jeanne Sauvage

25-40828

Mo, ab 01.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Charbel Nakhlé

Französisch A2.1

25-40835

Mi, ab 10.09.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Jeanne Sauvage

25-40836

Mo, ab 01.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Dr. Uta Heinrich

Französisch A2.3

25-40837

Di, ab 02.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Anne-Sophie Gozé-Diemar

Französisch A2

25-40838

Mi, ab 10.09.2025, 08:30 - 10:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Stefanie Frech

25-40839

Mi, ab 03.09.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Stefanie Frech

Französisch B1.2

25-40840

Mi, ab 12.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Anne-Sophie Gozé-Diemar



Schon gewusst?
Ob für Anfänger oder
Fortgeschrittene,
wir haben in unserem
Kursangebot über
20 Fremdsprachen
für Euch!

Foto: (c) Fabio Formaggio_123rf.com

Französisch B2 Konversation

25-40841

Mi, ab 12.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Anne-Sophie Gozé-Diemar

Französisch B1.3

25-40845

Mi, ab 03.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Anne-Sophie Gozé-Diemar

Französisch B2 Konversation

25-40846

Mi, ab 03.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Anne-Sophie Gozé-Diemar

Italienisch A1.1

25-40901

Mi, ab 12.02.2025, 08:30 - 10:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-40902

Mi, ab 12.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-40903

Mo, ab 10.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Italienisch A1 Sommerkurs

25-40905

Mo, ab 30.06.2025, 18:00 - 20:15 Uhr,
2 Wochen - Mo, Di, Mi, Do | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
VHS

Italienisch A1.1

25-40906

Mi, ab 03.09.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-40907

Mi, ab 03.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-40908

Mo, ab 01.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Italienisch A1.2

25-40911

Mo, ab 10.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Dr. Sara Campi

25-40912

Mi, ab 12.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Italienisch A1.3

25-40913

Mo, ab 10.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Gregorio Suriano

Italienisch A1.2

25-40914

Mi, ab 03.09.2025, 08:30 - 10:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-40915

Mi, ab 03.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Italienisch A1.3**25-40916**

Mo, ab 01.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Dr. Sara Campi

25-40917

Mi, ab 03.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Italienisch A1.4**25-40918**

Mo, ab 01.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Gregorio Suriano



Francesca Bellotto und Gregorio Suriano

© Grit Kästner

Italienisch A1.2**25-40919**

Mo, ab 01.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Italienisch A1.4 am Vormittag**25-40920**

Mi, ab 12.02.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Dr. Maria Sauna

25-40921

Mo, ab 10.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Francesca Bellotto

Italienisch A2.1**25-40925**

Mi, ab 03.09.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Dr. Maria Sauna

25-40926

Mo, ab 01.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Francesca Bellotto

Italienisch A2.2**25-40931**

Mo, ab 10.02.2025, 16:15 - 17:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Dr. Maria Sauna

Italienisch A2.3**25-40932**

Mo, ab 10.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Gregorio Suriano

Sprachen

25-40936

Mo, ab 01.09.2025, 16:15 - 17:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Dr. Maria Sauna

Italienisch A2.4

25-40937

Mo, ab 01.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Gregorio Suriano

Italienisch B1

25-40940

Mi, ab 12.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Dr. Maria Sauna

Italienisch B1.4

25-40941

Mi, ab 12.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Dr. Maria Sauna

25-40942

Mo, ab 10.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Francesca Bellotto

Italienisch B1

25-40945

Mi, ab 03.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Dr. Maria Sauna

Italienisch B1.5

25-40946

Mi, ab 03.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Dr. Maria Sauna

25-40947

Mo, ab 01.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Francesca Bellotto

Japanisch 1. Semester

25-41001

Do, ab 20.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-41005

Do, ab 11.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Japanisch 2. Semester

25-41010

Do, ab 13.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Itsuko Shibata

25-41015

Do, ab 11.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Japanisch 3. Semester

25-41020

Do, ab 13.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Itsuko Shibata

Japanisch 4. Semester

25-41021

Do, ab 13.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr, 15 Wochen | 30 UStd. | 120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro, VHS
Keiko Takashima

Japanisch 3. Semester

25-41025

Do, ab 11.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr, 15 Wochen | 30 UStd. | 120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro, VHS
Itsuko Shibata

Japanisch Mittelstufe

25-41030

Do, ab 13.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr, 15 Wochen | 30 UStd. | 120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro, VHS
Keiko Takashima

Japanisch 4. Semester

25-41035

Do, ab 11.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr, 15 Wochen | 30 UStd. | 120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro, VHS
Itsuko Shibata

Japanisch 5. Semester

25-41036

Do, ab 11.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr, 15 Wochen | 30 UStd. | 120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro, VHS
Keiko Takashima

Japanisch Mittelstufe

25-41045

Do, ab 11.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr, 15 Wochen | 30 UStd. | 120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro, VHS
Keiko Takashima

Niederländisch A1.1

25-41401

Mi, ab 19.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr, 15 Wochen | 30 UStd. | 120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro, VHS

25-41405

Mi, ab 10.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr, 15 Wochen | 30 UStd. | 120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro, VHS

Niederländisch A2

25-41410

Mi, ab 12.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr, 15 Wochen | 30 UStd. | 120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro, VHS
Marc van Brakel

Niederländisch A1.2

25-41415

Mi, ab 03.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr, 15 Wochen | 30 UStd. | 120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro, VHS

Niederländisch B1

25-41420

Mi, ab 12.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr, 15 Wochen | 30 UStd. | 120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro, VHS
Marc van Brakel

Niederländisch A2

25-41425

Mi, ab 03.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr, 15 Wochen | 30 UStd. | 120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro, VHS
Marc van Brakel

Niederländisch B1**25-41435**

Mi, ab 03.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Marc van Brakel

Norwegisch A2**25-41501**

Mi, ab 12.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Nadine Schilling

25-41515

Mi, ab 03.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Nadine Schilling

Polnisch A1.1**25-41701**

Mi, ab 19.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-41705

Di, ab 09.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Polnisch A1.2**25-41710**

Mi, ab 12.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS; Barbara Chmura

25-41715

Mi, ab 03.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Polnisch A1.4**25-41720**

Di, ab 11.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Barbara Chmura

Polnisch A1.3**25-41725**

Mi, ab 03.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Barbara Chmura

Polnisch A2**25-41735**

Di, ab 02.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Barbara Chmura

Portugiesisch A1.1**25-41801**

Mi, ab 19.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-41805

Mi, ab 03.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Portugiesisch A1.2**25-41810**

Di, ab 11.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Ana Paula Portela

Portugiesisch A1.4

25-41811

Di, ab 11.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Ana Paula Portela

Portugiesisch A1.2

25-41815

Mi, ab 03.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Portugiesisch A1.3

25-41825

Di, ab 02.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Ana Paula Portela

Portugiesisch A2

25-41826

Di, ab 02.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Ana Paula Portela

Russisch A1.1

25-41901

Do, ab 20.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-41905

Mi, ab 10.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Russisch A1.2

25-41910

Mi, ab 12.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Olga Gramma

Russisch A1.4

25-41911

Do, ab 13.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Olga Gramma

Russisch A1.2

25-41915

Do, ab 04.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Russisch A2

25-41920

Do, ab 13.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Olga Gramma

Russisch A1.3

25-41925

Mi, ab 03.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Olga Gramma

Russisch A1.5

25-41926

Do, ab 04.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Olga Gramma

Russisch B1

25-41930

Mi, ab 12.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Olga Gramma

Russisch A2

25-41935

Do, ab 04.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Olga Gramma

Russisch B1

25-41945

Mi, ab 03.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Olga Gramma

Schwedisch A1.1

25-42001

Do, ab 20.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-42005

Do, ab 11.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Schwedisch A2

25-42020

Do, ab 13.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS; Kristin Göthling

Schwedisch B2 Onlinekurs

25-42030

Mi, ab 12.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Katinka Will

Schwedisch A2

25-42035

Do, ab 04.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Kristin Göthling

Schwedisch B2 Onlinekurs

25-42045

Do, ab 04.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Katinka Will

Spanisch A1.1

25-42201

Di, ab 18.02.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-42202

Do, ab 20.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-42203

Mi, ab 19.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Spanisch A1 Sommerkurs

25-42205

Mo, ab 30.06.2025, 18:00 - 20:15 Uhr,
2 Wochen - Mo, Di, Mi, Do | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
VHS

Spanisch A1.1 am Vormittag

25-42206

Di, ab 09.09.2025, 08:30 - 10:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Spanisch A1.1

25-42207

Di, ab 09.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-42208

Mi, ab 10.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Spanisch A1.2

25-42210

Mi, ab 12.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

José-María De la Iglesia-Arévalo

25-42211

Di, ab 11.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Rosa Samantha Varas Rojas

25-42212

Mi, ab 12.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Rosa Samantha Varas Rojas

Spanisch A1.3

25-42213

Di, ab 11.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Mario Rodriguez

Spanisch A1.2 am Vormittag

25-42215

Di, ab 02.09.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Spanisch A1.2

25-42216

Do, ab 04.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-42217

Mi, ab 03.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Spanisch A1.4

25-42220

Mi, ab 12.02.2025, 08:30 - 10:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Paula Cabezudo San José

25-42221

Di, ab 11.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Tomas Eduardo Gerstl Torres

Spanisch A2.1

25-42222

Do, ab 13.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS; Paula Cabezudo San José

25-42223

Di, ab 11.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS; Tomas Eduardo Gerstl Torres

Spanisch A2.2

25-42224

Mi, ab 12.02.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS; Paula Cabezudo San José

Spanisch A1.3

25-42225

Mi, ab 03.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
José-María De la Iglesia-Arévalo

25-42226

Di, ab 02.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Rosa Samantha Varas Rojas

25-42227

Mi, ab 03.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Rosa Samantha Varas Rojas

Spanisch A1.4

25-42228

Di, ab 02.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Mario Rodriguez

Spanisch A2.2

25-42230

Di, ab 11.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Paula Cabezudo San José

25-42231

Do, ab 13.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Paula Cabezudo San José

Spanisch A2.3

25-42232

Di, ab 11.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Paula Cabezudo San José

Spanisch A2

25-42233

Mi, ab 12.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
José-María De la Iglesia-Arévalo

Spanisch A2.1

25-42235

Mi, ab 03.09.2025, 08:30 - 10:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Paula Cabezudo San José

25-42236

Di, ab 02.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Tomas Eduardo Gerstl Torres

Spanisch A2.2

25-42237

Do, ab 04.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Paula Cabezudo San José

25-42238

Di, ab 02.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Tomas Eduardo Gerstl Torres

Spanisch A2.3 am Vormittag

25-42239

Mi, ab 03.09.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Paula Cabezudo San José

Spanisch B2 Konversation

25-42240

Di, ab 11.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Maria de los Angeles Cuattle de Brockmann

Spanisch B1

25-42241

Di, ab 11.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Mario Rodriguez

Spanisch A2.3

25-42245

Di, ab 02.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Paula Cabezudo San José

25-42246

Do, ab 04.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Paula Cabezudo San José

Spanisch A2.4

25-42247

Di, ab 02.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Paula Cabezudo San José

Spanisch A2

25-42248

Mi, ab 03.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
José-María De la Iglesia-Arévalo

Spanisch B2 Konversation

25-42255

Di, ab 02.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Maria de los Angeles Cuattle de Brockmann

Spanisch B1

25-42256

Di, ab 02.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Mario Rodriguez

Tschechisch A1.1

25-42301

Di, ab 18.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-42305

Di, ab 09.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Tschechisch A1.2

25-42310

Mi, ab 12.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Jana Kliemann

Sprachen

Tschechisch B1

25-42320

Do, ab 13.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Jana Kliemann

Tschechisch A1.3

25-42325

Mi, ab 10.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Jana Kliemann

Tschechisch B1

25-42335

Do, ab 11.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Jana Kliemann

Türkisch A1.1

25-42401

Mi, ab 19.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Güldeniz Cengiz-Umbreit

25-42405

Mi, ab 10.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Güldeniz Cengiz-Umbreit

Ungarisch A1.1

25-42501

Do, ab 20.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-42505

Do, ab 11.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Isländisch A1.1

25-42691

Do, ab 13.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS; Björn Kozempel

Isländisch A1.3

25-42692

Do, ab 13.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Björn Kozempel

Isländisch A1.1

25-42695

Do, ab 11.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Björn Kozempel

Deutsche Gebärdensprache für Anfänger

25-42801

Do, ab 13.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS
Marita Müller

25-42805

Do, ab 04.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS; Marita Müller

Deutsche Gebärdensprache für Fortgeschrittene

25-42802

Do, ab 13.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS
Marita Müller

25-42806

Do, ab 04.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
10 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS
Marita Müller

Englisch A1.1

25-46001

Di, ab 11.02.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Englisch A1.1

25-46002

Mo, ab 10.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-46003

Mi, ab 12.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Englisch A1 Sommerkurs

25-46005

Mo, ab 30.06.2025, 18:00 - 20:15 Uhr,
2 Wochen - Mo, Di, Mi, Do | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
VHS

Englisch A1.1

25-46050

Mi, ab 03.09.2025, 10:15 - 11:45 Uhr, 15 Wochen |
30 UStd. | 120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-46051

Di, ab 02.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-46052

Mi, ab 03.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Englisch A1.2

25-46100

Mo, ab 10.02.2025, 08:30 - 10:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Petra Ott

25-46101

Mo, ab 10.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Dr. Adrian Wilding

25-46150

Di, ab 02.09.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-46151

Mo, ab 01.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-46152

Mi, ab 03.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Englisch A1.3

25-46200

Mo, ab 10.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Yevgeniya Muravyeva

Sprachen

25-46201

Di, ab 11.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Petra Eweleit

Englisch A1.4

25-46202

Di, ab 11.02.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Jodi-Ann Renée Marshall-Ehrke

25-46203

Di, ab 11.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-46204

Di, ab 11.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Jodi-Ann Renée Marshall-Ehrke

Englisch A1.3

25-46250

Mo, ab 01.09.2025, 08:30 - 10:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Petra Ott

25-46251

Mo, ab 01.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Dr. Adrian Wilding

Englisch A1.4

25-46253

Mo, ab 01.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Yevgeniya Muravyeva

25-46254

Di, ab 02.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Petra Eweleit

Englisch A1.5

25-46255

Di, ab 02.09.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Jodi-Ann Renée Marshall-Ehrke

25-46256

Di, ab 02.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-46257

Di, ab 02.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Jodi-Ann Renée Marshall-Ehrke

Englisch A2.1

25-46300

Mo, ab 10.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Englisch A2.2

25-46301

Mo, ab 10.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-46302

Di, ab 11.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Brigitte Immel

Englisch A2.3**25-46303**

Mo, ab 10.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
12 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
VHS
Rolf Noglik

Englisch A2.4**25-46304**

Do, ab 13.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Englisch A2/B1**25-46305**

Di, ab 11.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Jodi-Ann Renée Marshall-Ehrke

Englisch B1.3 am Vormittag**25-46306**

Do, ab 13.02.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Jodi-Ann Renée Marshall-Ehrke

Englisch A2.2**25-46350**

Mo, ab 01.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Englisch A2.3**25-46351**

Mo, ab 01.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-46352

Di, ab 02.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Brigitte Immel

Englisch A2.4**25-46353**

Mo, ab 01.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
12 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
VHS
Rolf Noglik

Englisch A2.5**25-46354**

Do, ab 04.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Englisch A2/B1**25-46355**

Di, ab 02.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Jodi-Ann Renée Marshall-Ehrke

Englisch B1.4 am Vormittag**25-46356**

Do, ab 04.09.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Jodi-Ann Renée Marshall-Ehrke

Englisch B1.1 am Vormittag**25-46400**

Mo, ab 10.02.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Petra Eweleit

Englisch B1.1

25-46401

Di, ab 11.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Petra Eweleit

25-46402

Mi, ab 12.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Petra Eweleit

Englisch A2 Seniorenkurs

25-46403

Mi, ab 12.02.2025, 09:30 - 11:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Diana Trojca

Englisch B1.2

25-46405

Mi, ab 12.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Petra Eweleit

Englisch B1.4

25-46406

Mo, ab 10.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Yevgeniya Muravyeva

Englisch B1.3

25-46407

Do, ab 13.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Petra Ott

Englisch B2.1 am Vormittag

25-46408

Do, ab 13.02.2025, 08:30 - 10:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Englisch B1 Konversation

25-46409

Do, ab 13.02.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Yevgeniya Muravyeva

25-46410

Mo, ab 10.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Timothy Bell

Englisch B1

25-46411

Mo, ab 10.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Iris Brechmacher

Englisch B1 Konversation

25-46412

Di, ab 11.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Brigitte Immel

Englisch B1.2

25-46450

Mo, ab 01.09.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Petra Eweleit

25-46451

Di, ab 02.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Petra Eweleit

25-46452

Mi, ab 03.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Petra Eweleit

Englisch A2 Seniorenkurs**25-46453**

Mi, ab 03.09.2025, 09:30 - 11:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Diana Trojca

Englisch B1.3**25-46455**

Mi, ab 03.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Petra Eweleit

Englisch B1.5**25-46456**

Mo, ab 01.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Yevgeniya Muravyeva

Englisch B1.4**25-46457**

Do, ab 04.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Petra Ott

Englisch B2.2 am Vormittag**25-46458**

Do, ab 04.09.2025, 08:30 - 10:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Englisch B1 Konversation**25-46459**

Do, ab 04.09.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Yevgeniya Muravyeva

25-46460

Mo, ab 01.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Timothy Bell

Englisch B1**25-46461**

Mo, ab 01.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Iris Brechmacher

Englisch B1 Konversation am Abend**25-46462**

Di, ab 02.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Brigitte Immel

Englisch B2.4**25-46500**

Mo, ab 10.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
12 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
VHS
Rolf Noglik

Englisch B2.3

25-46501

Do, ab 13.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Petra Ott

Englisch B2.4

25-46502

Mo, ab 10.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 120,00 Euro, ermäßigt:
96,00 Euro,
VHS
Petra Ott

Englisch B2 am Samstag

25-46503

Sa, ab 15.02.2025, 09:00 - 11:15 Uhr,
10 Wochen | 30 UStd. | 120,00 Euro, ermäßigt:
96,00 Euro,
VHS
Petra Eweleit

Englisch B2

25-46504

Mo, ab 10.02.2025, 09:45 - 11:15 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Dr. Adrian Wilding

25-46505

Do, ab 13.02.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

25-46506

Do, ab 13.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 120,00 Euro, ermäßigt:
96,00 Euro,
VHS



Adrian Wilding © Grit Kästner

Adrian Wilding:

„Als ich 2010 aus Schottland kam, wollte ich unbedingt meine englische Muttersprache weitergeben und den Thüringern die britische Kultur (und schottische Whisky-Tipps) näherbringen.“

Englisch B1.4

25-46507

Di, ab 11.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Petra Ott

Englisch B2**25-46508**

Mo, ab 10.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Angelika Jung

Englisch B1 Konversation**25-46509**

Di, ab 11.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Petra Ott

Englisch B2 Konversation**25-46510**

Mo, ab 10.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Jodi-Ann Renée Marshall-Ehrke

25-46511

Di, ab 11.02.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Barbara Kuntze

Englisch B2.5**25-46550**

Mo, ab 01.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
12 Wochen | 24 UStd. |
96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
VHS
Rolf Noglik

Englisch B2.4**25-46551**

Do, ab 04.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Petra Ott

Englisch B2.5**25-46552**

Mo, ab 01.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Petra Ott

Englisch B2 am Samstag**25-46553**

Sa, ab 06.09.2025, 09:00 - 11:15 Uhr,
10 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Petra Eweleit

Englisch B2 am Vormittag**25-46554**

Mo, ab 01.09.2025, 09:45 - 11:15 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Dr. Adrian Wilding

25-46555

Do, ab 04.09.2025, 10:15 - 11:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Englisch B2**25-46556**

Do, ab 04.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS

Englisch B1.5**25-46557**

Di, ab 02.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Petra Ott

Englisch B2**25-46558**

Mo, ab 01.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Angelika Jung

Englisch B1 Konversation**25-46559**

Di, ab 02.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Petra Ott

Englisch B2 Konversation**25-46560**

Mo, ab 01.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Jodi-Ann Renée Marshall-Ehrke

25-46561

Di, ab 02.09.2025, 18:40 - 20:10 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. |
120,00 Euro, ermäßigt: 96,00 Euro,
VHS
Barbara Kuntze

Meine Volkshochschule passt jetzt in meine Hosentasche!

Mit der vhs.cloud bestimme ich,
WIE ich morgen lerne.



Jetzt bei der vhs.cloud anmelden unter
www.vhs.cloud





Arbeit und Beruf



Arbeit und Beruf/ Bildungsfreistellung



Ihre Ansprechpartnerin und Fachbereichsleiterin

Tina Schindler
Tel.: 0361 655-2955
E-Mail: tina.schindler@erfurt.de

Bereich 5



Computer, Datensicherheit und Internet

Die Digitalisierung führt zu Veränderungen in vielen Lebensbereichen. Wir verstehen es als unsere Aufgabe, sie dabei zu unterstützen, an dieser Entwicklung teilzuhaben, die Chancen zu nutzen und nicht den Anschluss zu verlieren. In diesem Programmbereich werden neben Einstiegskursen in die Computertechnik, Computer Grund- und Aufbaukurse (speziell auch für ältere Lernende), Kurse für Bildbearbeitung und Printmediengestaltung angeboten. Weitere Kurse befassen sich mit Internetanwendungen, sozialen Netzwerken und dem Umgang mit Tablets, Smartphones und Co.

Einstiegskurse in die Computertechnik

Microsoft Windows® für Einsteiger (PC-Grundlagen)

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich zum ersten Mal mit dem Thema Computer befassen und so gut wie keine Vorkenntnisse besitzen. Hier lernen Sie leicht und übersichtlich, wie Sie mit einem Computer umgehen. Vermittelt werden elementare Grundlagen für die Arbeit mit einem Windows®-PC. Ziel ist der souveräne Umgang des Benutzers mit seinem eigenen PC. Sie erhalten außerdem erste Einblicke in die Nutzung des Internets.

Themen:

- Grundbegriffe / grundlegende Abläufe
- Zusammenspiel von Hard- und Software
- Überblick über wichtige Standardanwendungen
- Dateitypen und Dateinamenserweiterungen
- sicherer Umgang mit Datenträgern, Ordern und Dateien
- Benutzung von Windows-Zubehörprogrammen (Editor, WordPad, Paint)
- Tastenkombinationen als Mittel zur Arbeitserleichterung
- Nutzung populärer Online-Anwendungen mit dem Web-Browser

25-51002

Mo, ab 10.02.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
8 Wochen | 32 UStd. |
128,00 Euro, ermäßigt: 102,40 Euro,
VHS
Matthias Wendel

25-51003

Mo, ab 01.09.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
8 Wochen | 32 UStd. |
128,00 Euro, ermäßigt: 102,40 Euro,
VHS
Matthias Wendel

Seniorenkurse

Computer und Internet bieten auch für ältere Menschen viele Möglichkeiten, z. B.: E-Mails an die Kinder und Enkel zu verschicken, Bestellungen im Internet auszulösen, Briefe zu schreiben usw. Mit dem Computer lassen sich diese Dinge schnell erledigen. Das Internet bietet zudem viele Informationsmöglichkeiten und eröffnet Menschen, die weniger mobil sind, neue Wege. Dabei gibt es vieles zu beachten. Unsere Dozenten nehmen sich viel Zeit für die Fragen der Kursteilnehmenden und berücksichtigen das individuelle Lerntempo.

Diese Kurse richten sich an Senioren, die sich zum ersten Mal mit dem Thema Computer befassen und so gut wie keine Vorkenntnisse besitzen. Hier lernen Sie leicht, übersichtlich und ohne unnötigen Technik-Ballast, wie Sie mit einem Computer umgehen. Selbstverständlich werden Sie auch Texte schreiben und speichern sowie einen ersten Ausflug ins Internet unternehmen.

Seniorenkurs: Windows® für Einsteiger

Der Kurs richtet sich an Interessenten, die bisher wenig oder keine Erfahrungen im Umgang mit einem PC haben. Es wird der grundlegende Umgang mit dieser Art von Geräten vermittelt und es werden Themen angeschnitten, die bei Interesse in weiterführenden Kursen behandelt werden können.

Kursinhalte:

- Zusammenspiel von Hard- und Software
- Benutzerschnittstelle (Bedienoberfläche) aktueller Windows®-Versionen
- Überblick über wichtige Standardanwendungen
- Benutzung bekannter Zubehörprogramme (Editor, WordPad, Paint)
- Dateitypen und Dateinamenserweiterungen
- sicherer Umgang mit Datenträgern, Ordern und Dateien



FUTURE SKILLS



Mach dich fit für die Zukunft –
stärke deine digitalen Fähigkeiten!
Jetzt Kurse finden unter:
www.erfurt.de/vhs

#zukunftsor_t_vhs

Arbeit und Beruf/ Bildungsfreistellung

- Tastenkombinationen als Mittel zur Arbeitserleichterung
 - Installation / Deinstallation von Programmen
 - Grundlagen der Datensicherung
- Voraussetzungen: keine

25-51010

Mo, ab 10.02.2025, 09:00 - 11:30 Uhr,
4 Wochen - Mo, Mi, Fr | 36 UStd. |
144,00 Euro, ermäßigt: 115,20 Euro,
VHS
Matthias Wendel

25-51011

Mo, ab 01.09.2025, 09:00 - 11:30 Uhr,
4 Wochen - Mo, Mi, Fr | 36 UStd. |
144,00 Euro, ermäßigt: 115,20 Euro,
VHS
Matthias Wendel

Seniorenkurs: Internet für Einsteiger

Der Kurs richtet sich an Interessenten, die bereits den Windows®-Grundkurs besucht oder entsprechende Kenntnisse anderweitig erworben haben.

Kursinhalte:

- Entstehung und Entwicklung des Internets (historischer Abriss)
- Grundbegriffe/ grundlegende Abläufe
- das Client-Server-Prinzip
- Prinzip der Datenübermittlung
- Nutzung des World Wide Web
- Versenden und Empfangen von elektronischer Post (E-Mail)
- Überblick über wichtige Standardanwendungen für die Internet-Nutzung
- grundlegende Sicherheitsaspekte

Voraussetzungen: Windows®-Grundkurs

25-51018

Mo, ab 24.03.2025, 09:00 - 11:30 Uhr,
2 Wochen - Mo, Mi, Fr | 18 UStd. |
72,00 Euro, ermäßigt: 57,60 Euro,
VHS
Matthias Wendel

25-51019

Mo, ab 20.10.2025, 09:00 - 11:30 Uhr,
1. Woche - Mo, Mi, Fr
2. Woche - Mo, Mi, Do | 18 UStd. |
72,00 Euro, ermäßigt: 57,60 Euro,
VHS
Matthias Wendel

Office-Anwendungen

Dokumentenerstellung und -bearbeitung mit Microsoft Word®

Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten für Eingabe, Bearbeitung und Ausgabe perfekter Word®-Dokumente. Die Teilnehmenden werden in die Lage versetzt, die Möglichkeiten von Word® effektiv für ihre eigenen Dokumente zu nutzen bzw. fremde Dokumente an gegebene Bedingungen anzupassen.

Behandelt werden u. a.:

- Grundlagen der Textverarbeitung
- Benutzerschnittstelle (Bedienoberfläche) aktueller Word®-Versionen
- Grundbegriffe / grundlegende Abläufe
- rationelle Eingabe des Rohtextes
- Korrekturmöglichkeiten
- Gestaltung (Formatierung) des Textdokumentes
- Einfügen von Objekten (Tabellen, Grafiken usw.)
- Umgang mit großen Dokumenten
- Automatisierung von Massensendungen (Seriendruck)
- Überblick über alternative Anwendungen für die Textverarbeitung

25-51040

Mi, ab 12.02.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
8 Wochen | 32 UStd. |
128,00 Euro, ermäßigt: 102,40 Euro,
VHS
Matthias Wendel

25-51041

Mi, ab 03.09.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
8 Wochen | 32 UStd. |
128,00 Euro, ermäßigt: 102,40 Euro,
VHS
Matthias Wendel

Tabellenkalkulation mit Microsoft Excel® - Grundkurs

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die die Grundlagen der Tabellenkalkulation kennenlernen möchten. Vermittelt werden grundlegende Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Erstellung und Verwendung von Kalkulationstabellen. Die Teilnehmenden werden in die Lage versetzt, die Möglichkeiten von

Excel® effektiv für den eigenen Bedarf anzuwenden oder auch bestehende Excel-Arbeitsmappen für eigene Zwecke anzupassen.

Themen:

- Programmoberfläche aktueller Excel®-Versionen
- Grundbegriffe / grundlegende Abläufe
- (Arbeitsmappe, Tabellenblätter, Zeilen, Spalten, Zellen, Zellbereiche)
- rationale Eingabe von Zellinhalten
- Beispiele für die Verwendung von Formeln und Funktionen
- zweckmäßige Verwendung von Zahlenformaten
- Gestaltung (Formatierung) des Tabellendokumentes
- Datenvisualisierung mit Diagrammen

Erforderliche Vorkenntnisse: Inhalte des Kurses „Microsoft Windows® für Einsteiger (PC-Grundlagen)“ (z.B. Umgang mit Tastatur und Maus; Anlegen, Verändern und Löschen von Dateien und Ordnern; Nutzung von Datenträgern) Excel-Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!

25-51050

Do, ab 13.02.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
8 Wochen | 32 UStd. |

128,00 Euro, ermäßigt: 102,40 Euro,
VHS

Matthias Wendel

25-51051

Do, ab 04.09.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
8 Wochen | 32 UStd. |

128,00 Euro, ermäßigt: 102,40 Euro,
VHS

Matthias Wendel

Tabellenkalkulation mit Microsoft Excel® - Aufbaukurs

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits über Grundkenntnisse in der Tabellenkalkulation verfügen und die diese Kenntnisse weiter vertiefen wollen. Vermittelt werden fortgeschrittene Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Erstellung komplexer Kalkulationstabellen. Die Teilnehmenden werden in die Lage versetzt, die Möglichkeiten von Excel® noch effektiver für den eigenen Bedarf anzuwenden.

Themen:

- Nutzung und Auswertung (größerer) Datenlisten
- intelligente Auswahllisten verwenden
- bedingte Formatierungen nutzen
- Umgang mit (sehr) großen Dateien
- Fortgeschrittene Nutzung von Formeln und Funktionen
- Externe Daten abrufen und verarbeiten
- Automatisierung von Abläufen mit Hilfe von Excel®-Makros
- Erstellung von individuellen Menübändern (Ribbons)

Erforderliche Vorkenntnisse: Inhalte des Kurses „Microsoft Windows® für Einsteiger (PC-Grundlagen)“ (z.B. Umgang mit Tastatur und Maus; Anlegen, Verändern und Löschen von Dateien und Ordnern; Nutzung von Datenträgern) sowie des Kurses „Tabellenkalkulation mit Microsoft Excel® - Grundkurs“

25-51055

Mo, ab 28.04.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
6 Wochen | 24 UStd. |

96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
VHS

Matthias Wendel

25-51056

Mo, ab 17.11.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
6 Wochen | 24 UStd. |

96,00 Euro, ermäßigt: 76,80 Euro,
VHS

Matthias Wendel

Tabellenkalkulation mit Microsoft Excel® - Workshop (Kleingruppe)

Der Workshop richtet sich an Teilnehmende, die sich bereits mit der Erstellung bzw. Änderung von bestehenden Excel-Arbeitsmappen beschäftigen und die Unterstützung bei der weiteren Bearbeitung ihrer Projekte suchen. Anders als im Excel-Grund- bzw. Aufbaukurs gibt es keine vorgeschriebene Agenda, sondern die Teilnehmenden bestimmen selbst, mit welchen Projekten sie sich beschäftigen. Bitte bringen Sie Ihre vorbereiteten Projekte auf einem USB-Stick mit in die Volkshochschule und bearbeiten Sie diese mit Unterstützung des Kursleiters weiter. Stellen Sie Ihre Projekte in der Gruppe vor und profitieren Sie von einer kritischen Auseinandersetzung mit den

Arbeit und Beruf/ Bildungsfreistellung

Projekten der anderen Teilnehmenden.

Erforderliche Vorkenntnisse: Inhalte des Kurses „Microsoft Windows® für Einsteiger (PC-Grundlagen)“ (z.B. Umgang mit Tastatur und Maus; Anlegen, Verändern und Löschen von Dateien und Ordnern; Nutzung von Datenträgern) sowie des Kurses „Tabellenkalkulation mit Microsoft Excel® - Grundkurs“

25-51058

Do, ab 15.05.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
2 Veranstaltungen | 8 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
VHS
Matthias Wendel

25-51059

Do, ab 20.11.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
2 Veranstaltungen | 8 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
VHS
Matthias Wendel

Präsentationen mit Microsoft PowerPoint® (Kleingruppe)

Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Erstellung und Verwendung von ansprechenden Präsentationen. Die Teilnehmenden werden in die Lage versetzt, die vielfältigen Funktionen von PowerPoint® zur Erstellung und Gestaltung eigener Vorträge effektiv zu nutzen. Behandelt werden u. a.:

- Grundlagen von Präsentationen
- Benutzerschnittstelle (Bedienoberfläche) aktueller PowerPoint®-Versionen
- Grundbegriffe/ grundlegende Abläufe
- Erstellung von Präsentationen
- Nutzung von Textobjekten, Grafiken, Audio- und Video-Objekten
- Gestaltung von Folienübergängen
- Animation von Objekten
- Verwendung externer Daten (Import)
- Ausgabe der Präsentation für verschiedene Anwendungsfälle und mit alternativen Ausgabeformaten
- Überblick über alternative Anwendungen für Präsentationen

Der Kurs findet in Kleingruppe mit max. vier Personen statt.

25-51070

Mi, ab 19.11.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
5 Wochen | 20 UStd. |
160,00 Euro, ermäßigt: 128,00 Euro,
VHS
Matthias Wendel

IT- und Datensicherheit

Noch nie war der technologische Wandel so rasant. Die zunehmende Bedeutung digitaler Dienste und Anwendungen wirft Fragen über deren Vertrauenswürdigkeit und Sicherheit auf. Die Herausforderung wächst, dass jeder Einzelne versteht, wie wichtig es ist, persönliche Daten sicher aufzubewahren und Grundlagen des Datenschutzes kennenzulernen. Im Gegenzug sollten Gefahren, aber auch Möglichkeiten, um sich zu schützen, erkannt werden. Es geht um Hilfe zur Selbsthilfe. In einer neuen Veranstaltungsreihe geht es um Themen der IT-Sicherheit. Folgende Ziele sind dabei wegweisend:

- Bedrohungen der persönlichen Sicherheit erkennen und verstehen können,
- in der Lage sein, Passwörter und Verschlüsselung zu verwenden, um Dateien und Daten zu schützen,
- Computer, mobile Geräte und Netzwerke vor Malware und unberechtigtem Zugriff schützen,
- allgemeine Sicherheitstypen von Netzwerken und Drahtlosverbindungen kennen, eine persönliche Firewall verwenden,
- geeignete Einstellungen im Web-Browser vornehmen und wissen, wie man sicher im Internet surft,
- Daten auf lokalen Speichern oder in der Cloud sichern, Daten löschen sowie Daten und Geräte sicher vernichten und entsorgen können.

Wie können Sie Ihre Daten im Alltag und Job einfach und sicher schützen?

Immer mehr Unternehmen und Privatpersonen werden Opfer von Cyberangriffen. Oft liegt es an fehlenden Sicherheitsmaßnahmen oder mangelndem Wissen. In diesem Kurs erfahren Sie, welche Risiken für Ihre Daten bestehen und wie Sie sich effektiv davor schützen können. Wir erklären, was hinter Begriffen wie Hacking, Phishing und Social Engineering steckt und zeigen einfache Schritte, um Ihre Daten – zum

DOZENT ROBBY SCHÄFER

- ✓ Sicherheit in Netzwerken
- ✓ Sicherheit im Internet
- ✓ Datensicherheit am PC
- ✓ Datensicherheit am Arbeitsplatz und zu Hause



DOZENTENVORSTELLUNG



Arbeit und Beruf/ Bildungsfreistellung

Beispiel durch sichere Passwörter – besser zu schützen. Sie lernen, wie Sie die Sicherheit und den Wert von Informationen bewahren. Am Ende des Vortrages steht der Dozent für Ihre Fragen zur Verfügung.

25-51090

Di, 25.03.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
VHS
Robby Schäfer

25-51091

Di, 21.10.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
VHS
Robby Schäfer

Sicher im Netzwerk: Schützen Sie Ihre Geräte und Daten

Netzwerke sind häufig Ziel von Angriffen, aber mit den richtigen Maßnahmen können Sie ihre Sicherheit deutlich erhöhen. In diesem Kurs lernen Sie, welche Arten von Netzwerken es gibt und wie Sie sie am besten schützen. Wir erklären, was Virenschutz und Firewalls wirklich leisten und worauf Sie bei der Einrichtung und Nutzung von WLAN achten sollten. Themen wie Zugangskontrollen, VPN und Sicherheitsrisiken von Smartphones stehen ebenfalls im Fokus. Zum Abschluss erhalten Sie Informationen zum so genannten Darknet. Am Ende des Vortrages steht der Dozent für Ihre Fragen zur Verfügung.

25-51092

Do, 27.03.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
VHS
Robby Schäfer

25-51093

Do, 23.10.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
VHS
Robby Schäfer

Wie schützen Sie sich im Internet?

Im Internet lauern viele Gefahren, aber Sie können sich effektiv schützen. In diesem Kurs lernen Sie, Risiken einzuschätzen und Ihr Verhalten anzupassen, um sicher online unterwegs zu sein. Wir zeigen, welche Internetdienste Ihnen beim Schutz helfen, welche Browser-

einstellungen optimal sind und wie sichere Zugangsverfahren sowie Google-Alternativen funktionieren. Außerdem erfahren Sie, wie Sie Datentypen erkennen und bewerten sowie Spuren im Netz vermeiden und löschen. Der Kurs deckt auch die Unterschiede zwischen der Nutzung auf Smartphone und PC ab. Am Ende haben Sie die Möglichkeit, Ihre Fragen direkt an den Dozenten zu stellen.

25-51094

Di, 22.04.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
VHS
Robby Schäfer

25-51095

Di, 04.11.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
VHS
Robby Schäfer

Wie schützen und pflegen Sie Ihr Daten am Computer?

In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie Ihren Computer optimal sichern und aufräumen. Wir beantworten Fragen wie: Welche Einstellungen können Sie am PC vornehmen, um die Sicherheit zu erhöhen? Wie beseitigen Sie Datenmüll und halten Ordner sowie Systeme aufgeräumt? Lernen Sie die besten Methoden zur Datensicherung und wie Sie regelmäßige Backups erstellen. Wir geben Technikempfehlungen für die Speicherung von Daten und zeigen, wie Sie Downloads regelmäßig überprüfen und mit einem Virens Scanner auf mögliche Bedrohungen prüfen. Am Ende haben Sie die Möglichkeit, Ihre Fragen direkt an den Dozenten zu stellen.

25-51096

Do, 24.04.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
VHS
Robby Schäfer

25-51097

Do, 06.11.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
VHS
Robby Schäfer

Apple®-Kurse

Der Mac®: Einführung in die Bedienung von macOS (Kleingruppe)

In diesem Kurs lernen Sie alles, was Sie für einen sicheren Umgang mit Ihrem Mac® brauchen. Ziel dieses Kurses ist es, Ihnen die grundlegende Bedienung des Mac® mit den wichtigsten Funktionen näher zu bringen. Sie lernen Ihren Mac® in seiner Einfachheit kennen und bedienen.

Kursinhalte:

- Erste Schritte mit dem Mac®
- Den Mac® einrichten
- Grundlegende Bedienung: der Schreibtisch, Wischgesten, Tastatur, Widgets, System-einstellungen
- Multitasking: Das Dock, mit 2 Apps gleichzeitig arbeiten, Inhalte mit der Maus verschieben (Drag&Drop)
- Der Finder - Mit Dateien und Ordnern umgehen
- Dokumente sichern und weitergeben
- Safari - Mit dem Mac® ins Internet
- Kontakte verwalten
- Programme auf dem Mac®

Fotos organisieren - Ein Überblick

Bitte Apple®-ID & Passwort sowie aufgeladenes MacBook® mitbringen.

24-51100

Mo - Fr, 20.01.2025 - 24.01.2025,
17:00 - 20:10 Uhr, 5 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS
Florian Zipplies

25-51100

Di, ab 13.05.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
5 Wochen | 20 UStd. |
160,00 Euro, ermäßigt: 128,00 Euro,
VHS
Florian Zipplies

Fotografie | Bildbearbeitung | Grafiken

Grundlagen der digitalen Fotografie

Fotografie spielt für die Vermittlung von Botschaften im digitalen Zeitalter eine zentrale Rolle. Sowohl für berufliche als auch für

private Zwecke ist die fotografische Bildsprache ein wichtiges Instrument der authentischen (Selbst-)Präsentation. Im Kurs geht es um die praktische Vermittlung von Regeln der fotografischen Bildgestaltung. Dank der digitalen Fotografie ist es leicht geworden, auch ohne professionelles und teures Equipment technisch akzeptable Fotos zu machen. Dabei ist jedoch der technisch sichere Umgang mit der eigenen Kamera entscheidend. Im Kurs erstellen die Teilnehmenden qualitativ hochwertige Portrait- und Stadtfotografien, die in der Gruppe präsentiert und besprochen werden.

25-52001

Di, ab 22.04.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
3 Wochen | 12 UStd. |
48,00 Euro, ermäßigt: 38,40 Euro,
Eigene Fotokamera
VHS
Boris Hajdukovic

25-52002

Di, ab 02.09.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
3 Wochen | 12 UStd. |
48,00 Euro, ermäßigt: 38,40 Euro,
Eigene Fotokamera
VHS
Boris Hajdukovic

Grundlagen der digitalen Fotografie - Kurzworkshop am Wochenende

25-52010

Sa, 29.03.2025, 09:00 - 16:00 Uhr |
8 UStd. | 32,00 Euro, ermäßigt: 25,60 Euro,
Eigene Fotokamera
VHS
Boris Hajdukovic

25-52011

Sa, 25.10.2025, 09:00 - 16:00 Uhr | 8 UStd. |
32,00 Euro, ermäßigt: 25,60 Euro,
Eigene Fotokamera
VHS
Boris Hajdukovic

Bildbearbeitung mit der freien Software GIMP® - Grundkurs

In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen und Techniken der digitalen Bildbearbeitung, die auch von professionellen Fotografen für umfangreiche Korrekturen sowie die ästhetische

Arbeit und Beruf/ Bildungsfreistellung

sche Bildgestaltung angewendet werden. Das Werkzeug der Wahl ist GIMP®, ein professionelles Bildbearbeitungsprogramm, das - im Unterschied zu Photoshop® - als freie Software überall kostenfrei installiert und verwendet werden darf. Der Kurs richtet sich an alle, die einen Einstieg in die digitale Bildbearbeitung suchen sowie auch fortgeschrittenere Hobbyfotografen, die sich für eine Alternative zu Photoshop® interessieren. Folgende Themen werden im Kurs behandelt (u.a.):

- Wie kann ich mein Bild zuschneiden?
- Wie kann ich unterbelichtete Aufnahmen retten?
- Wie kann ich Farben und Kontrast verbessern?
- Was mache ich mit verrauschten und unscharfen Bildern?
- Wie mache ich aus einem Farbfoto ein schönes Schwarz-Weiß-Bild?
- Wie kann ich einen Text in das Bild einfügen?
- Wie kann ich das Bild mit Malwerkzeugen gestalten?
- Wie kann ich Objekte aus meinem Bild freistellen und in ein anderes Bild einfügen?

25-52020

Do, ab 13.02.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
5 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS
Boris Hajdukovic

25-52021

Do, ab 04.09.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
5 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS
Boris Hajdukovic

Bildbearbeitung mit der freien Software GIMP® - Aufbaukurs

In diesem Kurs lernen Sie weitere Grundlagen und Techniken der digitalen Bildbearbeitung, die auch von professionellen Fotografen für umfangreiche Korrekturen sowie die ästhetische Bildgestaltung angewendet werden. Folgende Themen werden im Aufbaukurs behandelt (u.a.):

- Wie kann ich das Motiv besser hervorheben?

- Wie finde ich eine Farbstimmung, die am besten zu meinem Bild passt?
- Wie mache ich aus Belichtungsreihen ein fertiges Bild?
- Wie mache ich aus mehreren Fotos eine Montage?
- Wie kann ich den Hintergrund meines Bildes ändern?
- Wie kann ich ein Porträt verbessern (Hintergrund und Vordergrund, Schönheitskorrekturen)?
- Wie exportiere ich mein Bild richtig für Weiterbearbeitung, digitale Entwicklung, Druck und Internet?

25-52025

Do, ab 20.11.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
5 Wochen | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
VHS
Boris Hajdukovic

Bildbearbeitung (Rohbilddaten) mit der freien Software Darktable® - Grundkurs (Kleingruppe)

Aktuelle Kameras (DSLR / DSLM / manche Smartphones) bieten die Möglichkeit, Bilddateien unkomprimiert in sogenannten Rohdateien (RAW) zu speichern. Dies eröffnet einen weitaus größeren Spielraum für die weitere Bearbeitung als mit gängigen Bildformaten (z.B. JPG). Darktable® bietet dabei sowohl umfangreiche Bildkorrekturen als auch ästhetische Gestaltungsmöglichkeiten.

- Warum sollte ich im Rohformat fotografieren und was muss ich beachten?
- Wie kann ich unterbelichtete Aufnahmen retten?
- Wie kann ich Farben und Kontrast verbessern? Was mache ich mit verrauschten und unscharfen Bildern?
- Wie mache ich aus einem Farbfoto ein schönes Schwarz-Weiß-Bild?
- Wie kann ich das Motiv besser hervorheben? Wie finde ich eine Farbstimmung, die am besten zu meinem Bild passt?
- Wie mache ich aus Belichtungsreihen ein fertiges Bild?
- Wie exportiere ich mein Bild richtig für Weiterbearbeitung, digitale Entwicklung, Druck und Internet?

- Wie lässt sich mein Bildarchiv besser verwalten?

Inhalte:

Bildzuschnitt, Belichtungskorrektur, Lichter und Schatten, Weißabgleich, Kontrast und Helligkeit, Farbkurven und Histogramm, Farbkanäle, Farbkontrast, Tone Mapping, Rauschreduktion, Rote-Augen-Reduktion, Fleckenentfernung, Nachschärfen, Objektivkorrektur, Perspektivkorrektur, Farbgestaltung, nachträglich Licht setzen, Vignettierung, Maskierung, parametrische Masken, Blendmodi, Hoch- und Tiefpassfilter, Auflösung und Bildformate

25-52030

Di, ab 21.10.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,

5 Wochen | 20 UStd. |

160,00 Euro, ermäßigt: 128,00 Euro,

VHS

Boris Hajdukovic

Erstellung und Bearbeitung von Vektorgrafiken mit der freien Software Inkscape® - Grundkurs (Kleingruppe)

Mit Inkscape® lassen sich Logos, Landkarten, Stadtpläne, CD-Motive, grafische Elemente für Flyer oder Poster, Schriftzüge u.ä. erstellen. Als frei skalierbare Vektorgrafiken können diese ohne Verluste vergrößert oder verändert werden.

- Wie erstelle ich Logos aus einfachen geometrischen Formen?
- Wie erstelle ich grafische Elemente für einen Flyer oder ein Poster?
- Wie kann ich Text kreativ gestalten?
- Welche Effekte gibt es und wie setze ich sie richtig ein?
- Wie erstelle ich ästhetisch anspruchsvolle Diagramme und Infografiken?
- Wie kann ich ein Bild in Vektorgrafik umwandeln?

Inhalte:

Umgang mit geometrischen Elementen (Quadrate, Kreise, Ellipsen, Linien, Kurven), Texte, Farben, Schattierungen, Ebenen, Objekte, Gruppierungen, Pfade, Boolean Operations, Freistellen, Ausrichtung und Verteilung von Objekten

25-52040

Di, ab 04.03.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,

5 Wochen | 20 UStd. |

160,00 Euro, ermäßigt: 128,00 Euro,

VHS

Boris Hajdukovic

Kreativ durchstarten: Canva®-Workshop für Einsteiger

In diesem spannenden Workshop tauchst du in die Welt des Grafikdesigns ein und lernst, wie du mit der kostenlosen Version von Canva® beeindruckende Designs erstellen kannst. Egal, ob du Social-Mediaposts, Einladungen, Präsentationen oder andere kreative Projekte gestalten möchtest - hier bist du genau richtig! Was dich erwartet:

- Einführung in Canva®: Du erhältst eine Schritt-für-Schritt-Anleitung zur Nutzung der kostenlosen Version von Canva®, inklusive der wichtigsten Funktionen und Werkzeuge.
- Designgrundlagen: Lerne die Basics des Designs kennen, wie Farbtheorie, Schriftarten und Layouts, um ansprechende und harmonische Designs zu erstellen.
- Praktische Übungen: Setze dein neu erlerntes Wissen sofort in die Praxis um! Du wirst verschiedene Projekte erstellen, die du direkt mit nach Hause nehmen kannst.
- Tipps und Tricks: Entdecke nützliche Tipps, um deine Designs zu optimieren und deine Kreativität zu entfalten.

Egal, ob du ein kompletter Anfänger bist oder bereits erste Erfahrungen gesammelt hast, dieser Workshop bietet dir die perfekte Gelegenheit, deine Designfähigkeiten zu erweitern und Spaß dabei zu haben. Melde dich jetzt an und lass deiner Kreativität freien Lauf mit Canva®!

25-52050

Mo, ab 03.03.2025, 17:00 - 19:15 Uhr,

4 Wochen | 12 UStd. |

48,00 Euro, ermäßigt: 38,40 Euro,

VHS

Claudia Bock

25-52051

Mo, ab 01.09.2025, 17:00 - 19:15 Uhr,
4 Wochen | 12 UStd. |
48,00 Euro, ermäßigt: 38,40 Euro,
VHS; Claudia Bock

Gestalte eindrucksvolle Fotobücher mit CEWE®

In diesem Workshop lernst Du die Grundfunktionen des Fotobucheditors CEWE® kennen. Mit CEWE® ist es nicht nur möglich eindrucksvolle Fotobücher von Hochzeiten, Geburtstag, Urlaub oder sonstigen wichtigen Ereignissen zu erstellen. Unter professioneller Anleitung lernst du alle gängigen Gestaltungsmöglichkeiten des Programms kennen, passende Vorlagen für dein Projekt zu finden, diese an deine Bedürfnisse anzupassen oder auch eigene Designs zu erstellen. Du lernst, wie Du Schriften, Bilder und auch Grafiken gekonnt einsetzt und arrangierst, wie Du Deine eigenen Fotos eindrucksvoll integrierst und alles zu einen schlüssigen Gesamtkonzept wird. Erstelle ein emotionales Erinnerungsstück oder das perfekte Geschenk zum Geburtstag, zum Hochzeitstag oder zu Weihnachten. Bitte ca. 30 Fotos zu einem Thema aussuchen und digital mitbringen!

25-52060

Mo, ab 27.10.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
4 Wochen | 16 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
VHS
Claudia Bock

Social Media und Künstliche Intelligenz ChatGPT® - Grundlagen der KI

ChatGPT® ist in den Fokus gerückt und hat unsere Neugier geweckt. Aber was ist diese künstliche Intelligenz eigentlich? Der Kurs stellt eine Einführung in die Grundlagen der Künstlichen Intelligenz (KI) und die praktische Anwendung von ChatGPT® für den täglichen Gebrauch dar. So werden Fragen besprochen wie: Was ist „Künstliche Intelligenz“? Was ist ChatGPT® und wie funktioniert es? Welche Einsatzmöglichkeiten hat ChatGPT®? Wie erfolgt eine effektive Kommunikation mit ChatGPT®? Schließlich werden auch ethische Fragen im Zusammenhang mit KI und Chatbots sowie

Aspekte wie Datenschutz und Sicherheit bei der Verwendung von ChatGPT® angesprochen.

25-53001

Di, 27.05.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
VHS; Martin Scholz

25-53002

Di, 02.12.2025, 17:00 - 18:30 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
VHS
Martin Scholz

ChatGPT® - Anwendung der KI

In diesem praxisorientierten Kurs lernen Sie, wie Sie die künstliche Intelligenz (KI) von ChatGPT® (und anderen KIs) effektiv in verschiedenen Anwendungsbereichen einsetzen können. Der Kurs richtet sich an Einsteiger und Fortgeschrittene, die die Funktionen und Möglichkeiten von ChatGPT® verstehen und nutzen möchten. Wir werden folgende Themen behandeln:

- Anwendungsfelder von ChatGPT®: Von der Automatisierung von Kundenanfragen über Content-Erstellung bis hin zu kreativen Projekten – entdecken Sie vielseitige Einsatzmöglichkeiten.
- Effektive Kommunikation mit ChatGPT®: Erlernen Sie, wie Sie präzise und hilfreiche Anfragen formulieren, um die besten Ergebnisse zu erzielen.
- Anpassung und Personalisierung: Nutzen Sie fortgeschrittene Techniken, um ChatGPT® auf individuelle Bedürfnisse anzupassen und maßgeschneiderte Antworten zu erhalten.
- Ethik und Verantwortung: Ein Einblick in den verantwortungsvollen Umgang mit KI, um Missbrauch zu vermeiden und faire KI-Interaktionen zu gewährleisten.
- Ziel des Kurses ist es, die Teilnehmenden in die Lage zu versetzen, ChatGPT® als leistungsstarkes Tool effizient und zielgerichtet einzusetzen – sei es im Berufsalltag, für kreative Projekte oder zur Automatisierung von Prozessen. Sie erhalten zudem praktische Übungen, um das Gelernte direkt umzusetzen und ein tiefes Verständnis für die Technologie zu entwickeln. Keine Vorkenntnisse in Programmierung oder KI erforderlich!

25-53010

Di, 03.06.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
VHS; Martin Scholz

25-53011

Di, 09.12.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
VHS; Martin Scholz

Erfolgreich Kaufen und Verkaufen:**Einführung in Kleinanzeigen®**

Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse darüber, wie Sie mit Kleinanzeigen® sicher kaufen und erfolgreich verkaufen können.

Inhalte:

- Einführung in verschiedene Arten von Kleinanzeigenplattformen
- Schritte zum Erstellen einer effektiven Anzeige (Titel, Beschreibung, Fotos, Preis usw.)
- Sicherheit bei Versand- und Zahlungsarten
- Betrugswarnungen und wie man sich vor Betrug schützen kann
- Grundlegende Verhandlungstaktiken für Käufer und Verkäufer
- Überblick über rechtliche Aspekte beim Kauf und Verkauf über Kleinanzeigen

25-53040

Di, ab 29.04.2025, 17:00 - 19:15 Uhr,
2 Veranstaltungen | 6 UStd. |
24,00 Euro, ermäßigt: 19,20 Euro,
VHS
Martin Scholz

25-53041

Di, ab 18.11.2025, 17:00 - 19:15 Uhr,
2 Veranstaltungen | 6 UStd. |
24,00 Euro, ermäßigt: 19,20 Euro,
VHS
Martin Scholz

Tablets, Smartphones & Co.**Smartphone (Betriebssystem Android®) -
Handykurs**

Smartphones mit dem Betriebssystem Android® verfügen über einen enormen Funktionsumfang, aber nicht jede Einstellung ist auf den ersten Blick verständlich. Dieser Kurs vermittelt Grundlagen des Android®-Smartphone-Gebrauchs. Vorkenntnisse sind

nicht erforderlich.

Inhalte:

- Smartphone - was ist das eigentlich? Was kann es, und was nutzt es mir?
- Grundlagen der Bedienung
- Apps und App-Store
- Grundeinstellungen
- Kommunikation und Internet
- Fotos und Multimedia
- Sicherheit und Datenschutz

Im Kurs gibt es zudem Zeit für individuelle Fragen und praktisches Üben. Bitte bringen Sie Ihr Android® Smartphone mit allem Zubehör und ggf. auch Vertragsunterlagen, Kennworte etc. mit. Der Kurs ist nicht geeignet für Nutzer anderer Betriebssysteme.

25-54001

Di, ab 11.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
5 Wochen | 10 UStd. |
40,00 Euro, ermäßigt: 32,00 Euro,
VHS
Martin Scholz

25-54002

Di, ab 02.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
5 Wochen | 10 UStd. |
40,00 Euro, ermäßigt: 32,00 Euro,
VHS
Martin Scholz

Umgang mit WhatsApp® leicht gemacht

WhatsApp® ist zweifellos die am weitesten verbreitete und beliebteste Kommunikations-App für Smartphones. Mit dieser leistungsstarken Anwendung können Sie Nachrichten, Fotos, Videos und Audiodateien in Windeseile mit Einzelpersonen oder Gruppen teilen.

Das Tolle daran ist, dass Sie mit WhatsApp® und einer WLAN-Verbindung weltweit kostenlos und unkompliziert telefonieren können. Um sicherzustellen, dass Sie das Beste aus diesem Kurs herausholen, bitten wir Sie, Ihr Smartphone mitzubringen und sicherzustellen, dass es eingerichtet und aufgeladen ist. Sie werden die Möglichkeit haben, praktische Übungen durchzuführen, bei denen Sie die verschiedenen Funktionen von WhatsApp® kennenlernen und anwenden können.

Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Kurs sind Grundkenntnisse in der Bedienung von Smartphones.

25-54010

Di, 01.04.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
VHS; Martin Scholz

25-54011

Di, 11.11.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
VHS; Martin Scholz

Handykurs – Fotografieren, Fotos übertragen und ordnen vom Smartphone auf einen PC oder USB Stick (Betriebssystem Android®)

In diesem Kurs werden Sie lernen, wie Sie mithilfe Ihres Android-Smartphones Fotografieren und Bilder auf einen USB-Stick oder Ihren Computer speichern können. Es wird Ihnen detailliert erklärt, welche Schritte erforderlich sind, um gute Bilder zu fotografieren und um die Bilder von Ihrem Handy erfolgreich zu übertragen. Sie erhalten praktische Anleitungen und hilfreiche Tipps, wie Ihre wertvollen Fotos und Erinnerungen sicher auf einem externen Speichermedium oder Ihrem PC gespeichert werden. Ganz gleich, ob Sie Ihre Bilder archivieren, Platz auf Ihrem Handy schaffen oder sie einfach mit anderen teilen möchten, nach Abschluss dieses Kurses werden Sie in der Lage sein, Ihre Bilder effizient und problemlos zu sichern und zu verwalten.

25-54020

Di, 18.03.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
VHS
Martin Scholz

25-54021

Di, 28.10.2025, 17:00 - 19:15 Uhr | 3 UStd. |
12,00 Euro,
VHS
Martin Scholz

iPhone® - Grundkurs

Das iPhone® verfügt über einen enormen Funktionsumfang, aber nicht jede Einstellung ist auf den ersten Blick verständlich.

Kursinhalte:

- Smartphone - was ist das eigentlich? Was kann es, und was nutzt es mir?
- Überblick über Apples® mobilen Betriebssystem iOS: Grund- und Sicherheitseinstellungen sowie Backup-Szenarien

- das iCloud®-Konto - Ihr Zugang zu Apps
- Apps und Widgets - Programme für alle Lebenslagen: Quellen, Installation, Verwaltung
- Smartphone, aber sicher! Tastensperre, Virenschutz, Verschlüsselung, Fernzugriff bei Verlust, Zahlungswege für Apps
- Kontakte, Telefonbuch, Kalender, E-Mails und deren Verwaltung und Synchronisierung mit dem PC und in der Cloud

Informations- und Hilfequellen im Internet
Dieser Kurs richtet sich gezielt an Einsteiger und Senioren. Im Kurs wird alles einfach erklärt. Es hilft Ihnen beim Start in die faszinierende Welt des Internets und der mobilen Kommunikation - auch wenn Sie bisher noch wenig oder keine Erfahrungen haben. Ganz ohne Fachchinesisch, aber dafür Schritt für Schritt und zugeschnitten auf die alltäglichen Bedürfnisse. So macht das Lernen Spaß und die Freude an der Technik kommt von ganz alleine.

25-54030

Mi, ab 12.02.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
3 Veranstaltungen | 12 UStd. |
48,00 Euro, ermäßigt: 38,40 Euro,
VHS
Florian Zipplies

25-54031

Mi, ab 03.09.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
3 Veranstaltungen | 12 UStd. |
48,00 Euro, ermäßigt: 38,40 Euro,
VHS
Florian Zipplies

Die Kartenapp von iPhone® und iPad® (Kleingruppe)

Apple® Karten ist die beste Möglichkeit, Routen einfach zu planen und die Welt zu entdecken: Was alles möglich ist, wird in diesem Kurs gezeigt und kann selbst ausprobiert werden.

25-54032

Mi, 14.05.2025, 17:00 - 20:10 Uhr | 4 UStd. |
32,00 Euro, ermäßigt: 25,60 Euro,
VHS
Florian Zipplies

25-54033

Mi, 10.12.2025, 17:00 - 20:10 Uhr | 4 UStd. |
32,00 Euro, ermäßigt: 25,60 Euro,
VHS
Florian Zipplies

DOZENT FLORIAN ZIPLIES

- ✓ iPhone/iPad - Grundkurse
- ✓ iMac - Grundkurse
- ✓ iPad - Einführungskurse
- ✓ Kamerafunktionen bei iPhone und iPad
- ✓ Karten-Apps von iPhone und iPad



DOZENTENVORSTELLUNG



Die Kamerafunktion bei iPhone® und iPad® (Kleingruppe)

Mit der Kamera eines iPhones oder iPads fantastische Fotos aufnehmen oder Momente in faszinierenden Videos einfangen: Was alles möglich ist, wird in diesem Kurs gezeigt und kann selbst ausprobiert werden.

25-54034

Mi, ab 04.06.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
2 Veranstaltungen | 8 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
VHS

Florian Zipplies

25-54035

Mi, ab 19.11.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
2 Veranstaltungen | 8 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
VHS

Florian Zipplies

Das iPad®: Einführung in die Bedienung von Apples® mobilen Betriebssystem iPadOS

In diesem Kurs lernen Sie Ihr iPad® kennen. Der Kurs bietet den perfekten Einstieg in die Bedienung und den Umgang mit Apples® mobilen Betriebssystem iPadOS. Sie lernen die praktischen vorinstallierten Apps zu nutzen und wie Sie weitere nützliche Apps installieren können. Innerhalb kurzer Zeit werden Sie in der Lage sein, die wesentlichen Funktionen Ihres iPads® effizient zu nutzen.

Kursinhalte:

- Erster Start, Einstellungen definieren,
- Grundlegende Bedienung, Mobile Daten
- Bedienungshilfen, Bildschirmsperre, Touch ID / Face ID
- Gleichzeitiges Arbeiten mit 2 Apps im geteilten Bildschirm
- Arbeiten mit externen Tastaturen
- Bedienung des iPads mittels Sprachsteuerung und Diktierfunktion
- Zugang zum Internet und Installieren von Apps
- Grundzüge der iCloud®
- Aufnehmen von Fotos und Videos
- Navigieren mit der Karten-App

25-54040

Mi, ab 12.03.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
4 Wochen | 16 UStd. |

64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
VHS

Florian Zipplies

25-54041

Mi, ab 22.10.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
4 Wochen | 16 UStd. |

64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
VHS

Florian Zipplies

Sozialkompetenzen, Kommunikation und Managementtechniken

Zeit- und Prioritätenmanagement

Die Teilnehmenden erhalten in diesem Seminar grundlegende Informationen, wie das persönliche Zeitmanagement effektiver gestaltet werden kann und wie eine zielgerichtete Priorisierung von Aufgaben und Tätigkeiten erfolgt. Dabei werden verschiedene Methoden und Techniken vorgestellt und reflektiert. Mit dem Seminar soll die Gruppe ihr eigenes Zeit- und Prioritätenmanagement kritisch beleuchten und Lösungsansätze für Optimierungen aufzeigen können.

Inhalte:

- Einführung in die Thematik
- Zeitdiebe aufdecken und eliminieren
- Prioritätensetzung (ABC-Analyse, Eisenhower-Prinzip, Pareto-Prinzip)
- Wie plane ich meine Arbeitswoche richtig und welche Hilfsmittel habe ich?
- Ziele setzen - SMART!
- ALPEN-Methode: Aktivitäten und Zeit zielgerichtet planen
- Umgang mit Störungen und Unterbrechungen

25-55001

Do, 09.01.2025, 17:00 - 20:00 Uhr | 4 UStd. |

16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro,
VHS

René Piel

25-55002

Di, 01.04.2025, 17:00 - 20:00 Uhr | 4 UStd. |

16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro,
VHS

René Piel

25-55003

Mi, 10.09.2025, 17:00 - 20:00 Uhr | 4 UStd. |
16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro,
VHS
René Piel

Erfolgreiche Teamführung

Wie führe ich erfolgreich? Diese Frage stellen sich tausende Menschen jeden Tag. Ein großer Anteil der Kündigungen ist mit dem Verhalten des Vorgesetzten verbunden. Der Workplace Empathy Report 2023 zeigt, dass 92% der Mitarbeiter bei ihrem Arbeitgeber bleiben würden, wenn der Vorgesetzte empathischer wäre. Niemand möchte bewusst schlecht führen. Mit ein paar praktischen Tools kann jeder Mensch führen lernen, oder? In diesem Seminar können Sie sich mit folgenden Bereichen befassen: Kommunikation für Führungskräfte, Wahrnehmung, Motivation, erfolgreiche Implementierung von Grenzen, Zusammensetzung von Teams, Strategien zum Führen bestimmter Charaktere, Entscheidungsfindung und Delegation, Eigenschaften einer guten Führungskraft. Die Themen stellen dabei nur eine Auswahl dar. Das Seminar orientiert sich ganz an Ihren Vorstellungen und Interessen! Führung ist keine Magie, es ist ein Prozess und soziale Interaktion zwischen Menschen. Gerne können Sie Ihre Gedanken einfließen lassen und den Unterricht aktiv mitgestalten. Der Dozent wird Ihnen Beispiele aus 15 Jahren aktiver Führungsverantwortung für bis zu 350 Personen und aus seiner Arbeit im internationalen Bereich präsentieren. Das Seminar richtet sich an alle die etwas über Führung lernen möchten. Dabei ist es unerheblich, ob Sie bereits Führen, Führen wollen oder geführt werden.

25-55005

Do, 27.02.2025, 18:00 - 21:00 Uhr | 4 UStd. |
16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro,
VHS
Karsten Adrian

25-55006

Do, 25.09.2025, 18:00 - 21:00 Uhr | 4 UStd. |
16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro,
VHS
Karsten Adrian

**Empathisch begleiten statt beraten
(Kleingruppe)**

Mirjam Binder möchte Ihren Beratungsalltag auf den Kopf stellen: in dieser Veranstaltung stellt sie Ihnen vor, wie es mit der Gewaltfreien Kommunikation gelingt, die Menschen in den Fokus Ihrer Beratungen zu stellen und wie Sie auf diese Weise nachhaltig gut für die Rat-suchenden sowie auch für sich selbst sorgen. Sie lernen, wie Sie durch die Art des Zuhörens Verantwortung für sich selbst übernehmen. Gemeinsam mit Mirjam Binder werfen Sie einen Blick auf Kommunikationshürden, um Sie fit zu machen für eine stimmige Reaktion. Dafür greifen Sie Beispiele aus Ihrem eigenen Alltag auf und üben an ihnen, wie es - empathisch - anders gehen kann.

Zielgruppe

Die Veranstaltung richtet sich an alle beratenden Berufsgruppen, die ihre Kommunikation und ihr Handeln im beruflichen Alltag nachhaltig reflektieren, verbessern und auf eine neue Qualität heben möchten.

25-55010

Di, 02.12.2025, 17:30 - 19:45 Uhr | 3 UStd. |
24,00 Euro,
VHS; Mirjam Binder

**Feedback als Chance und Herausforderung
(Kleingruppe)**

Wie schätzen Sie die Leistung anderer Menschen ein? Welche Kriterien legen Sie an? Nach welchen Maßstäben bewerten Sie eine Leistung als erfolgreich oder gescheitert? Wie drücken Sie Unzufriedenheit aus? Laden solche Gespräche Ihre Mitmenschen im Anschluss dazu ein, sich Ihnen künftig noch mehr zu öffnen? Mirjam Binder zeigt, wie dünn das Eis ist, auf dem wir uns beim Thema Feedback und Kritik bewegen. Sie demonstriert anhand von Beispielen, wie falsche Feedback-Prozesse zwischenmenschlichen Beziehungen langanhaltend großen Schaden zufügen können. Darüber hinaus bietet Mirjam Binder dienliche und leicht zu erlernende Gegenentwürfe an, die bei unserem Gegenüber im beruflichen wie privaten Umfeld zu einer anderen Annahme führen können und bisher ungeahnte Kreativität freizusetzen vermögen.

Zielgruppe:

Menschen, die die Erfahrung machen mussten, dass Andere Feedback immer wieder als ungerechtfertigte Kritik auffassen, sich anschließend zurückziehen und die Bereitschaft zu Kommunikation und Kontakt abnimmt. Menschen, die lernen wollen, auf eine Weise Feedback zu geben, die ihr Gegenüber inspiriert, einlädt und ermutigt.

25-55015

Di, 25.03.2025, 17:30 - 19:45 Uhr | 3 UStd. |
24,00 Euro,
VHS
Mirjam Binder

Konstruktive Gesprächsführung

Die Teilnehmenden erhalten in diesem Seminar grundlegende Informationen, wie Gespräche besser vorbereitet und durchgeführt werden können. Dabei werden verschiedene Methoden und Techniken vorgestellt und reflektiert. Mit dem Seminar soll die Gruppe ihr eigenes Kommunikationsverhalten kritisch beleuchten und Lösungsansätze für Optimierungen aufzeigen können.

25-55018

Mi, 02.04.2025, 17:00 - 20:00 Uhr | 4 UStd. |
16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro,
VHS
René Piel

25-55019

Do, 11.09.2025, 17:00 - 20:00 Uhr | 4 UStd. |
16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro,
VHS
René Piel

Souveräne Kommunikation

Kennen Sie das Gefühl nicht verstanden zu werden? Gibt es Situationen, in denen Sie nicht wissen, wie Sie noch weitere Argumente anbringen können? Haben Sie schon „das habe ich so nie gesagt!“ gehört? Wollen Sie durch Ihre Ausstrahlung und Argumentation andere für Ihre Position gewinnen?

Souverän zu kommunizieren ist eine vielschichtige Thematik. Anhand praktischer Beispiele lernen Sie in diesem Modul: die Grundlagen erfolgreicher Kommunikation, Rhetorik für verschiedene Situationen, Wege, Feedback erfolgreich zu geben und zu erhalten, in

Krisen- und Konfliktsituationen souverän zu kommunizieren.

Das Thema lebt dabei von der Interaktion. Gerne können Sie Ihre Gedanken einfließen lassen und den Unterricht aktiv mitgestalten. Der Dozent wird Ihnen Beispiele aus 15 Jahren aktiver Führungsverantwortung für bis zu 350 Personen und aus seiner Arbeit im internationalen Bereich präsentieren. Das Seminar richtet sich an alle, die etwas über Kommunikation lernen möchten. Dabei ist es unerheblich, ob Sie Lösungen für den privaten, familiären oder beruflichen Bereich suchen. Souveräne Kommunikation hilft allen – vom Manager bis zum Freund auf dem Fußballplatz!

25-55021

Do, 23.10.2025, 18:00 - 21:00 Uhr | 4 UStd. |
16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro,
VHS
Karsten Adrian

Souveräne Gesprächsführung und Verhandlungstraining

Ein Gespräch bei dem ein reibungsloser Ablauf wichtig ist? Um die beste Lösung gewinnbringend feilschen? Wer ein Gespräch souverän führt und zu verhandeln weiß, kann seinen Output steigern. Ob es dabei um Situationen am Arbeitsplatz oder in der Freizeit geht – diese Techniken helfen allen Menschen!

Stellen Sie sich den Fragen, wie man Gespräche führt und verhandelt. Das Seminar vermittelt Ihnen lebhaft und aktiv, wie sie mit einfachen Mitteln souveräner handeln können. Dabei werden Sie sich unter anderem mit folgenden Bestandteilen auseinandersetzen: Grundlagen für Gespräche, Grundlagen von Verhandlungen, Kommunikation und Rhetorik.

Ihr Dozent arbeitet seit 15 Jahren als Führungskraft und war mehrfach international tätig. Die lebhaften Beispiele kommen aus Bereichen, mit denen Sie sich schon häufig oder noch nie beschäftigt haben! Das Seminar richtet sich an alle, die etwas über Gesprächsführung und Verhandlung lernen möchten. Dabei ist es unerheblich, ob Sie Lösungen für Privat oder Beruf suchen! Die Verhandlung um den Sommerurlaub kann so intensiv sein wie die um Arbeitsverträge!

25-55025

Do, 22.05.2025, 18:00 - 21:00 Uhr | 4 UStd. |
16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro,
VHS
Karsten Adrian

25-55026

Do, 13.11.2025, 18:00 - 21:00 Uhr | 4 UStd. |
16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro,
VHS
Karsten Adrian

Leise Menschen in einer lauten Arbeitswelt - Informationsabend der Agentur für Arbeit

Wie sensible Menschen ihre Stärken erkennen, gezielt nutzen und beruflich zufriedener werden.

Leise Menschen werden oft unterschätzt, haben das Gefühl anders sein zu müssen oder fühlen sich missverstanden. Der Informationsabend stellt verschiedene (Lösungs-)Ansätze vor und unterstützt sie dabei, ihre Stärken, Talente und Werte sichtbar zu machen und diese authentisch beruflich einzusetzen.

25-55028

Di, 25.03.2025, 17:30 - 19:45 Uhr | 3 UStd. |
gebührenfrei,
VHS
Lydia Schöller

25-55029

Di, 30.09.2025, 17:30 - 19:45 Uhr | 3 UStd. |
gebührenfrei,
VHS
Lydia Schöller

Flipcharting - Grundkurs

Sie haben genug von PowerPoint und Lust auf eine neue Art zu präsentieren? Innovativ, fröhlich, kreativ, nachhaltig, wiederverwendbar: Das gute alte Flipchart hat mehr Potenzial, als man denkt. Richtig in Szene gesetzt sorgen Flipcharts für Bewunderung und Lerninhalte, die hängenbleiben. Denn lernpsychologisch ist klar: Was schön aussieht, weckt Interesse und verankert sich somit besser im Gedächtnis. Lernen Sie in diesem Kurs wesentliche Grundregeln sowie pfiffige Tricks und Kniffe des Flipchartings kennen, damit Sie künftig Ihre Präsentationen, Unterrichte und Meetings in neuer Ästhetik erscheinen lassen können. Lassen Sie uns gemeinsam eintauchen in die

bunte Welt der Flipcharts. Talent wird nicht benötigt. Fehler sind ausdrücklich erwünscht. Mitzubringen ist Humor.

25-55030

Do, ab 16.01.2025, 17:00 - 19:15 Uhr, 3 Wochen |
9 UStd. | 36,00 Euro, ermäßigt: 28,80 Euro,
VHS
Lydia Walther

25-55031

Mi, ab 27.08.2025, 17:00 - 19:15 Uhr, 3 Wochen |
9 UStd. | 36,00 Euro, ermäßigt: 28,80 Euro,
VHS
Lydia Walther

Flipcharting - Vertiefender Übungskurs**25-55032**

Mo, ab 10.03.2025, 16:00 - 19:15 Uhr, 2 Wochen |
8 UStd. | 32,00 Euro, ermäßigt: 25,60 Euro,
VHS
Lydia Walther

25-55033

Mo, ab 20.10.2025, 16:00 - 19:15 Uhr, 2 Wochen |
8 UStd. | 32,00 Euro, ermäßigt: 25,60 Euro,
VHS
Lydia Walther

Flipcharting - Grundkurs am Wochenende**25-55034**

Sa, ab 10.05.2025, 09:00 - 12:00 Uhr,
2 Veranstaltungen | 8 UStd. |
32,00 Euro, ermäßigt: 25,60 Euro,
VHS
Lydia Walther

Schreibwerkstatt: Journalistisches Schreiben (Kleingruppe)

In diesem Seminar werden die Grundlagen des journalistischen Schreibens vermittelt. Wie ist eine Nachricht aufgebaut? Wie schreibe ich eine Reportage oder einen Bericht? Wie finde ich eine gute Überschrift? Welche Standards muss ich beim Formulieren berücksichtigen? Wie finde ich meinen persönlichen Schreibstil? Anhand von Beispielen lernen wir die verschiedenen journalistischen Gattungen kennen und üben anschließend an eigenen Texten. Der Kurs ist als Kleingruppenkurs (max. 4 Personen) geplant.

25-55040

Sa, 26.04.2025, 09:00 - 16:00 Uhr | 8 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
VHS; Andreas Kubitzka

25-55041

Sa, 08.11.2025, 09:00 - 16:00 Uhr | 8 UStd. |
64,00 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro,
VHS; Andreas Kubitzka

Arbeit und Leben THÜRINGEN

Verschwörungsmythen im Betrieb – Erkennen, Verstehen, Handeln!

Manche Menschen schenken Verschwörungserzählungen und absurden Theorien viel Glauben und vergraben sich immer weiter in den Sozialen Medien. Dies ist oft sehr anstrengend für Kolleginnen und Kollegen. Aber nicht nur das – es ist auch gefährlich für uns als Gesellschaft! Wie kann ich klug damit umgehen? Wie kann ich mich schützen und vor allen Dingen - kann ich die Person überhaupt noch erreichen? Diese und weitere Fragen besprechen wir in unserem Workshop für Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer. Das Angebot ist gebührenfrei. Referent:innen sind Lia Görges und Martin Anders von „Arbeit und Leben Thüringen“.

25-55050

Di, 18.02.2025, 18:30 - 20:45 Uhr | 3 UStd. |
gebührenfrei,
VHS
Martin Anders / Lia Görges

Warum wir auf Arbeit mehr streiten müssen!

Auf Arbeit kommen wir mit den unterschiedlichsten Menschen zusammen. Kontroverse Themen kommen auf und politisch bin ich mit meinem Kollegen auch nicht auf einer Wellenlänge - das kann unfassbar anstrengend sein. Wir wollen euch Konfliktkompetenzen mit an die Hand geben, um für den nächsten Streit auf Arbeit gut gewappnet zu sein. Fokus des Workshops liegt auf Arbeitnehmerinnen

und Arbeitnehmer.

Das Angebot ist gebührenfrei. Referent:innen sind Lia Görges und Martin Anders von „Arbeit und Leben Thüringen“. Sie arbeiten in ihrem Projekt daran, dass die Betriebskultur vieler Unternehmen in Thüringen sich für Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer verbessert. Mehr Mitbestimmung, weniger Ausgrenzung

25-55060

Di, 11.03.2025, 18:00 - 21:00 Uhr | 4 UStd. |
gebührenfrei,
VHS
Martin Anders / Lia Görges

Mehr Lohn, bessere Arbeit, mehr Mitbestimmung – 10 Tricks für Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer

Steigende Kosten lassen sich kaum durch Sparen eindämmen, aber durch mehr Lohn abfedern. Wie komme ich aber an ein höheres Gehalt, vielleicht auch angenehmere Arbeit oder zu mehr Mitgestaltung auf Arbeit? Vortrag und Austausch zu den besten Tricks für mehr netto am Monatsende. Das Angebot ist gebührenfrei. Referent:innen sind Lia Görges und Martin Anders von „Arbeit und Leben Thüringen“. Sie arbeiten in ihrem Projekt daran, dass die Betriebskultur vieler Unternehmen in Thüringen sich für Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer verbessert. Mehr Mitbestimmung, weniger Ausgrenzung!

25-55070

Di, 13.05.2025, 19:00 - 20:30 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
VHS
Martin Anders / Lia Görges

Berufs- und Karriereplanung

Beruf oder Berufung? Wie du deine wahre Bestimmung findest.

Hast du das Gefühl, dass dein aktueller Job nicht deinem wahren Potenzial entspricht? In diesem Kurs erfährst du, was der Unterschied zwischen einem Beruf und deiner wahren Berufung ist und wie du zu beruflicher Erfüllung finden kannst. Durch erste Impulse, praxisnahe Übungen und Selbstreflexion wirst du mehr Klarheit über deine Stärken, Potenziale und Leidenschaften gewinnen. Der Kurs gibt dir

Berufsberatung für Erwachsene

Wenn die berufliche Zukunft mal nicht so klar ist... Wir unterstützen Sie!

Bei Wolken und Regen, Kreuzungen oder Sackgassen...

Im kostenfreien, individuellen Coaching finden wir gemeinsam heraus:

- wo Ihre Stärken liegen
- wie Sie Ihre Talente beruflich einsetzen können
- welche Qualifizierung Sie voranbringt
- was Ihre nächsten Schritte sind.

Tel. 0361 30 22222

Thüringen.Berufsberatung-Erwachsene

@arbeitsagentur.de

5



Bundesagentur für Arbeit

Agentur für Arbeit Thüringen Mitte

bringt weiter.

Arbeit und Beruf/ Bildungsfreistellung

einen Einstieg in den Prozess, deine Berufung zu finden, und weckt neue Perspektiven auf ein erfülltes (Berufs-)Leben.

25-56010

Do, 13.03.2025, 17:30 - 19:00 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
VHS;
Lisa Marie Erber

25-56011

Do, 30.10.2025, 17:30 - 19:00 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
VHS
Lisa Marie Erber

Elternseminar: Wie kann ich mein Kind bei der Berufs- und Studienwahl unterstützen?

Eltern erhalten in diesem Seminar grundlegende Informationen, wie sie ihr Kind bei dieser wichtigen Entscheidung „Berufs- und Studienwahl“ unterstützen können. Dabei werden verschiedene Bildungswege vorgestellt und mit der Gruppe reflektiert. Mit dem Seminar sollen die Teilnehmenden einen Überblick über die beruflichen Möglichkeiten ihres Kindes bekommen und Empfehlungen für die richtige Begleitung dieses Auswahlprozesses erhalten.

25-56020

Di, 28.01.2025, 17:00 - 21:00 Uhr | 5 UStd. |
20,00 Euro, ermäßigt: 16,00 Euro,
VHS
René Piel

25-56021

Di, 03.06.2025, 17:00 - 21:00 Uhr | 5 UStd. |
20,00 Euro, ermäßigt: 16,00 Euro,
VHS
René Piel

Zufrieden im Job?! Berufscoaching - Informationsabend der Agentur für Arbeit

Sind Sie zufrieden mit Ihrem Job? Dann ist dieses Angebot nichts für Sie! Wenn Sie sich jedoch beruflich verändern möchten, die Gesundheit nicht mehr so richtig mitspielt oder die Arbeitszeiten nicht mehr passen, Sie vielleicht Karriere machen oder Ihren Berufsabschluss nachholen wollen - dann sind Sie herzlich willkommen zum Info-Abend der Arbeitsagentur. Die Berufsberatung für Erwachsene unterstützt Sie bei Ihrer beruflichen Veränderung. Dabei steht Ihr

Ziel im Fokus, Wege werden aufgezeigt, Finanzierungsmöglichkeiten besprochen und Ihre individuelle Entscheidung wird unterstützt.

25-56030

Do, 23.01.2025, 17:30 - 19:45 Uhr | 3 UStd. |
gebührenfrei,
VHS; Lydia Schöller

25-56031

Do, 24.04.2025, 17:30 - 19:45 Uhr | 3 UStd. |
gebührenfrei,
VHS; Lydia Schöller

25-56032

Do, 04.09.2025, 17:30 - 19:45 Uhr | 3 UStd. |
gebührenfrei,
VHS; Lydia Schöller

25-56033

Di, 28.10.2025, 17:30 - 19:45 Uhr | 3 UStd. |
gebührenfrei,
VHS; Lydia Schöller

Zufrieden im Job?! Einzelcoaching

In der Zeit von 12:00 Uhr bis 18:30 Uhr können Sie einen Termin für ein Einzelcoaching bei einem Berufsberater der Arbeitsagentur verabreden. Die Berufsberatung für Erwachsene unterstützt Sie bei Ihrer beruflichen Veränderung. Dabei steht Ihr Ziel im Fokus, Wege werden aufgezeigt, Finanzierungsmöglichkeiten besprochen und Ihre individuelle Entscheidung wird unterstützt. Bitte sprechen Sie uns an!

25-56035

Mo, 27.01.2025, 12:00 - 18:30 Uhr | 8 UStd. |
gebührenfrei,
VHS; Lydia Schöller

25-56036

Do, 13.02.2025, 12:00 - 18:30 Uhr | 8 UStd. |
gebührenfrei,
VHS; Lydia Schöller

25-56037

Di, 29.04.2025, 12:00 - 18:30 Uhr | 8 UStd. |
gebührenfrei,
VHS; Lydia Schöller

25-56038

Do, 15.05.2025, 12:00 - 18:30 Uhr | 8 UStd. |
gebührenfrei,
VHS; Lydia Schöller

DOZENTIN LYDIA SCHÖLLER

- ✓ Berufscoaching
- ✓ Leise Menschen in einer lauten Arbeitswelt



DOZENTENVORSTELLUNG

25-56039

Do, 11.09.2025, 12:00 - 18:30 Uhr | 8 UStd. |
gebührenfrei,
VHS; Lydia Schöller

25-56040

Do, 18.09.2025, 12:00 - 18:30 Uhr | 8 UStd. |
gebührenfrei,
VHS; Lydia Schöller

25-56041

Di, 11.11.2025, 12:00 - 18:30 Uhr | 8 UStd. |
gebührenfrei,
VHS; Lydia Schöller

25-56042

Do, 13.11.2025, 12:00 - 18:30 Uhr | 8 UStd. |
gebührenfrei,
VHS; Lydia Schöller

Digitalkurse der Reihe vhsQuickSteps

Die Digitalkurse der Reihe vhsQuickSteps sind auf ein hohes Maß an der Interaktion zwischen den Teilnehmern sowie den jeweiligen Dozenten ausgerichtet. Die Inhalte besitzen einen gezielt lösungsorientierten Ansatz, weshalb eine Teilnahme zumeist keine spezifischen Vorkenntnisse voraussetzt.

Weiterhin weisen die einzelnen Kurse einen modularen Charakter auf. So ist es Interessenten möglich, sich eine ihrem unmittelbaren Bedarf entsprechende Individualschulung zusammenzustellen.

Im Fokus stehen Business Skills (u. a. „soziale Fähigkeiten“), Anwendungskompetenzen sowie Inhalte zur Unternehmenskommunikation (BAU-Prinzip).

Die Reihe vhsQuickSteps steht für ein „Lernen mit Format“. Adressiert werden nicht zuletzt Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter kleinerer und mittlerer Unternehmen (KMU), die im Idealfall während ihrer regulären Arbeitszeit teilnehmen können.

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt. Im Rahmen stark anwendungsbezogener vhsQuickSteps empfiehlt sich aufseiten der Teilnehmer der Einsatz eines zweiten Monitors bzw. eines weiteren Endgeräts – beispielsweise eines Tablet-Computers – für die ZOOM-Übertragung, um so ein paralleles Mitarbeiten am

Hauptgerät zu ermöglichen.

In sämtlichen Digitalkursen zu Microsoft-Produkten werden aktuelle Funktionserweiterungen durch KI dargestellt.

Online Kurs: MS Loop® – innovatives Kollaborationstool - Projektorientierte Teamarbeit unter MS 365®

Bereits vor seiner regulären Einführung in die Produktivitätscloud von Microsoft (MS 365)® im Frühjahr 2024 erwarb sich Loop® den Ruf einer App der Master Class. Die projektorientierte, smarte Desktop- und gleichzeitige Web-Anwendung ist auf eine Effektivitätssteigerung in der Zusammenarbeit von Teams® (Arbeitsgruppen) ausgerichtet. Sie umfasst optionale Strukturen wie z. B. Kanban® Boards oder auch F&A-Sitzungen zum Aufgabenmanagement. Diese sind Ausgangspunkt für einen agilen Ansatz, der in der Projektarbeit durchgängig dem jeweiligen Bedarf der Beteiligten bzw. unerwarteten Ereignissen angepasst werden kann. Loop® bietet sich insbesondere als funktionale Ergänzung zu MS Teams®, Planner® und To Do in der Projektorganisation bzw. im Aufgabenmanagement an.

Highlights:

- Generelle Aspekte einer erfolgreichen Zusammenarbeit
- Aufgabenlisten, Kanban® Boards und F&A-Sitzungen
- Abstimmungen, Checks und Statusnachverfolgungen
- Callouts und Teamrückblicke (Retrospektiven)
- BONUS: MS Loop® im agilen Projektmanagement

Für eine erfolgreiche Teilnahme sind keine spezifischen Vorkenntnisse erforderlich.

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57001

Mi, 22.01.2025, 10:30 - 12:00 Uhr | 2 UStd. |
gebührenfrei,
Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: MS Outlook® – „Full Power“-Workflows - Highend-Modul: Strategien zur Steigerung der Arbeitsproduktivität

Für Organisationen bzw. Unternehmen sind eine effektive Verwaltung sowie entsprechende interne und externe Kommunikationsabläufe essenziell. Einem agilen Arbeitsansatz kommt nicht zuletzt angesichts volatiler Wirtschaftsverhältnisse eine immer größere Bedeutung zu: Anforderungen müssen strukturiert und dennoch flexibel bewältigt werden. So sind gerade Termine und Aufgaben in der Teamarbeit klar zu kommunizieren (Transparenz). MS Outlook® bietet über diverse Module zahlreiche, sehr mächtige Möglichkeiten zur zielgerichteten Steigerung sowohl der kollaborativen als auch der individuellen Arbeitsproduktivität. In der professionellen Praxis zählen dazu besonders das Feintuning der Outlook®-Optionen (Backstage), Automatisierungen sowie das Aufstellen von Regeln.

Highlights:

- „Going Backstage“ - optimale Konfiguration der Outlook®-Optionen
- E-Mail-Postfach und -Korrespondenz - Regeln und QuickSteps
- Szenarien zur Anpassung des Kundenbeziehungsmanagements
- Konsequente Optimierung von Aufgaben- und Zeitmanagement
- BONUS: Outlook® im Umfeld von MS 365® (Produktivitätscloud)

Für eine erfolgreiche Teilnahme sind keine spezifischen Vorkenntnisse erforderlich.

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57002

Mi, 22.01.2025, 18:30 - 21:30 Uhr | 4 UStd. |

38,00 Euro,

Webseminar

Dozent:innenteam

Online Kurs: MS OneNote® in der Teamarbeit - Agile Workflows im Büromanagement

Das kostenlos nutzbare OneNote® zählt zu den beliebtesten digitalen Notizbüchern weltweit

und integriert sich nahtlos in die Umgebung des klassischen Office-Pakets von Microsoft sowie derjenigen von MS 365® (Produktivitätscloud). Gerade in der Kollaboration eröffnet es strukturierte und dennoch flexible Arbeitsabläufe. Innerhalb von Organisationen bzw. Unternehmen stellt es eine ideale Grundlage für ein effektives Wissensmanagement dar. MS OneNote® ermöglicht eine Informations- und Datenverarbeitung auf drei zentralen Ebenen - Notizbücher, Abschnitte und Seiten. Deren vielfältigen Verknüpfungsmöglichkeiten schaffen insoweit die Grundlage für eine gezielte Steuerung von Innovationsprozessen. Parallel dient es im individuellen Einsatz einer zuverlässigen Organisation von Inhalten.

Highlights:

- Professionelle Arbeitsweise mit MS OneNote®
- Semantische Struktur des Wissens (Beziehungsebenen)
- Erfolgreiches Wissensmanagement in der Praxis
- Steuerung von Innovationsprozessen in der Teamarbeit
- BONUS: Kompatibilität mit MS Outlook® (Aufgabenmanagement)

Für eine erfolgreiche Teilnahme sind keine spezifischen Vorkenntnisse erforderlich.

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57003

Di, ab 04.02.2025, 10:30 - 12:00 Uhr, Di/Do |

4 UStd. | 38,00 Euro,

Webseminar

Dozent:innenteam

Online Kurs: MS Word® & Outlook® in der Geschäftskorrespondenz - Modul I: Moderne sowie rechtskonforme Briefe und E-Mails

Innerhalb von Organisationen bzw. Unternehmen zeichnet sich eine moderne Geschäftskorrespondenz insbesondere durch die Berücksichtigung der Erwartungen sowie Bedürfnisse von Kundinnen und Kunden aus. Form und Inhalt besitzen insoweit den gleichen Stellenwert. Erstere wird insbesondere durch die DIN 5008:2020 geregelt, Letzterer kann

gezielt durch die Anwendung des Hamburger Verständlichkeitskonzepts begünstigt werden (auch im Sinne eines Corporate Wording, CW). Als De-Facto-Standard kommen MS Word® und Outlook® zur Anwendung. Im elektronischen Schriftverkehr ergänzen sich diese in ihrer jeweiligen Funktionalität. Als wertvoll für eine inhaltliche Optimierung von Texten in Briefen und E-Mails erweist sich mittlerweile auch die wortschöpfende künstliche Intelligenz (KI), die mehr als nur eine Formulierungshilfe darstellt.

Highlights:

- Vorgaben zur Geschäftskorrespondenz nach DIN 5008:2020
- Pflicht- sowie optionale Elemente von Briefen und E-Mails
- Rechtskonformität - etwa korrekte Signaturen unter Outlook®
- Optimierungen und Automatisierungen zur Texterstellung
- BONUS: Künstliche Intelligenz zur sogenannten Wortschöpfung

Für eine erfolgreiche Teilnahme sind keine spezifischen Vorkenntnisse erforderlich.

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57004

Di, ab 18.02.2025, 10:30 - 12:00 Uhr, Di/Do | 4 UStd. | 38,00 Euro, Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: MS Word® & Outlook® in der Geschäftskorrespondenz - Modul II: Professionelle Sendungen und Schnellbausteine

In der professionellen Kundenkommunikation nehmen personalisierte Briefe und E-Mails eine herausragende Rolle ein. Das Register „Sendungen“ ermöglicht zudem eine Erstellung „in Serie“. Ferner lassen sich bereits einfache Makros zur weiteren Optimierung bzw. Automatisierung der Geschäftskorrespondenz nutzen. In den Möglichkeiten zum Versenden von Serienbriefen bzw. -mails, ergänzen sich MS Word® und Outlook® (umfassende Kompatibilität).

Gerade Schnellbausteine, verwaltet über den sogenannten Organizer, lassen sich hierbei beliebig mit Seriendruckfeldern bzw. Platzhaltern kombinieren. Eine „Personalisierung“ von E-Mails lässt sich insoweit ebenfalls verwirklichen. Das Ergebnis - individuelle Briefe und E-Mails im Sinne einer kundenzentrierten Kommunikation.

Highlights:

- Sendungen, Schnellbausteine und einfache Makros
- Gestaltung individualisierter Briefe und E-Mails
- Im Fokus - Platzhalter, Felder und Vorlagen (Templates)
- Outlook®-Funktionen und Sendungen „auf Knopfdruck“ (Automatisierung)
- BONUS: Basiswissen zur kundenzentrierten Kommunikation

Für eine erfolgreiche Teilnahme sind keine spezifischen Vorkenntnisse erforderlich.

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57005

Di, ab 25.02.2025, 10:30 - 12:00 Uhr, Di/Do | 4 UStd. | 38,00 Euro, Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: MS Outlook® zur Organisation und Kommunikation - Modul I: Ordner, Notizen, Verknüpfungen und E-Mails

MS Outlook® präsentiert sich als „die“ Zentrale in der Unternehmenskommunikation. Zudem bildet es die Basis für ein effizientes Zeit- und Aufgabenmanagement sowie für die Organisation von Kontakten bzw. die praktische Ausgestaltung von Kundenbeziehungsprozessen. Darüber hinaus besteht eine umfassende Kompatibilität zu dritten Anwendungen - so MS Word®, MS OneNote® oder Planner®. Diese kann einer erheblichen Steigerung der individuellen und kollaborativen Arbeitsproduktivität dienen.

Modul I vermittelt zunächst einen zuverlässigen Einblick in die individuelle Konfiguration des Programms über die Outlook®-Optionen (Backstage) sowie die Nutzung von Notizen,

Ordern und Verknüpfungen - auch in der Teamarbeit. Sein eigentlicher Schwerpunkt liegt aber auf der modernen sowie rechtskonformen Geschäftskorrespondenz in Form und Inhalt: kundenzentrierte Kommunikation und DIN 5008:2020.

Highlights:

- Die Benutzeroberfläche sowie wesentliche Outlook®-Optionen
- Notizen, Ordner und Verknüpfungen zur Organisation
- Der passende Stil - kundenzentrierte Kommunikation
- DIN 5008:2020 - rechtskonforme E-Mails (Signaturen usw.)
- BONUS: Etablierte und innovative Workflows

Für eine erfolgreiche Teilnahme sind keine spezifischen Vorkenntnisse erforderlich.

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57006

Di, ab 04.03.2025, 10:30 - 12:00 Uhr, Di/Do |
4 UStd. | 38,00 Euro,
Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: MS Outlook® zum Zeit- und Aufgabenmanagement - Modul II: Organisation und Steuerung von Terminen und Vorhaben

MS Outlook® bietet diverse Ansätze zur Schaffung einer Arbeitsumgebung zur Organisation und Steuerung von Terminen und Vorhaben - gerade in der Teamarbeit. Als ein Wesenskern des Büromanagements bedingt ein gekonntes Zeit- und Aufgabenmanagement jedoch die Ausarbeitung konsistenter Arbeitsabläufe bzw. Prozesse. Diese können dritte Anwendungen wie etwa MS OneNote® oder Planner® miteinbeziehen.

Modul II umfasst insbesondere die dazu erforderlichen technischen Aspekte, die eben als Basis zur Einrichtung von Kalendarien sowie zur Verwaltung von Aufgaben dienen. Zudem behandelt es Essentials eines professionelles Zeit- und Aufgabenmanagements sowie einschlägige Methoden. Deren Verständnis

stellt sich als entscheidende Voraussetzung zur nachhaltigen Steigerung der individuellen und kollaborativen Arbeitsproduktivität dar (Mindset).

Highlights:

- Kalender-Modul - Erstellen und Zuweisen von Terminen
- Aufgaben-Modul - Anlegen und Verwalten von Vorhaben
- Strategische Verknüpfung von Terminen und Aufgaben
- Optimierung und Automatisierung von Workflows
- BONUS: Methoden im Zeit- und Aufgabenmanagement

Für eine erfolgreiche Teilnahme sind keine spezifischen Vorkenntnisse erforderlich.

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57007

Di, ab 11.03.2025, 10:30 - 12:00 Uhr, Di/Do |
4 UStd. | 38,00 Euro,
Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: MS Outlook® im Kundenbeziehungsmanagement - Modul III: Sicherung, Verwaltung und Pflege von Kontakten

MS Outlook® ermöglicht unter anderem auch ein professionelles Kundenbeziehungsmanagement (Customer-Relationship-Management, CRM). Tatsächlich ergeben sich aus der consequenten Optimierung der Outlook®-Optionen sowie die individuelle Konfiguration des Kontakte-Moduls ungeahnte Möglichkeiten zur Sicherung, Verwaltung und Pflege einschlägiger Kundenkontakten. Modul III beinhaltet zunächst die dazu notwendigen technischen Aspekte unter Outlook®. Dazu werden auch interessante, teils kostenlose Add-Ins aufgezeigt - diese erweitern den Funktionsumfang teils deutlich. Daran anschließend wird dargestellt, wie anspruchsvolle Kundenbeziehungsprozesse sowie eine kundenzentrierte Kommunikation prinzipiell auszugestalten sind.

Highlights:

- Einzel- und Gruppenkontakte (Verteiler)
- Teilen von Kontakten in Arbeitsgruppen
- Einsatz von personalisierten Vorlagen (Templates)
- Nutzung von Schnellbausteinen und Objekten
- BONUS: Essentials zum Kundenbeziehungsmanagement

Für eine erfolgreiche Teilnahme sind keine spezifischen Vorkenntnisse erforderlich.

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57008

Di, ab 18.03.2025, 10:30 - 12:00 Uhr, Di/Do | 4 UStd. | 38,00 Euro, Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: MS Excel® zur effektiven Datenanalyse - Power Query in der professionellen Anwendungspraxis

Get and Transform bzw. Power Query basiert auf einem „Programm im Programm“, dem einschlägigen Editor. Dessen Kernfunktionen ermöglichen es, auf der Basis von Abfragen eine systematische Auswertung und in der Folge Deutung gerade größerer Datenmengen vorzunehmen. Dazu können unterschiedlichste Datenquellen bzw. -typen genutzt und unter diesen vorhandene Beziehungen - Entity Relationship Model (ERM) - berücksichtigt werden. Unter anderem lassen sich auch externe Daten importieren, zu denen zur Auswertung „in Echtzeit“ eine durchgängige Verbindung hergestellt werden kann. Darüber hinaus können diverse Tabellen bzw. Datenbanken zusammengeführt und deren Spalten bzw. Datenfelder selektiv abgefragt werden - auch solche, die cloud- oder webbasiert sind.

Highlights:

- Graphical User Interface (GUI) und Funktionen
- Laden oder Transformieren einzelner Tabellen
- Import diverser Datenquellen mit Beziehungen

- Cloud- oder webbasierte Datenanalyse „live“
- BONUS: Praktische Anwendungsfälle (Use Cases)

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt

25-57009

Di, ab 01.04.2025, 10:30 - 12:00 Uhr, Di/Do | 4 UStd. | 38,00 Euro, Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: Content Marketing mit Canva® - Online-Creative-Tool der Master Class

Canva® zählt zu den weltweit bekanntesten Desktop- und Web-Apps zur Erstellung von professionellem visuellen Content. Bereits die kostenlose Variante bietet eine Kernfunktionalität, mit der sich im Rahmen eines Content Marketings insbesondere Inhalte für Social Media, beispielsweise für die gegenwärtig sehr beliebte Plattform Instagram®, aber auch für Präsentationen sowie Printprodukte entwickeln lassen. Innerhalb eines visuellen Marketings lassen sich mit Canva® sogenannte Memes - also kreative, sich im Idealfall viral verbreitende Inhalte - erstellen. Die App ist gleichermaßen für Anwendungen im geschäftlichen sowie im privaten Bereich geeignet. Sie lässt sich intuitiv-plausibel bedienen und stellt sich dabei als äußerst produktiv dar.

Highlights:

- Kampagnen im Content Marketing (Praxisbeispiele)
- Canva® - Graphical User Interface (GUI) und Funktionen
- Produktion von Inhalten für Social Media (Facebook® & Co.)
- „Let's play“ - ein praxisnahes Beispielprojekt „in Echtzeit“
- BONUS: KI-gestützte Erstellung von Videosequenzen

Für eine erfolgreiche Teilnahme sind keine spezifischen Vorkenntnisse erforderlich.

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57010

Di, 01.04.2025, 18:30 - 21:30 Uhr | 4 UStd. |
38,00 Euro,
Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: Social Media Marketing mit Instagram® - Erfolgskonzepte und -strategien im Business

Instagram® gehört zu den am meisten genutzten sozialen Medien bzw. Netzwerken weltweit. Primär ausgerichtet auf ein Video- und Foto-Sharing ermöglicht es ein extrem wirkungsvolles, bildbasiertes Social Media Marketing. Gerade für kleine und mittlere Unternehmen (KMU) stellt es sich als eine Low-Budget-Alternative zu klassischen Kommunikationsmitteln - im Printbereich etwa Flyer, Plakate usw. - dar. Für das erfolgreiche Etablieren eines Instagram®-Accounts ist in jedem Fall ein taktisches Vorgehen von zentraler Bedeutung. Die systematische Analyse aktuell sehr beliebter Kanäle ist für eine Erfolgsstrategie „im Business“ unabdingbar - genauso wie ein kundenzentrierter Ansatz, der einschlägige Bedarfe umfassend berücksichtigt.

Highlights:

- Prinzipien im Social Media Marketing
 - Instagram® - Funktionen im Detail
 - Markt- und markengerechte Posts
 - „Let's play“ - Live-Publishing
 - BONUS: Erfolgreiche Accounts im Fokus
- Für eine erfolgreiche Teilnahme sind keine spezifischen Vorkenntnisse erforderlich. Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57011

Do, 03.04.2025, 18:30 - 21:30 Uhr | 4 UStd. |
38,00 Euro,
Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: MS Excel® zur effektiven Datenvisualisierung - PivotTables und -Charts sowie dynamische Dashboards

Pivot-Tabellen und -Diagramme ermöglichen eine strukturierte Analyse bzw. Visualisierung

überbordender Datenmengen. Auf der Basis „intelligenter“ Tabellen, diese sind von einfachen Excel®-Listen zu unterscheiden, lassen sich einschlägige Filter und Abfragen als eine zuverlässige Grundlage für fundierte Entscheidungen in Organisationen bzw. Unternehmen anwenden - in der Zusammenarbeit von Teams (Arbeitsgruppen) auch „in Echtzeit“. Insoweit zählen Pivot-Tabellen und -Diagramme zur sogenannten Business Intelligence (BI). Sie lassen sich in vielfältiger Weise in dynamische Dashboards integrieren, was die Auswertung bzw. Deutung der zugrunde liegenden Daten nochmals begünstigt. Datenschnitte, Zeitachsen sowie weitere Tools zur Datenanalyse erlauben eine weitere Optimierung.

Highlights:

- PivotTables und -Charts - Anwendungsszenarien
- Pivot-Tabellen mit berechneten Feldern und Bereichen
- Pivot-Diagramme mit unterschiedlichen Strukturen
- Erstellung hochleistungsfähiger dynamischer Dashboards
- BONUS: Exkurs in die Nutzung von Power Pivot - die „Kür“

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57012

Di, ab 06.05.2025, 10:30 - 12:00 Uhr,
2 Veranstaltungen | 4 UStd. | 38,00 Euro,
Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: MS Project® – klassisches Projektmanagement - Modul I: Vorgänge als zentrales Planungselement

Project® integriert sich nahtlos in das Umfeld der Office-Suite von Microsoft® (klassisches Office-Paket bzw. MS 365, die Produktivitäts-cloud). Es besteht eine einschlägige Kompatibilität mit dritten MS-Anwendungen, zudem ist seine grafische Benutzeroberfläche analog bedienbar (Backstage, Menüband etc.). Als wesentliches Planungselement bestimmen Vorgänge die Arbeit mit MS Project®. Insoweit werden diverse Vorgangsarten unterschieden:

Feste Einheiten, Feste Arbeit und Feste Dauer. Diese wiederum werden, abhängig von gezielten Voreinstellungen, automatisch in der Terminplanung berücksichtigt.

Vorgänge verstehen sich unter Project® als Aufgaben und sind vielfältig editierbar - beispielsweise innerhalb unterschiedlicher Listen-Darstellungen (Projektstrukturplan u. a.) oder auch im Rahmen von Berichten. Dieser vhs-Digitalkurs bietet eine zuverlässige Einführung in ein professionelles Arbeiten mit MS Project®. Das Anlegen eines in sich konsistenten Projektplans findet hierbei eine besondere Berücksichtigung.

Highlights:

- Theorie des klassisch-phasenbasierten Projektmanagements
- Graphical User Interface und Basis-Funktionalität
- Projektplan und Visualisierung von Vorgängen per Gantt-Diagramm
- Abhängigkeiten von Vorgängen (diverse Verknüpfungsarten)
- BONUS: Projektstrukturplan (PSP) / Work Breakdown Structure (WBS)

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57013

Di, 06.05.2025, 18:30 - 21:30 Uhr | 4 UStd. | 38,00 Euro, Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: MS Project® – klassisches Projektmanagement - Modul II: Planung, Steuerung und Überwachung im Detail

Im klassisch-phasenbasierten - auch traditionellen bzw. prädiktiven - Projektmanagement besteht aufgrund seines statischen Charakters eine erhöhte Störanfälligkeit durch unerwartete Ereignisse (Wasserfallmodell). Aus diesem Grund kommen einer diesbezüglich proaktiven Planung, zielgerichteten Steuerung sowie durchgängigen Überwachung jeweils eine zentrale Bedeutung zu. Insbesondere der Einsatz einschlägiger Ressourcen stellt sich für einen Projekterfolg als essenziell dar - nicht zuletzt unter volatilen

wirtschaftlichen Rahmenbedingungen, die regelmäßig ein flexibles Handeln bedingen. In diesem vhs-Digitalkurs, der sich nahtlos an das Modul I anschließt, werden zahlreiche Methoden zur Ablaufplanung, -steuerung und -überwachung berücksichtigt - unter anderem die Anwendung eines Netzplandiagramms. Zudem werden Best Practises (u. a. Prince2) dargestellt.

Highlights:

- Vertiefung theoretischer Grundlagen - Best Practices
- Zuteilung von Ressourcen - Steuerung und Überwachung
- Projektziele und Meilensteine sowie Pufferzeiten (Reserven)
- Berichte zur Visualisierung des Projektfortschritts im Team
- BONUS: Individuelle Datenfelder mit einfachen Berechnungen

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57014

Do, 08.05.2025, 18:30 - 21:30 Uhr | 4 UStd. | 38,00 Euro, Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: MS PowerPoint® zur Präsentation im Business - Erfolgsgeschichten – visuelles Storytelling der Master Class

Als De-Facto-Standard bietet MS PowerPoint® umfassende Möglichkeiten zur Erstellung moderner Präsentationen, die sowohl über alternativen Plattformen veröffentlicht als auch gezielt für unterschiedliche Medien optimiert werden können. Präsentationen im Business bedingen insoweit eine durchdachte Konzeption sowie regelmäßig den Einsatz des Folienmasters, der in seiner Anwendung insbesondere einem zugrunde liegenden Corporate Design (CD) genügen muss. Dynamische Effekte begünstigen zudem eine nachhaltige Wirkung entsprechender Inhalte, indem sie maßgeblich dazu beitragen, den Fokus des Publikums durchgängig aufrechtzu-

erhalten. Über die rein technischen Aspekte - etwa das Format oder die Auflösung hinaus, zeichnen sich professionelle Präsentationen, insbesondere durch ein visuelles Storytelling aus. Schließlich gilt die Maxime: „Erzählen statt Aufzählen!“

Highlights:

- Konzeption von Business-Präsentationen
- Die Gestaltgesetze - Flächen, Formen und Farben
- Individuelle Gestaltungsraster sowie Corporate Design
- Workshop zum gekonnten Einsatz des Folienmasters
- Bonus: Profi-Know-how zum visuellen Storytelling

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57015

Di, ab 03.06.2025, 10:30 - 12:00 Uhr, Di/Do | 4 UStd. | 38,00 Euro, Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: MS Visio® – professionelle Datenvisualisierung - Modul I: Grundlagen des Diagrammdesigns

Visio® integriert sich nahtlos in das Umfeld der Office-Suite von Microsoft® (klassisches Office-Paket bzw. MS 365, die Produktivitätscloud). Es besteht eine einschlägige Kompatibilität mit dritten MS-Anwendungen, zudem ist seine grafische Benutzeroberfläche analog bedienbar (Backstage, Menüband etc.). MS Visio® ermöglicht ein professionelles Diagrammdesign, etwa zur Darstellung von Flussdiagrammen im Qualitätsmanagement. Daneben lassen sich mit seiner Hilfe unterschiedlichste Teil- und Assemblyzeichnungen (Engineering) verwirklichen.

Die vielfältigen Möglichkeiten zur Darstellung basieren unter Visio® auf sogenannten Schablonen (Shapes) und diversen „Verbindern“. Dazu stehen kategorisierte Bibliotheken zur Verfügung, die systematisch durch individuelle Formen erweitert werden können.

Highlights:

- Theorie der Visualisierungen - Flächen,

Formen und Farben

- Gestaltgesetze und Gestaltungsraster in der Anwendungspraxis
- Basis-Techniken zum professionellen Diagrammdesign

- Erstellung von Gruppen und Einsatz von Ebenen (Layers)
- BONUS: Praxisnahe Beispiele in Gruppenarbeit (Workshop)

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57016

Di, 03.06.2025, 18:30 - 21:30 Uhr | 4 UStd. | 38,00 Euro, Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: MS Visio® – professionelle Datenvisualisierung - Modul II: Organigramme, Prozess- und Pivot-Diagramme

Die Kernfunktionalität von Visio® ist auf das Erstellen von „Schaubildern“ allgemein bzw. insbesondere von Diagrammen ausgerichtet. Unter anderem lassen sich mit ihm flexible Organigramme, etwa zur Abbildung einer Organisationsstruktur, erstellen. Diese können auf unterschiedlichen Datenquellen, so Excel®-Arbeitsmappen oder einzelnen Tabellenblättern, bzw. diversen Datentypen, beispielsweise JPEG-Bildern, beruhen. Visio®-Diagramme sind umfassend anpassbar und lassen sich ebenso exportieren bzw. ausgeben. Wiederum Excel® wird unter MS Visio® regelmäßig als Datenquelle für spezielle Pivot-Diagramme (PivotCharts), die im Sinne einer Business Intelligence (BI) auf proaktive Entscheidungen in Organisationen, bzw. Unternehmen ausgerichtet sind, genutzt. Eine professionelle Datenvisualisierung wird sich insoweit nach der grafischen Spezifikationsprache BPMN (Business Process Modellig and Notation) geführt als Prozessmodellierungsstandard auch in der einschlägigen DIN 19510, richten.

Highlights:

- Organigramme zur Abbildung von Organisationsstrukturen

Arbeit und Beruf/ Bildungsfreistellung

- Prozess- bzw. Flussdiagramme im Qualitätsmanagement
- Weitere Optimierungstechniken zum Diagrammdesign
- Cloud- bzw. webbasierte Publikation und Print-Veröffentlichung
- BONUS: BPMN - Prozessmodellierungsstandard (Exkurs)

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57017

Do, 05.06.2025, 18:30 - 21:30 Uhr | 4 UStd. |

38,00 Euro,

Webseminar

Dozent:innenteam

Online Kurs: MS 365® im Projektmanagement Office - Effektive Abwicklung paralleler Vorhaben

Innerhalb von Organisationen, bzw. Unternehmen, stellt das Projektmanagement Office (PMO) eine dauerhafte organisatorische Einheit dar. Deren primäre Herausforderung besteht in einer erfolgreichen Abwicklung paralleler Vorhaben (Multiprojektmanagement). Zentrale und dezentrale bzw. interne und externe Projektteams nach DIN 69901 sind dabei gleichermaßen zu koordinieren - genauso wie mögliche Stakeholder (Interessens- bzw. Anspruchsgruppen). Entscheidend für die Produktivität von PMO ist ein transparenter und konsistenter Kommunikationsfluss: Über einschlägige Kommunikationskanäle sind sämtlichen Beteiligten Informationen, bzw. Daten, bedarfsgerecht zu vermitteln. MS 365®, die sogenannte Produktivitätscloud, bietet neben leistungsfähigen Instrumenten zur Projektorganisation sowie zum Projektmanagement selbst zahlreiche individuell anpassbare Möglichkeiten dazu, beispielsweise speziell konfigurierbare Kanäle unter MS Teams®. Ziel dieses vhs-Digitalkurses ist ein umfassender Einblick in ein modernes, primär digital agierendes Projektmanagement Office. Insoweit werden sowohl Aspekte eines strategischen bzw. operativen Einsatzes von MS 365® als auch bedeutende Business Skills, etwa zur

Teambildung und -steuerung, fokussiert. Eine zielgerichtete Nutzung der Produktivitätscloud in Organisationen bzw. Unternehmen bedingt nämlich immer auch eine konsequente Berücksichtigung der jeweiligen Organisations- bzw. Unternehmenskultur (Corporate Culture, CC). Die konkreten Inhalte der Veranstaltung werden stark an die individuellen Bedürfnisse der Teilnehmerinnen und Teilnehmer angepasst. Diese erhalten dazu im Vorfeld einen entsprechenden Fragenkatalog. Der methodisch-didaktische Ansatz ist auf einen hohen Praxisbezug ausgerichtet und beinhaltet zahlreiche Workshop-Phasen zur Organisation fiktiver Projekte.

Highlights:

- Grundlegende Aspekte der Projektorganisation
- MS 365® in der Praxis eines Projektmanagement Office (PMO)
- Klassisches bzw. prädiktives Projektmanagement mit MS Project®
- Agiles bzw. adaptives Projektmanagement mit Scrum® (Framework)
- Im Fokus - P3.express (Europäische Union, Erasmus+)
- MS Teams®, Planner® und To Do zur Aufgabensteuerung
- MS SharePoint® und OneDrive® zum Dokumentenmanagement (DMS)
- MS OneNote® und Loop® zur strukturierten und flexiblen Kollaboration
- Business Skills - u. a. zur Teambildung und -steuerung
- Profi-Know-how zur Moderation von Online-Meetings

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57018

Mo - Mi, 14.07.2025 - 16.07.2025,

09:00 - 16:30 Uhr, 3 Tage | 30 UStd. |

228,00 Euro,

Webseminar

Dozent:innenteam

Online Kurs: MS Power Automate® – Steigerung der Arbeitsproduktivität - Automatisierung digitaler Prozesse und Arbeitsabläufe

Unter Anwendung von MS 365®, der Produktivitätscloud, und speziell von MS Power Automate® können digitale Prozesse oder teils auch nur Arbeitsabläufe standardisiert und dadurch optimiert werden. Als stationär installierbare Version umfasst Power Automate® mittlerweile auch Desktop-Flows. Insbesondere die Möglichkeit zur vorausgehenden Analyse von Geschäftsprozessen – namentlich über das sogenannte Power Automate Process Mining – ist insoweit bedeutsam. Ferner dienen ein KI-Hub sowie Diagnose-Tools zur Desktop-Flowaktivität der Steuerung und Überwachung. Templates ermöglichen eine einfache Umsetzung sowohl webbasierter als auch Desktop-Flows zur nachhaltigen Steigerung der Arbeitsproduktivität. Das gezielt manuelle Entwickeln automatisierter Flows zur cloudbasierten Team- sowie individuellen Desktop-Arbeit ermöglicht eine weitere Optimierung.

Highlights:

- Bedienelemente und Funktionen im Detail
- Globale Automatisierungsansätze unter MS 365®
- KI-Hub sowie weitere Diagnose-Tools im Fokus
- Beispiele zur Optimierung durch Standardisierung
- Bonus: Monitoring - Power-Flows auf dem Prüfstand

Für eine erfolgreiche Teilnahme sind Basiskenntnisse erforderlich.

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57019

Mi, 22.01.2025, 13:30 - 15:00 Uhr | 2 UStd. | 19,00 Euro,
Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: Agiles Projektmanagement mit Scrum®

„Das“ Framework - Rollen, Ereignisse und Artefakte
Frameworks oder auch Rahmenwerke zum agi-

len Projektmanagement befördern eine flexible Anpassung des Ablaufgeschehens - deshalb auch der Begriff des adaptiven, gelegentlich des adaptativen Projektmanagements. Die zur Verfügung stehende Zeit stellt sich insoweit als entscheidender Faktor dar. Scrum® als führendes Framework durchläuft streng aufeinander abgestimmte „Formen der Zusammenarbeit“ und ermöglicht dennoch eine schnelle Abstimmung aller Beteiligten - etwa im Hinblick auf unerwartete Störungen. Zentral für das Rahmenwerk sind Rollen, Ereignisse und Artefakte - jedoch ist Scrum® nicht als Prozess im engeren Sinne zu verstehen. Zur grundlegenden Organisation von Projekten dienen diverse Backlogs. Als kollaborativ nutzbare Methode bietet sich ergänzend Kanban® an, zur Visualisierung konkreter Bearbeitungsstatus von Aufgaben sowie deren idealer Verteilung in Projektgruppen.

„Künstliche Intelligenz als virtuelles Teammitglied“ - ein derzeit intensiv diskutiertes Thema unter Projektverantwortlichen. Tatsächlich ergeben sich aus den Möglichkeiten und auch Grenzen aktueller KI-Technologien im Projektmanagement zumindest Inspirationen. Gerade innerhalb von Sprints, den zentralen Ereignissen des Framework, können diese mittlerweile erhebliche Mehrwerte innerhalb der Arbeit von Entwicklungsteams schaffen.

Highlights:

- Agiles Manifest, Werte und Prinzipien nach dem Scrum® Guide
- Die Komplexitätsmatrix - unter welchen Umständen Scrum®?
- Das Rahmenwerk - Rollen, Ereignisse und Artefakte im Detail
- Etablierte digitale Werkzeuge (z. B. Kanban®-Boards und Kreativitätstools)
- BONUS: KI als Mitglied im Scrum®-Team (ggf. Erfahrungsaustausch)

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57020

Sa, 05.04.2025, 09:00 - 17:00 Uhr | 9 UStd. | 90,00 Euro,
Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: MS Teams® – die digitale Organisation - Entwicklung produktiver Strukturen

Der Einsatz von MS 365®, der sogenannten Produktivitätscloud, berührt den Wesenskern einer jeden Organisation. Nicht selten bedingt eine Implementierung, dass die bisherige Kultur der Zusammenarbeit umfassend auf den Prüfstand gestellt wird. MS Teams® kommt insoweit eine herausragende Bedeutung zu -- als Organisationszentrale ermöglicht es unter anderem die Schaffung sogenannter Kanäle, die nichts anderes als das digitale Fundament zur internen und externen Kommunikation bilden. Die „Organisation hinter der Organisation“, also die Planung und Umsetzung einer entsprechenden Infrastruktur, offenbart sich nicht selten als Herausforderung. Sie erfordert nämlich eine durchgängige Transparenz und Konsistenz sowie zudem ein proaktives Vorgehen zur kontinuierlichen Verbesserung aufgrund sich stetig wandelnder Rahmenbedingungen bzw. Bedarfe von Organisationen.

Highlights:

- MS-365®-Gruppen allgemein, „Teams®“ und Kanäle
- Grundeinstellungen, Mitgliedschaften und Rollen
- Berechtigungen zum Zugriff auf geteilte Informationen
- Standard- und Zusatzapps mit erweiterten Funktionen
- BONUS: „Backstage“ - das MS Teams Admin Center

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57021

Mo, 28.04.2025, 10:30 - 12:00 Uhr | 2 UStd. |
19,00 Euro,
Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: MS OneDrive® und SharePoint® in der parallelen Nutzung - Organisation persönlicher und teamorientierter Daten

OneDrive® dient in erster Linie einer Administration (Verwaltung) und Archivierung

(Sicherung) persönlicher Dateien und Ordner im geschäftlichen Umfeld. SharePoint® hingegen ist auf die Zusammenarbeit von „Teams“ ausgerichtet. Es stellt die Grundlage für ein zielgerichtetes Dokumenten- sowie Wissensmanagement in Organisationen dar. Jedoch bestehen Schnittstellen zwischen OneDrive® und SharePoint®. So lassen sich etwa Dokumentenvorlagen zunächst auf OneDrive® ablegen und erst im nächsten Schritt über SharePoint® teilen. In diesem moderierten vhs-Digitalkurs werden praxisnah die bedeutendsten Aspekte einer parallelen Nutzung von OneDrive® und SharePoint® dargestellt - zur erfolgreichen Umsetzung durch die Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Umfeld von MS 365®, der Produktivitätscloud.

Highlights:

- Grundlagen zur Bedienung und wesentliche Funktionen
- OneDrive® - persönliche Dateien und Ordner
- SharePoint® - Dokumenten- und Wissensmanagement
- Optimierung von Workflows in der Zusammenarbeit
- BONUS: Professioneller Wissenstransfer in Organisationen

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57022

Di, 29.04.2025, 10:30 - 12:00 Uhr | 2 UStd. |
19,00 Euro,
Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: MS Outlook® und OneNote® – „Full Power“-Workflows - Perfektes Duo zum effektiven Selbst- und Teammanagement

Outlook® und OneNote® ergänzen sich in ihren Anwendungsmöglichkeiten optimal. Outlook®, die Kommunikationszentrale im Büromanagement, ist unter anderem auf das Planen und Verwalten von Terminen und Aufgaben sowie eine Zusammenarbeit von „Teams“ ausgerichtet. OneNote® hingegen stellt sich als Basis zur Sammlung, Strukturierung und zum Austausch von Informationen - Wissensmanagement bzw.

-transfer - dar.

Unterschiedliche Schnittstellen, Add-Ins sowie Application Programming Interfaces (APIs), ermöglichen wechselseitige Datenaustausche und -abfragen zwischen Outlook® und OneNote®, wodurch sich für professionelle Anwenderinnen und Anwender eine erhebliche Effizienzsteigerung im Selbst- und Teammanagement eröffnet.

Highlights:

- Essentials zum Selbst- und Teammanagement
- Praxisnahe Workflows im Büromanagement
- Wissensmanagement bzw. -transfer in „Teams“
- Outlook® und OneNote® im Zusammenspiel mit MS 365®
- BONUS: Einbindung „agiler“ MS Loop®-Komponenten

Für eine erfolgreiche Teilnahme sind Basiskenntnisse erforderlich.

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57023

Mo, ab 28.04.2025, 13:30 - 15:00 Uhr,
2 Veranstaltungen | 4 UStd. | 38,00 Euro,
Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: Lean Office – das produktive Büro - Kontinuierliche Verbesserung und Nachhaltigkeit

Die Prinzipien des Lean Managements besitzen den Charakter einer Philosophie. Sie fokussieren keine konkreten Handlungsanweisungen zur Umsetzung bestimmter Maßnahmen, sondern einen im Unternehmen durchgängig geteilten Ansatz zur Verhaltensänderung. Ein Lean Office zeichnet sich demgemäß durch den Anspruch eines kontinuierlichen Verbesserungsprozesses (KVP) aus, um schließlich ein nachhaltigeres Arbeiten zu ermöglichen. Unnötiges sowie Ungenutztes - etwa überflüssige Bestände an E-Mails oder brachliegende Talente - sollen konsequent eliminiert bzw. aktiviert werden. Im digitalen Lean Office stehen dazu nicht zuletzt einschlägige Apps

zur Verfügung - innerhalb von MS 365®, der Produktivitätscloud, etwa Power Automate® zur Automatisierung effizienter Prozesse.

Highlights:

- Grundsätze im Lean Management und KVP
 - Schaffung von Werten ohne Verschwendung
 - Merkmale eines - digitalen - Lean Offices
 - Bestände, Ausschüsse und Nacharbeiten
 - BONUS: Überarbeitung „falscher“ Prozesse
- Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57024

Mi, 30.04.2025, 10:30 - 12:00 Uhr | 2 UStd. |
19,00 Euro,
Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: MS Lists® – effektives Informationstracking - Optimierung von Arbeitsabläufen in Organisationen

Lists® stellt sich als High-Performance-App im Informationstracking dar. Es ermöglicht die Gestaltung produktiver Arbeitsabläufe in Organisationen. Konkrete Anwendungsbeispiele sind die Verfolgung von Problemen wie etwa Störungen, Arbeitsstatus und Ausgaben, Überwachung von Ressourcen im Projektmanagement sowie die Planung von Inhalten, mit und ohne Genehmigungen, oder auch ein zuverlässiges Onboarding.

Lists® ist auf die Zusammenarbeit von „Teams“ ausgerichtet. Über Möglichkeiten zur Zuweisung von Tracking-Inhalten an bestimmte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter oder auch deren Priorisierung entfaltet Lists® sein eigentliches Potenzial zur Optimierung von Arbeitsabläufen in Organisationen - in Echtzeit.

Highlights:

- Essentials zum gekonnten Arbeiten mit Listen
- Praxisnahe Anwendungsszenarien in „Teams“
- Formulare zur direkten Abstimmung in Projektgruppen
- Automatisierte Regeln zur Überwachung von Workflows
- BONUS: Einbindung von MS SharePoint® und Power Apps

Arbeit und Beruf/ Bildungsfreistellung

Für eine erfolgreiche Teilnahme sind Basiskenntnisse erforderlich.

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57025

Mi, 30.04.2025, 13:30 - 15:00 Uhr | 2 UStd. |
19,00 Euro,
Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: MS 365® - produktive Kollaboration - Effektive Teamarbeit durch konsistente Workflows

Im Zentrum eines modernen Büromanagements stehen die transparente Zusammenarbeit zentraler und dezentraler, aber auch interner und externer Teams - mit dem Ziel einer „fluide“ Bearbeitung von Informationen bzw. Daten. MS 365®, die sogenannte Produktivitätscloud, eröffnet die Möglichkeit zur erheblichen Steigerung der kollektiven Arbeitseffektivität, und zwar auf sämtlichen (Hierarchie-)Ebenen von Organisationen bzw. Unternehmen. Die Plattform bietet mächtige Werkzeuge zur Digitalisierung bestehender analoger Prozesse. Sie ermöglicht zudem eine gezielte Steuerung der Unternehmenskommunikation. Darüber hinaus ist sie auf einen erfolgreichen Wissenstransfer, dem ein professionelles Dokumentenmanagement zugrunde liegt, ausgerichtet. Highlights:

- Systematische Einführung in MS 365® - die Produktivitätscloud
- MS Teams® und Planner® zur Teamorganisation bzw. -steuerung
- MS SharePoint® und OneDrive® zum Dokumentenmanagement
- Diverse Tools zur Prozessoptimierung und -automatisierung
- BONUS: MS Copilot® in der Teamarbeit (unter MS 365® und Bing®)

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57026

Mo - Fr, 12.05.2025 - 16.05.2025,
09:00 - 16:00 Uhr, 5 Tage | 40 UStd. |
360,00 Euro,
Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: Barrierefreie Office-Dokumente und PDFs - Workflows zum neuen Barrierefreiheitsstärkungsgesetz

Am 28.06.2025 tritt das Barrierefreiheitsstärkungsgesetz (BFSG) in Kraft. Danach besteht unter anderem die Verpflichtung, blinden bzw. im Sehvermögen beeinträchtigten Menschen, einen gleichberechtigten Zugang zu digitalen Inhalten im Sinne einer entsprechenden Teilhabe an Informationen zu ermöglichen. In der Kommunikation betrifft dies nicht zuletzt Office-Dokumente unterschiedlichster Dateitypen sowie solche im Portable Document Format (PDF) von Adobe. Organisationen allgemein und besonders auch Unternehmen sind nun grundsätzlich dazu verpflichtet, ihre Dokumente nach einschlägigen technischen Standards zu optimieren.

Bereits seit längerem ermöglichen etwa MS Outlook® und Word® diesbezügliche Prüfungen. Das entscheidende Werkzeug zur PDF-Optimierung stellt Adobe Acrobat® dar. Barrierefreie digitale Inhalte im Web werden darüber hinaus auch durch Suchmaschinen als positiv bewertet, wodurch sich regelmäßig ein ebensolches Content-Ranking - Einordnung in die Rangliste der Suchergebnisse auf Basis eines bewertenden Vergleichs - ergibt.

Highlights:

- Definition zur digitalen Barrierefreiheit von Dokumenten
- Technische Möglichkeiten unter MS Outlook® und Word®
- Workflows - Optimierung von PDFs unter Adobe Acrobat®
- Standards - PDF/UA-1 (DIN ISO 14289-1:2016-12) und PDF/A
- BONUS: Hilfsprogramme zur einschlägigen Prüfung von Daten

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57027

Di, 13.05.2025, 18:30 - 21:30 Uhr | 4 UStd. |

38,00 Euro,

Webseminar

Dozent:innenteam

Online Kurs: MS Planner® –**Aufgabenplanung und -steuerung - Hubs und Buckets in der Projektorganisation**

Nicht zuletzt durch die Einführung der neuen grafischen Benutzeroberfläche von Outlook® - Outlook NEW® genannt - kommt dem organisationsübergreifenden Einsatz von Planner® eine herausragende Bedeutung im kollaborativen Aufgabenmanagement zu. Planner® fügt sich nahtlos in das Gesamtkonzept von MS 365®, der Produktivitätscloud, ein und stellt die wesentliche Grundlage zur Planung und Steuerung von Aufgaben in Arbeits- bzw. Projektgruppen dar. Die Empfänger derart verbindlich kommunizierter Aufgaben können diese in der Rubrik „Mir zugewiesen“ der App To Do, eine wesentliche Outlook®-Client-Komponente, einsehen und verwalten. Auf der administrativen Ebene bietet Planner® umfassende Möglichkeiten der Verfolgung von Arbeitsstatus. Eigenständige Planner®-Gruppen gewährleisten eine flüssige Zusammenarbeit ihrer Mitglieder in Echtzeit. Darüber hinaus bieten diverse Diagnose-Tools Verantwortlichen und sonstigen Beteiligten innerhalb von Projekten eine leistungsstarke Plattform, um Störungen unterschiedlichster Art - etwa Personalressourcen, Material oder Zeit - direkt entgegenzuwirken.

Highlights:

- Planner® innerhalb der Produktivitätscloud
- Hub-Administration und mobiles Arbeiten
- Aufgabenmanagement und Buckets
- Pläne und eingebundene Outlook®-Unterhaltungen
- BONUS: Diagnose-Tools zur Aufgabenverfolgung

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57028

Do, 07.08.2025, 10:30 - 12:00 Uhr | 2 UStd. |

19,00 Euro,

Webseminar

Dozent:innenteam

Online Kurs: Künstliche Intelligenz im Büromanagement - Produktivere Prozesse und Arbeitsabläufe

Künstliche Intelligenz (KI) verändert die Arbeitswelt grundlegend - das Büromanagement bildet hier keine Ausnahme. Durch den gezielten Einsatz moderner KI-Technologien lassen sich Routineaufgaben effizienter bewältigen und Arbeitsabläufe nachhaltig optimieren. Plattformen wie MS 365®, die Produktivitätscloud, bieten dazu eine Vielzahl an Automatisierungsmöglichkeiten, die weit über einfache Benachrichtigungen hinausgehen.

KI unterstützt Anwenderinnen und Anwender gerade auch bei anspruchsvolleren Tätigkeiten - so bei der Formulierung einer kundenorientierten Korrespondenz oder bei komplexeren kaufmännischen Berechnungen. KI-Technologien bewirken im Idealfall nicht nur eine erhöhte individuelle oder kollaborative Produktivität, sondern zudem eine gesteigerte Qualität von Arbeitsergebnissen.

Highlights:

- Kostenlose und kostenpflichtige KI-Alternativen
- Zuverlässige Termin- und sonstige Planungen
- Optimierung des sprachlichen Ausdrucks
- Anspruchsvollere kaufmännische Berechnungen
- BONUS: Permanente Einbindung von KI in Workflows

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57029

Do, 07.08.2025, 13:30 - 15:00 Uhr | 2 UStd. |

19,00 Euro,

Webseminar

Dozent:innenteam

Online Kurs: MS Teams® im Projektmanagement - Erfolgreiche Umsetzung von Vorhaben

Mit MS Teams® können leistungsstarke Strukturen für ein erfolgreiches Projektmanagement angelegt sowie durchgängig angepasst werden, etwa durch Abbildung temporärer

Organisationseinheiten wie Projektgruppen. Unabhängig vom zugrundeliegenden Ansatz - ob nun agil, klassisch oder auch hybrid bzw. dual (Methodologien) - lassen sich dazu zahlreiche Teams®-Funktionen direkt nutzen oder mittelbar einbinden. Beispielsweise ermöglicht die App „Schichten“ eine Planung und Überwachung, schließlich noch eine Steuerung von Personalressourcen in Form von kalenderbasierten Darstellungen.

Projektmanagement unter Teams® wird insbesondere durch die Integration zusätzlicher Apps und weiterer Kanal-Register wie Aufgaben (MS Planner®), „Dateien“ (MS SharePoint®), „Notes“ (MS OneNote®) oder Lists® und Loop® unterstützt. Eine dergestalt optimierte Arbeitsumgebung verbessert maßgeblich die operative Arbeit von Projektgruppen und trägt dadurch zu deren Effizienz, im Idealfall, zum Erfolg bei. - Highlights:

- MS-Teams®-Arbeitsumgebungen im Projektmanagement
- Parallele Nutzung unterschiedlicher Methodologien
- Transparentes Aufgabenmanagement unter Planner®
- Management von Personalressourcen mit der App „Schichten“
- BONUS: Strategische Risikoprävention im Projektmanagement

Für eine erfolgreiche Teilnahme sind Basiskenntnisse und Arbeitsroutinen erforderlich. Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57030

Fr, 08.08.2025, 10:30 - 12:00 Uhr | 2 UStd. | 19,00 Euro, Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: Künstliche Intelligenz in Projektgruppen - KI-Power als virtuelles Mitglied in „Teams®“

Die Zusammenarbeit in Projektgruppen ist oft komplex und anfällig für Störungen. Herausforderungen wie Organisation, Kommunikation, Abstimmungs- und Entscheidungsprozesse sowie co-kreative Phasen in der Produkt- und

Dienstleistungsentwicklung erfordern effektive Hilfsmittel. KI-Technologien bieten zahlreiche Möglichkeiten, um die Kollaboration in diesen Bereichen entscheidend zu optimieren. Besonders in der Dokumentation erweist sich KI als wertvolles Werkzeug: Gekonnt eingesetzt, kann sie nicht nur Notizen - etwas aus MS Teams®-Sitzungen protokollieren, sondern durch die Einbindung externer Quellen auch inhaltlich anreichern. Auf diese Weise optimierte Ergebnisse können maßgeblich zur Verbesserung des organisationsinternen Wissensmanagements und -transfers beitragen. Highlights:

- Abhalten strukturierter Brainstorming-Sessions
- Prognosen zur professionellen Planung von Projekten
- Transkription von Online- oder stationären Meetings
- Automatisierte Protokolle in Projektgruppen
- BONUS: Aktuelle KI-Alternativen zur Projektarbeit

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57031

Fr, 08.08.2025, 13:30 - 15:00 Uhr | 2 UStd. | 19,00 Euro, Webseminar
Dozent:innenteam

Online Kurs: MS Outlook NEW® – innovatives Look-and-feel - Interne und externe Unternehmenskommunikation

Aktuell bietet Outlook® zwei parallele Ansichten - die klassische und die neue grafische Benutzeroberfläche, Outlook NEW®. Die erste Variante basiert auf einem traditionellen Arbeitsansatz bei dem sich Nutzerinnen und Nutzer vornehmlich auf ein Arbeiten am Client konzentrieren und gegebenenfalls über Transfer- bzw. Austauschlaufwerke Daten im Unternehmen kommunizieren. Basis dafür sind die traditionellen Outlook®-Module E-Mail, Kontakte, Kalender und Aufgaben, aber auch Notizen, Ordner und Verknüpfungen. Outlook NEW®, die zweite Variante, bietet analoge

Funktionen über diverse MS 365®-Apps wie etwa OneNote® oder Planner®. Outlook NEW® setzt eine umfassende Anpassung bisheriger Arbeitsabläufe voraus. Es unterstützt das branchenübergreifende Erfordernis agiler Formen der Zusammenarbeit. Unter Outlook NEW® bleibt das Erstellen und Verwalten persönlicher Aufgaben der App MS To Do vorbehalten, während ein kollaboratives Taskmanagement separat über die App Planner® realisiert wird. Highlights:

- Outlook NEW® - Graphical User Interface (GUI)
- „Verbindung“ mit weiteren Apps unter MS 365®
- Die Apps E-Mail, Kalender, Personen sowie Gruppen
- Taskmanagement - individuell und teamorientiert
- BONUS: Entwicklung zukunftsester Workflows

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

25-57032

Do, ab 07.08.2025, 18:30 - 21:30 Uhr,
2 Veranstaltungen | 8 UStd. | 76,00 Euro,
Webseminar
Dozent:innenteam

Schreibtechnik

10-Finger-Tastschreiben

Das schnelle Tastschreiben am PC ist heutzutage eine Basisqualifikation wie Lesen oder Schreiben mit der Hand. Dennoch bedienen die Meisten die Tastatur nur mit ein paar Fingern langsam und fehleranfällig.

Die Teilnehmenden erhalten zur effektiven Bewältigung der täglichen Arbeitsaufgaben die Möglichkeit, Tastschreiben zu erlernen, um den schnellen Umgang mit dem PC zu meistern. Den Teilnehmenden werden Grundkenntnisse des 10-Finger-Schreibens vermittelt.

Inhalte sind:

- Texte und Zahlen blind auf der Tastatur mit 10 Fingern erfassen
- Grundreihe
- Griffe und Anwendungsreihen
- Ober- und Unterreihe
- Satzzeichen

- Leer- und Return-Taste
- Ziffern und Zeichen
- Training der Schreibgeschwindigkeit durch praktische Übungen

Am Ende des Kurses erhalten die Teilnehmenden ein Schreibzertifikat mit der persönlich erreichten Anschlagszahl.

25-58001

Mo / Mi, 05.05.2025 - 28.05.2025,
17:00 - 20:10 Uhr,
Mo (17:00 bis 20:10 Uhr)/
Mi (17:00 bis 18:30 Uhr) |
18 UStd. | 72,00 Euro, ermäßigt: 57,60 Euro,
Teilnahmebescheinigung: 2,50 Euro
VHS
Heike Lindner

Ökonomie, Recht, Finanzen

Online Kurs: Elster - Steuererklärung online - Neues und Wissenswertes

Das ELSTER-Verfahren bietet Arbeitnehmern, Unternehmern und Rentnern die Möglichkeit, ihre Steuerklärungen und Steuermeldungen elektronisch, via Internet, an das Finanzamt zu übermitteln.

Im Rahmen des Kurses werden der erforderliche Registrierungsvorgang, die Nutzung des Elster-Portals sowie dessen grundlegende Funktionen erklärt. Für diesen Kurs werden Computer-Grundkenntnisse vorausgesetzt. Der Kurs findet als Webseminar statt.

24-59011

Do, 23.01.2025, 18:00 - 20:15 Uhr | 3 UStd. |
30,00 Euro,
Webseminar;
Wolfgang Schiemenz

25-59010

Mo, 23.06.2025, 18:00 - 20:15 Uhr | 3 UStd. |
30,00 Euro,
Webseminar;
Wolfgang Schiemenz

Rentenbesteuerung

Die Besteuerung der Renten hat sich mit dem Alterseinkünftegesetz aus dem Jahr 2005 geändert. Dieser Kurs soll auf verständliche Weise einen Überblick über die wichtigsten Grundsätze der Rentenbesteuerung geben. Die Teilnehmenden erfahren, wann Rentnerinnen

Xpert Business –

Kaufmännische Weiterbildung
mit bundesweit anerkannten Abschlüssen

Was ist Xpert Business?

Xpert Business ist das vhs-Kurssystem für Buchführung, Betriebswirtschaft & mehr wohnortnah | preiswert | anerkannt für Einsteiger | Umsteiger | Profis

Xpert Business ist das bundeseinheitliche System für kaufmännische und betriebswirtschaftliche Weiterbildung. Es besteht aus Kursen und Zertifikaten.

Xpert Business Kurse vermitteln fundierte kaufmännische und betriebswirtschaftliche Kompetenzen vom Einstieg bis zum Hochschulniveau. Die Kurse zeichnen sich durch Praxisnähe aus. Sie lernen anhand von Praxisfällen aus dem betrieblichen Alltag. So lässt sich das neu Erlernte unmittelbar in der täglichen Arbeit nutzen.

Das Kurs- und Zertifikatssystem besteht aus mehreren Modulen wie z. B. Finanzbuchführung oder Lohn und Gehalt. Wenn Sie schon über Vorkenntnisse verfügen, bringen Sie diese ein: Sie können alle Kurse auch einzeln belegen.

Nach jedem Kurs besteht die Möglichkeit, eine standardisierte Prüfung abzulegen.

Bei bestandener Prüfung erhalten Sie ein bundesweit anerkanntes Zertifikat, mit dem Sie die neu erworbenen Fähigkeiten nachweisen können.

Mit bestimmten Kombinationen von Zertifikaten erreichen Sie übergeordnete Abschlüsse wie z. B. „Finanzbuchhalter/in (XB)“.

Bestimmte Xpert Business Abschlüsse werden auch als Studienleistung angerechnet.



Weitere Informationen unter: www.xpert-business.eu

Xpert Business Abschlüsse Betriebswirtschaft									
	Gründungsphase (XB)				Rechnungsphase (XB)			Management (XB) Betriebswirtschaft	
	Finanzbuchführung	Interne Rechnungslegung	Externes Rechnungslegen	Lohn und Gehalt	Finanzbuchhaltung	Personal- und Lohnbuchhaltung	Finanz- und Lohnbuchhaltung	Rechnungsphase und Controlling	Rechnungsphase Lohn Controlling
Finanzbuchführung (I)	●	●							●
Finanzbuchführung (II)	●		●		●		●	●	●
Finanzbuchführung (III) EDV	●				●		●		●
Bilanzierung			●		●		●	●	●
Finanzwirtschaft		●			●		●	●	●
Kosten- und Leistungsrechnung		●					●	●	●
Controlling		●						●	●
Betriebliche Steuerpraxis			●					●	●
Lohn und Gehalt (I)				●				●	●
Lohn und Gehalt (II)				●		●	●		●
Lohn und Gehalt (III) EDV				●		●	●		●
Personalwirtschaft						●			
Personale Kompetenz	Teamentwicklung, Projektmanagement, Moderationstraining, Workshop vertragen								●

Zertifikate

Sie erhalten für jede bestandene Xpert Business-Prüfung ein Zertifikat, welches Sie zu verschiedenen XB-Abschlüssen zusammenfügen können. Durch den modularen Aufbau des Kurssystems können Sie Ihrem Weiterbildungsziel passend zu Ihren Vorkenntnissen näherkommen. Wir finden mit Ihnen im Gespräch gern die optimale Kombination für Sie. So erwerben Sie Schritt für Schritt fundierte berufliche Fähigkeiten.

Xpert Angebote als Videolehrgang

Es besteht die Möglichkeit die einzelnen Kurse als reinen Videolehrgang zu nutzen. Die gewohnte Qualität bleibt dabei erhalten. Das einzige was bei dieser Form nicht mehr geht, ist der Live-Chat mit den Dozierenden. Sie nutzen zum Lernen die einzelnen Sitzungen als Videoaufzeichnung. Der gebuchte Videolehrgang steht Ihnen 6 Monate ab Buchungsdatum zur Verfügung. Sie erhalten die Lehrwerke zum Kurs nach Hause und bestimmen selbst bis wann Sie den Lehrgang abschließen wollen. Das bedeutet maximale zeitliche Flexibilität.

Weitere Informationen unter: www.xpert-business.eu



und Rentner zur Abgabe einer Einkommenssteuererklärung verpflichtet sind, wie hoch der jährliche Grundfreibetrag ist, welche Aufwendungen steuerlich geltend gemacht werden können, welche Fristen und Termine es gibt und welche Formulare auszufüllen sind. Nützliche Steuertipps und -hinweise runden den Kurs ab.

25-59020

Mo, 19.05.2025, 15:00 - 16:30 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
VHS; Anja Ruhland

25-59021

Mo, 01.12.2025, 15:00 - 16:30 Uhr | 2 UStd. |
8,00 Euro,
VHS; Anja Ruhland

Online Kurs: Buchführung für Selbstständige und Existenzgründer

Gewerbetreibende und Freiberufler benötigen nach Ablauf eines jeden Kalenderjahres eine Ergebnisrechnung für ihre Steuererklärung. Unter bestimmten Voraussetzungen ist dafür ein einfacher Jahresabschluss (Einnahmen-Überschuss-Rechnung) ausreichend. Kursziel ist die Fähigkeit zur selbstständigen Erstellung eines solchen Jahresabschlusses. Im Rahmen der Lehrveranstaltungen werden insbesondere die Kenntnisse vermittelt, die für die Buchhaltung, die Aufbereitung der Unterlagen zur evtl. Übergabe an den Steuerberater oder die Erstellung der Steuererklärung und das Ausfüllen der Anlage EÜR benötigt werden. Neben den notwendigen kaufmännischen Kenntnissen und Wissen zu den relevanten steuerrechtlichen Vorschriften wird auch ein Einblick in die Verwendung von Buchführungssoftware gegeben. Für diesen Kurs werden Computer-Grundkenntnisse vorausgesetzt. Der Kurs findet als Webseminar statt.

25-59050

Tag 1: Sa, 29.03.2025, 09:00 - 15:30 Uhr,
Tag 2: Sa, 05.04.2025, 09:00 - 14:35 Uhr
15 UStd. | 150,00 Euro, Webseminar
Wolfgang Schiemenz



Xpert Business® - das bundeseinheitliche Kurs- und Zertifikatssystem für die kaufmännische Weiterbildung mit Durchführungsgarantie

Xpert Business (XB) ist das bekannte bundesweite System für kaufmännische und betriebswirtschaftliche Weiterbildung. Das Kurs- und Zertifikatssystem besteht aus mehreren Modulen wie z.B. Finanzbuchführung oder Lohn und Gehalt. Wenn Teilnehmer schon über Vorkenntnisse verfügen, bringen Sie diese ein: Sie können alle Kurse einzeln belegen. Nach jedem Kurs können Sie eine Prüfung ablegen, um ein Zertifikat zu erhalten. Die Zertifikate lassen sich zu XB Abschlüssen kombinieren, z. B. Finanzbuchhalter/in (XB).

Xpert Business-Kurse vermitteln fundierte kaufmännische und betriebswirtschaftliche Kompetenzen vom Einstieg bis zum Hochschulniveau. Die Kurse zeichnen sich durch Praxisnähe aus, Teilnehmer lernen, anhand praktischer Fragestellungen, berufsbezogene Fertigkeiten aus dem betrieblichen Alltag und festigen so anhand praxisnaher Aufgaben, wie sie in Unternehmen tagein tagaus vorkommen. So lässt sich das neu Erlernte unmittelbar in der täglichen Arbeit nutzen.

Xpert Business LernNetz Prüfungen

Zentraler Prüfungstermin für alle Module. Darüber hinaus können individuelle Termine vereinbart werden. Eine Anmeldung zur Prüfung muss spätestens vier Wochen vor dem Prüfungstermin erfolgen.

25-59900

Sa, 01.03.2025, 09:00 - 12:00 Uhr | 4 UStd. |
75,00 Euro,
VHS

25-59901

Sa, 16.08.2025, 09:00 - 12:00 Uhr | 4 UStd. |
75,00 Euro,
VHS

Webseminar - Finanzbuchführung 1 mit Xpert Business LernNetz®

Nach diesem Lehrgang verfügen Sie über fundiertes Grundlagenwissen zur doppelten Buchführung. Sie können unternehmerische Geschäftsfälle (z.B. in Form von Rechnungen, Belegen, Kontoauszügen) in Buchungssätze umsetzen und in der laufenden Buchführung erfassen. Sie sind in der Lage, sich in unterschiedliche Buchführungssysteme einzuarbeiten und die laufende Buchführung eines Unternehmens zu erledigen.

Kursinhalte:

- Buchführungspflicht nach Handels- und Steuerrecht
- Aufzeichnungspflichten
- Gewinnermittlungsarten
- Aufbau und Inhalte einer Bilanz
- Inventurarten und -verfahren
- Führen und Aufbewahren von Büchern
- Buchen aller laufenden und gängigen Geschäftsfälle über Bestands- und Erfolgskonten mittels der in der Praxis gängigen DATEV®-Standardkontenrahmen SKR 03/04
- Trennung und Abschluss der Warenkonten
- Buchen der Umsatzsteuer
- Vorsteuer und Zahllast
- Rechnungen im Sinne des Umsatzsteuergesetzes
- Privatentnahmen
- unentgeltliche Wertabgaben und Privateinlagen
- Berücksichtigung von nicht und beschränkt abzugsfähigen Betriebsausgaben in Form von Geschenken
- Bewirtungskosten
- Reisekosten
- Buchen von Personalkosten im Bruttolohnverfahren
- Sachbezüge und geldwerte Vorteile
- betriebliche und private Steuern
- Buchen von Belegen

Keine fachspezifischen Vorkenntnisse oder Berufserfahrung erforderlich.

Die Teilnehmenden nehmen von zu Hause am Webseminar teil. Alle Xpert Business® Module können mit einer 180-minütigen Prüfung abgeschlossen werden.

Die Prüfungsgebühr beträgt 75,00 Euro.

Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert

Business®-Abschlüsse einbringen:

- Geprüfte Fachkraft (XB) Finanzbuchführung
- Geprüfte Fachkraft (XB) Internes Rechnungswesen
- Manager/in (XB) Betriebswirtschaft Rechnungswesen/ Lohn/Controlling

25-59902

Di / Do, 04.03.2025 - 12.06.2025,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 64 UStd. |

350,00 Euro,
Webseminar
Xpert Dozent/in

25-59903

Di / Do, 29.07.2025 - 21.10.2025,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 64 UStd. |

350,00 Euro,
Webseminar
Xpert Dozent/in

25-59904

Di / Do, 04.11.2025 - 05.02.2026,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 64 UStd. |

350,00 Euro,
Webseminar
Xpert Dozent/in

Videolehrgang - Finanzbuchführung 1 mit Xpert Business LernNetz®

25-59905

Die Teilnehmenden erhalten einen terminungebundenen Videolehrgang, den sie sich im Selbststudium erarbeiten können. Der Videolehrgang steht 6 Monate ab Buchungsdatum zur Verfügung. , 24 Veranstaltungen | 64 UStd. | 350,00 Euro inkl. MwSt., Webseminar Xpert Dozent/in

Webseminar - Finanzbuchführung 2 mit Xpert Business LernNetz®

Umfassende und aktuelle Kenntnisse der Finanzbuchführung gehören zu den wichtigsten Voraussetzungen, um betriebliche Buchungsvorgänge gezielt und sinnvoll auswerten zu können. In diesem Kurs werden die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisgerecht vertieft. Dazu werden die in der Praxis eingesetzten DATEV®-

Arbeit und Beruf/ Bildungsfreistellung

Standardkontenrahmen SKR 03/04 verwendet. Nach erfolgreichem Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie kompetent zu bearbeiten. Kursinhalte:

- Besonderheiten bei Produktionsbetrieben, wie die Beschaffung von Waren, Stoffen und Fertigteilen
- Buchen unfertiger und fertiger Erzeugnisse/Leistungen
- Inhalte des Jahresabschlusses
- Bilanzierungsgrundsätze
- sachliche Abgrenzungen
- zeitliche Abgrenzungen von Aufwendungen und Erträgen
- steuerpflichtige und steuerfreie Umsätze
- Umkehr der Steuerschuldnerschaft
- umsatzsteuerrechtliches Ausland
- Warengeschäfte mit dem übrigen Gemeinschaftsgebiet und dem Drittlandsgebiet
- erhaltene und geleistete Anzahlungen
- handels- und steuerrechtliche Bewertungsvorschriften des Anlage- und Umlaufvermögens
- Bewertungsmaßstäbe
- Abschreibungen
- Übernahme steuerrechtlicher Abschreibungen
- Anlageverzeichnis
- Buchen und Auflösen des Investitionsabzugsbetrages
- Bewertung der Vorräte und Forderungen
- Ausweis des Kapitals in der Bilanz
- Buchen und Auflösen von Rückstellungen
- Bewertung von Verbindlichkeiten

Die Teilnehmenden nehmen von zu Hause am Webseminar teil. Alle Xpert Business® Module können mit einer 180-minütigen Prüfung abgeschlossen werden.

Die Prüfungsgebühr beträgt 75,00 Euro. Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business®-Abschlüsse einbringen:

- Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung
- Geprüfte Fachkraft Externes Rechnungswesen
- Finanzbuchhalter/in
- Finanz- und Lohnbuchhalter/in
- Manager/in Betriebswirtschaft

25-59906

Di / Do, 04.03.2025 - 05.06.2025,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 58,7 UStd. |
350,00 Euro,
Webseminar
Xpert Dozent/in

25-59907

Di / Do, 04.11.2025 - 29.01.2026,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 58,7 UStd. |
350,00 Euro,
Webseminar
Xpert Dozent/in

Videolehrgang - Finanzbuchführung 2 mit Xpert Business LernNetz®

25-59908

Die Teilnehmenden erhalten einen terminungebundenen Videolehrgang, den sie sich im Selbststudium erarbeiten können. Der Videolehrgang steht 6 Monate ab Buchungsdatum zur Verfügung. ,
22 Veranstaltungen | 58,7 UStd. |
350,00 Euro inkl. MwSt.,
Webseminar

Webseminar - Bilanzierung mit Xpert Business LernNetz®

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Bilanzierung als Bestandteil des externen Rechnungswesens. Sie lernen Jahresabschlüsse und Bilanzen zu erstellen und auszuwerten und wenden dabei die entsprechenden gesetzlichen Grundlagen an. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Lage und Entwicklung eines Unternehmens, auf der Grundlage von Kennzahlen, beurteilen. Darüber hinaus erhalten Sie Einblicke in die Konzernrechnungslegung und die internationale Rechnungslegung.

Kursinhalte:

- Grundlagen der Bilanzierung
- Inhalt und Gliederung der Bilanz
- vorbereitende Monats- und Jahresabschlussbuchungen
- Jahresabschluss
- Einführung in die Konzernrechnungslegung
- wichtige Kennzahlen der Bilanzanalyse
- IFRS
- Bewertungen von Vermögen und Kapital
- Sonderfragen des Anlagevermögens

- Bilanzierungs- und Bewertungsgrundsätze mit Alternativen und Behandlung von Sonderfragen
- GuV-Rechnung nach dem Gesamtkosten- und Umsatzkostenverfahren

Die Teilnehmenden nehmen von zu Hause am Webseminar teil. Alle Xpert Business® Module können mit einer 180-minütigen Prüfung abgeschlossen werden.

Die Prüfungsgebühr beträgt 75,00 Euro.

Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business®-Abschlüsse einbringen:

- Geprüfte Fachkraft Externes Rechnungswesen
- Finanzbuchhalter/in
- Finanz- und Lohnbuchhalter/in
- Manager/in Betriebswirtschaft

25-59909

Di / Do, 04.03.2025 - 27.05.2025,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 53,3 UStd. |
310,00 Euro,
Webseminar
Xpert Dozent/in

25-59910

Di / Do, 04.11.2025 - 22.01.2026,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 53,3 UStd. |
310,00 Euro,
Webseminar
Xpert Dozent/in

Videolehrgang - Bilanzierung mit Xpert Business LernNetz®

25-59911

Die Teilnehmenden erhalten einen terminungebundenen Videolehrgang, den sie sich im Selbststudium erarbeiten können. Der Videolehrgang steht 6 Monate ab Buchungsdatum zur Verfügung.
20 Veranstaltungen | 53,3 UStd. |
310,00 Euro inkl. MwSt.,
Webseminar

Webseminar - Finanzwirtschaft mit Xpert Business LernNetz®

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse des Zahlungsverkehrs, der Finanzierung und stellt verschiedene Anlageformen vor. Sie lernen, wie sich ein Unternehmen finanziert, wie sich der Kapitalbedarf eines Unternehmens

ermittelt und nach welchen Regeln Fremd- und Eigenkapital beschafft und eingesetzt werden kann. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Liquidität eines Unternehmens über verschiedene Instrumente und Maßnahmen gezielt planen und steuern.

Kursinhalte:

- Zahlungsverkehr im In- und Ausland
- Finanzierungsregeln und -arten
- Kapitalbedarfsermittlung
- Finanzplanung / Cash Management
- Leasing, Factoring und Forfaitierung
- Kapitalbeschaffung und Kredite
- Anlageformen für freie Liquidität

Die Teilnehmenden nehmen von zu Hause am Webseminar teil. Alle Xpert Business® Module können mit einer 180-minütigen Prüfung abgeschlossen werden.

Die Prüfungsgebühr beträgt 75,00 Euro.

Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business®-Abschlüsse einbringen:

- Geprüfte Fachkraft Internes Rechnungswesen
- Buchhalter/in Finanzbuchhalter/in
- Buchhalter/in Finanz- und Lohnbuchhalter/in
- Manager/in Betriebswirtschaft

25-59913

Di / Do, 04.11.2025 - 22.01.2026,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 53,3 UStd. |
310,00 Euro,
Webseminar
Xpert Dozent/in

Videolehrgang - Finanzwirtschaft mit Xpert Business LernNetz®

25-59914

Die Teilnehmenden erhalten einen terminungebundenen Videolehrgang, den sie sich im Selbststudium erarbeiten können. Der Videolehrgang steht 6 Monate ab Buchungsdatum zur Verfügung.
20 Veranstaltungen | 53,3 UStd. |
310,00 Euro inkl. MwSt.,
Webseminar

Webseminar - Kosten- und Leistungsrechnung mit Xpert Business LernNetz®

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Kosten- und Leistungsrechnung als Teil des betrieblichen Rechnungswesens. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie das Betriebsergebnis eines Unternehmens ermitteln und Aussagen über die Wirtschaftlichkeit insgesamt, die Produktivität einzelner Teilbereiche und über die Wirtschaftlichkeit einzelner Produkte treffen.

Kursinhalte:

- Aufgaben und Grundbegriffe der Kosten- und Leistungsrechnung
- Kostenartenrechnung
- Kostenstellen- und Kostenträgerrechnung auf Basis der Vollkostenrechnung
- Deckungsbeitragsrechnung

Die Teilnehmenden nehmen von zu Hause am Webseminar teil. Alle Xpert Business® Module können mit einer 180-minütigen Prüfung abgeschlossen werden.

Die Prüfungsgebühr beträgt 75,00 Euro.

Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business®-Abschlüsse einbringen:

- Geprüfte Fachkraft Internes Rechnungswesen
- Buchhalter/in Finanzbuchhalter/in
- Buchhalter/in Finanz- und Lohnbuchhalter/in
- Manager/in Betriebswirtschaft

25-59915

Di / Do, 04.03.2025 - 27.05.2025,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 53,3 UStd. |

310,00 Euro,

Webseminar

Xpert Dozent/in

25-59916

Di / Do, 04.11.2025 - 22.01.2026, 18:30 - 20:30
Uhr, Di/Do | 53,3 UStd. | 310,00 Euro,

Webseminar

Xpert Dozent/in

Videolehrgang - Kosten- und Leistungsrechnung mit Xpert Business LernNetz®

25-59917

Die Teilnehmenden erhalten einen terminungebundenen Videolehrgang, den sie sich im Selbststudium erarbeiten können. Der Videolehrgang steht 6 Monate ab Buchungsdatum zur Verfügung.

20 Veranstaltungen | 53,3 UStd. |

310,00 Euro inkl. MwSt.,

Webseminar

Webseminar - Controlling mit Xpert Business LernNetz®

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse zum betrieblichen Controlling als Bestandteil des internen Rechnungswesens. Er stellt die Ziele eines Controllings dar und führt in die wichtigsten Controlling-Instrumente und -methoden ein. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie wichtige Unternehmensziele explizit und messbar formulieren und die Zielerreichung überwachen. Sie lernen für alle Bereiche des Unternehmens, wie im Falle von Zielabweichungen Handlungsalternativen und Maßnahmen entwickelt werden.

Kursinhalte:

- System und Organisation des ganzheitlichen Controllings
- Controlling als Steuerungsinstrument
- Kostenrechnung als Instrument des Controllings
- praktische Instrumente des Controllings
- Kennzahlen und Kennzahlensysteme
- Balanced Scorecard
- Controllingbericht und Reporting
- Controllingbereiche und branchenspezifisches Controlling

Die Teilnehmenden nehmen von zu Hause am Webseminar teil. Alle Xpert Business® Module können mit einer 180-minütigen Prüfung abgeschlossen werden.

Die Prüfungsgebühr beträgt 75,00 Euro.

Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business®-Abschlüsse einbringen:

- Geprüfte Fachkraft Internes Rechnungswesen
- Manager/in Betriebswirtschaft

25-59918

Di / Do, 04.03.2025 - 27.05.2025,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 53,3 UStd. |
310,00 Euro,
Webseminar
Xpert Dozent/in

25-59919

Di / Do, 04.11.2025 - 22.01.2026,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 53,3 UStd. |
310,00 Euro,
Webseminar
Xpert Dozent/in

Videolehrgang - Controlling mit Xpert Business LernNetz®

25-59920

Die Teilnehmenden erhalten einen terminungebundenen Videolehrgang, den sie sich im Selbststudium erarbeiten können. Der Videolehrgang steht 6 Monate ab Buchungsdatum zur Verfügung. 20 Veranstaltungen | 53,3 UStd. | 310,00 Euro inkl. MwSt., Webseminar

Webseminar - Betriebliche Steuerpraxis mit Xpert Business LernNetz®

Der Kurs vermittelt die Grundlagen des deutschen Steuerrechts. Sie lernen die wichtigen betrieblichen Steuerarten Umsatzsteuer, Einkommensteuer, Körperschaftsteuer und Gewerbesteuer kennen und erfahren, wie die jeweiligen Steuern ermittelt, entsprechende Steuererklärungen erstellt und Meldeverfahren an das Finanzamt durchgeführt werden. Darüber hinaus werden Sie in der Lage sein, steuerliche Aspekte in wichtige unternehmerische Entscheidungen einzubringen, z.B. bei der Bildung von Rücklagen. Sie können bestehende Alternativen beurteilen und Lösungen im Sinne Ihres Unternehmens finden.

Kursinhalte:

- Grundlagen der Unternehmensbesteuerung (Steuerliche Abgaben, Steuerarten, Rechtsgrundlagen)
- Besteuerungsverfahren (Steuerpflichtige und Steuerpflichten, Örtliche Zuständigkeit der Finanzämter, Steuerfestsetzung, Steuerliche Rechtsbehelfe)

- Umsatzsteuer (Steuerbarkeit von Umsätzen, Steuerbefreiung, Bemessungsgrundlagen, Steuersätze, Ausstellung von Rechnungen, Vorsteuerabzug, Besteuerungsverfahren)
- Einkommensteuer (Einkunftsarten, Gewinnermittlungsarten, Bewertung des Betriebsvermögens, Anschaffungs-, Herstellungskosten, Teilwert, Abschreibungen, Investitionsabzugsbetrag)
- Lohnsteuer
- Körperschaftsteuer
- Gewerbesteuer (Berechnung des Gewerbeertrages, Gewerbesteuerschuld)
- Steuerliche Gestaltungsfelder (Steuerplanung, steuerfreie Rücklagen, Finanzierungseffekte von Rückstellungen, Verlustverrechnung, Zinsschranke, Sales-and-leaseback-Geschäfte)
- Steuerliche Aspekte bei Investitionen
- Steuerliche Aspekte der Unternehmensgründung (Wahl der Rechtsform)
- Gestaltungsmissbrauch

Die Teilnehmenden nehmen von zu Hause am Webseminar teil. Alle Xpert Business® Module können mit einer 180-minütigen Prüfung abgeschlossen werden.

Die Prüfungsgebühr beträgt 75,00 Euro.

Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business®-Abschlüsse einbringen:

- Geprüfte Fachkraft Externes Rechnungswesen
- Manager/in Rechnungswesen und Controlling
- Manager/in Rechnungswesen Lohn Controlling

25-59921

Di / Do, 04.03.2025 - 05.06.2025,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 58,7 UStd. |
310,00 Euro,
Webseminar
Xpert Dozent/in

25-59922

Di / Do, 04.11.2025 - 29.01.2026,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 58,7 UStd. |
310,00 Euro,
Webseminar
Xpert Dozent/in

Videolehrgang - Betriebliche Steuerpraxis mit Xpert Business LernNetz®

25-59923

Die Teilnehmenden erhalten einen terminungebundenen Videolehrgang, den sie sich im Selbststudium erarbeiten können. Der Videolehrgang steht 6 Monate ab Buchungsdatum zur Verfügung. 22 Veranstaltungen | 58,7 UStd. | 310,00 Euro inkl. MwSt., Webseminar

Webseminar - Lohn und Gehalt 1 mit Xpert Business LernNetz®

Die Lohn- und Gehaltsrechnung dient der korrekten Ermittlung des Bruttolohns und der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dabei bringen Reisekosten, Freibeträge, Zuschläge, Sachbezüge oder Minijob und Gleitzone zahlreiche Besonderheiten mit sich. Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse der Lohn- und Gehaltsabrechnung. Nach erfolgreichem Abschluss sind Sie in der Lage, Lohnabrechnungen zu erstellen und die erforderlichen Meldungen an die Sozialversicherung und das Finanzamt zu übermitteln. Kursinhalte:

- Arbeitsrechtliche Grundlagen
- Lohnabrechnung und Lohnkonto
- Grundlagen des Steuerabzugs
- Pauschalierung der Lohnsteuer
- Grundlagen der Sozialversicherung
- Gesamt-Brutto und dessen steuer- und sozialversicherungsrechtliche Beurteilung
- Ermittlung der gesetzlichen Abzugsbeträge
- Sachbezüge und besondere Lohnbestandteile
- Betriebliche Altersvorsorge
- Abrechnung von Rentnern und Auszubildenden
- geringfügige Beschäftigung und Gleitzone
- Reisekosten
- Lohnpfändung
- Arbeiten des Arbeitgebers am Monatsende und am Jahresende

Die Teilnehmenden nehmen von zu Hause am Webseminar teil. Alle Xpert Business® Module können mit einer 180-minütigen Prüfung abgeschlossen werden.

Die Prüfungsgebühr beträgt 75,00 Euro.

Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business®-Abschlüsse einbringen:

- Geprüfte Fachkraft Lohn und Gehalt
- Manager/in Betriebswirtschaft

25-59924

Di / Do, 04.03.2025 - 12.06.2025, 18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 64 UStd. | 350,00 Euro, Webseminar
Xpert Dozent/in

25-59925

Di / Do, 04.11.2025 - 05.02.2026, 18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 64 UStd. | 350,00 Euro, Webseminar
Xpert Dozent/in

Videolehrgang - Lohn und Gehalt 1 mit Xpert Business LernNetz®

25-59926

Die Teilnehmenden erhalten einen terminungebundenen Videolehrgang, den sie sich im Selbststudium erarbeiten können. Der Videolehrgang steht 6 Monate ab Buchungsdatum zur Verfügung. 24 Veranstaltungen | 64 UStd. | 350,00 Euro inkl. MwSt., Webseminar

Webseminar - Lohn und Gehalt 2 mit Xpert Business LernNetz®

Die Lohn- und Gehaltsbuchführung dient der Ermittlung des steuer- und beitragspflichtigen Bruttoentgeltes von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern sowie der Berechnung der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dieser Kurs vermittelt weiterführende und vertiefende Kenntnisse der Lohnbuchhaltung und geht dabei insbesondere auf die zahlreichen Sonderregelungen, verschiedene steuerfreie Einkommensarten und die besondere steuerrechtliche Behandlung bestimmter Arbeitnehmergruppen ein.

Kursinhalte:

- Arbeitslohn nach § 3 EStG
- Vermögensbeteiligungen und Aktienoptionen
- Zuschläge
- Betriebsfeiern und Incentives

- Privatnutzung von Firmenfahrzeugen
- Nettolohnvereinbarung
- Nachzahlung und Rückforderung von Arbeitslohn
- Zahlung an Hinterbliebene
- Permanenter Lohnsteuerjahresausgleich
- Pauschalversteuerung
- Abfindungen
- Betriebliche Altersvorsorge
- Vorstände und Geschäftsführer
- Kurzarbeitergeld, Heimarbeit, Altersteilzeit
- geringfügig Beschäftigte in privaten Haushalten
- Entsendung ins Ausland, Beschäftigung von Ausländern
- Reisekosten
- Doppelte Haushaltsführung und Umzugskosten
- Folgen von Fehlern in der Lohnabrechnung
- Prüfungen durch staatliche Stellen
- Arbeiten am Jahresende

Die Teilnehmenden nehmen von zu Hause am Webseminar teil. Alle Xpert Business® Module können mit einer 180-minütigen Prüfung abgeschlossen werden.

Die Prüfungsgebühr beträgt 75,00 Euro.

Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business®-Abschlüsse einbringen:

- Geprüfte Fachkraft Lohn und Gehalt
- Personal- und Lohnbuchhalter/in
- Finanz- und Lohnbuchhalter/in
- Manager/in Rechnungswesen, Lohn, Controlling

25-59927

Di / Do, 04.03.2025 - 05.06.2025,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 58,7 UStd. |
350,00 Euro,
Webseminar
Xpert Dozent/in

25-59928

Di / Do, 04.11.2025 - 29.01.2026,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 58,7 UStd. |
350,00 Euro,
Webseminar
Xpert Dozent/in

Videolehrgang - Lohn und Gehalt 2 mit Xpert Business LernNetz®

25-59929

Die Teilnehmenden erhalten einen terminungebundenen Videolehrgang, den sie sich im Selbststudium erarbeiten können. Der Videolehrgang steht 6 Monate ab Buchungsdatum zur Verfügung.
22 Veranstaltungen | 58,7 UStd. |
350,00 Euro inkl. MwSt.,
Webseminar

Webseminar - Personalwirtschaft mit Xpert Business LernNetz®

Ein professionelles Personalmanagement gehört in großen Unternehmen schon immer zu den Kernaufgaben der Unternehmensführung. Nicht nur durch den zunehmenden Fachkräftemangel erkennen aber auch immer mehr kleine und mittlere Unternehmen die Vorteile, ihre Mitarbeiter/innen zielgerichtet einzusetzen und zu leiten. Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie die richtigen Mitarbeiter/innen auswählen, optimal einsetzen und so weiterentwickeln können, dass sowohl die Ziele des Unternehmens als auch die Interessen der Arbeitnehmer/innen berücksichtigt werden.

Kursinhalte:

- Grundlagen der Personalwirtschaft
- Planung und Ermittlung von Personalbedarf
- Interne und externe Möglichkeiten der Personalbeschaffung
- Ablauf und Instrumente der Personalauswahl
- Planung des Personaleinsatzes
- Personalentwicklung und Erfolgskontrolle
- Maßnahmen zur Personalfreisetzung
- Entlohnung und Anreizsysteme

Die Teilnehmenden nehmen von zu Hause am Webseminar teil. Alle Xpert Business® Module können mit einer 180-minütigen Prüfung abgeschlossen werden.

Die Prüfungsgebühr beträgt 75,00 Euro.

Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business®-Abschlüsse einbringen:

- Personal- und Lohnbuchhalter/in

25-59930

Di / Do, 04.03.2025 - 27.05.2025,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 53,3 UStd. |
310,00 Euro,
Webseminar
Xpert Dozent/in

25-59931

Di / Do, 04.11.2025 - 22.01.2026,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 53,3 UStd. |
310,00 Euro,
Webseminar
Xpert Dozent/in

Videolehrgang - Personalwirtschaft mit Xpert Business LernNetz®

Die Teilnehmenden erhalten einen terminungebundenen Videolehrgang, den sie sich im Selbststudium erarbeiten können. Der Videolehrgang steht 6 Monate ab Buchungsdatum zur Verfügung.

25-59932

20 Veranstaltungen | 53,3 UStd. |
310,00 Euro inkl. MwSt.,
Webseminar

Webseminar - Einnahmen-Überschuss-Rechnung mit Xpert Business LernNetz®

Dieser Kurs vermittelt Fähigkeiten zur Erstellung einer Einnahmen-Überschuss-Rechnung und gibt Einblick in die steuerlichen Besonderheiten. Sie werden Schritt für Schritt, anhand von Beispielen, durch das Formular zur Erstellung einer EÜR geführt.

Kursinhalte:

- die EÜR und wichtige Voraussetzungen
- Schritt für Schritt zur EÜR
- der Investitionsabzugsbetrag (IAB)
- die Umsatzsteuer
- die private Pkw-Nutzung
- das System der einfachen und doppelten Buchführung bei der EÜR
- Einführung in die EDV-unterstützte Buchführung
- ABC von Buchungen
- Wechsel der Gewinnermittlungsart
- (von der EÜR zur Bilanz und von der Bilanz zur EÜR)

Die Teilnehmenden nehmen von zu Hause am Webseminar teil. Alle Xpert Business® Module

können mit einer 180-minütigen Prüfung abgeschlossen werden.

Die Prüfungsgebühr beträgt 75,00 Euro.

25-59933

Di / Do, 04.03.2025 - 08.04.2025,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 29,3 UStd. |
195,00 Euro,
Webseminar; Xpert Dozent/in

25-59934

Di / Do, 04.11.2025 - 09.12.2025,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 29,3 UStd. |
195,00 Euro,
Webseminar; Xpert Dozent/in

Videolehrgang - Einnahmen-Überschuss-Rechnung mit Xpert Business LernNetz®

25-59935

Die Teilnehmenden erhalten einen terminungebundenen Videolehrgang, den sie sich im Selbststudium erarbeiten können. Der Videolehrgang steht 6 Monate ab Buchungsdatum zur Verfügung.
11 Veranstaltungen | 29,3 UStd. |
195,00 Euro inkl. MwSt.,
Webseminar

Webseminar - Finanzbuchführung 3 DATEV® mit Xpert Business LernNetz®

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Buchhaltungssoftware DATEV® anzuwenden. Sie lernen laufende Geschäftsvorfälle zu buchen, einen Jahresabschluss zu erstellen sowie aussagekräftige Auswertungen zu erzeugen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Kursinhalte:

- Anlegen und Ändern von Mandantenstammdaten
- Buchen der täglichen Geschäftsvorfälle
- Drucken von Auswertungen
- Mahnwesen und Zahlungsvorschlag
- Periodenabschluss
- Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs Finanzbuchführung 1 und 2 vermittelt.

Die Teilnehmenden nehmen von zu Hause am Webseminar teil. Alle Xpert Business® Module können mit einer 180-minütigen Prüfung abgeschlossen werden.

Die Prüfungsgebühr beträgt 75,00 Euro.

Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business®-Abschlüsse einbringen:

- Geprüfte Fachkraft (XB) Finanzbuchführung
- Finanzbuchhalter/in (XB)
- Manager/in (XB) Rechnungswesen, Lohn, Controlling

25-59936

Di / Do, 04.03.2025 - 03.06.2025,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 42,7 UStd. |

310,00 Euro,
Webseminar
Xpert Dozent/in

25-59937

Di / Do, 04.11.2025 - 03.02.2026,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 42,7 UStd. |

310,00 Euro,
Webseminar
Xpert Dozent/in

Videolehrgang - Finanzbuchführung 3 DATEV® mit Xpert Business LernNetz®

25-59938

Die Teilnehmenden erhalten einen terminungebundenen Videolehrgang, den sie sich im Selbststudium erarbeiten können.

Der Videolehrgang steht 6 Monate ab Buchungsdatum zur Verfügung.
16 Veranstaltungen | 42,7 UStd. |
310,00 Euro inkl. MwSt.,
Webseminar

Webseminar - Lohn und Gehalt 3 DATEV® mit Xpert Business LernNetz®

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Lohnbuchhaltungs-Software DATEV® anzuwenden. Sie lernen Gehaltsabrechnungen für Arbeiter/innen, Angestellte und Aushilfskräfte zu erstellen, Monats- und Jahresmeldungen zu erzeugen und die Datenübermittlung für Lohnsteuer und Sozialversicherung an die staatlichen Stellen vorzunehmen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Kursinhalte:

- Institutionsdaten verwalten
- Anlegen von Lohnarten
- Anlegen von Firmen- und Mandantenstammdaten

- Durchführen von Lohn- und Gehaltsabrechnungen
- Ausgeben von Auswertungen
- Lohnjournale
- Bescheinigungen erstellen
- Zusammenspiel mit dem DATEV®-Rechenzentrum
- Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs Lohn und Gehalt 1 und 2 vermittelt.

Die Teilnehmenden nehmen von zu Hause am Webseminar teil. Alle Xpert Business® Module können mit einer 180-minütigen Prüfung abgeschlossen werden.

Die Prüfungsgebühr beträgt 75,00 Euro.

Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business®-Abschlüsse einbringen:

- Geprüfte Fachkraft Lohn und Gehalt
- Personal- und Lohnbuchhalter/-in
- Finanz- und Lohnbuchhalter/-in
- Manager/-in Rechnungswesen, Lohn und Controlling

25-59939

Di / Do, 04.03.2025 - 13.05.2025,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 42,7 UStd. |

310,00 Euro,
Webseminar
Xpert Dozent/in

25-59940

Di / Do, 04.11.2025 - 08.01.2026,
18:30 - 20:30 Uhr, Di/Do | 42,7 UStd. |

310,00 Euro,
Webseminar
Xpert Dozent/in

Videolehrgang - Lohn und Gehalt 3 DATEV® mit Xpert Business LernNetz®

25-59941

Die Teilnehmenden erhalten einen terminungebundenen Videolehrgang, den sie sich im Selbststudium erarbeiten können. Der Videolehrgang steht 6 Monate ab Buchungsdatum zur Verfügung.
16 Veranstaltungen | 42,7 UStd. |
310,00 Euro inkl. MwSt.,
Webseminar

Mit maßgeschneiderten Firmenseminaren kommen wir auch an Ihr Unternehmen!

→ Was wir mitbringen?



Kommunikations- |
Rhetorikseminare



Anwendungsbezogene
IT-Seminare



Business-Sprachkurse



Kurse zur betrieblichen
Gesundheitsförderung



Aktionen zum
Teambuilding

Tina Schindler
Fachbereichsleiterin Arbeit & Beruf
Volkshochschule Erfurt | Schottenstraße 7 | 99084 Erfurt
Telefon: 0361 655-2955 | E-Mail: tina.schindler@erfurt.de

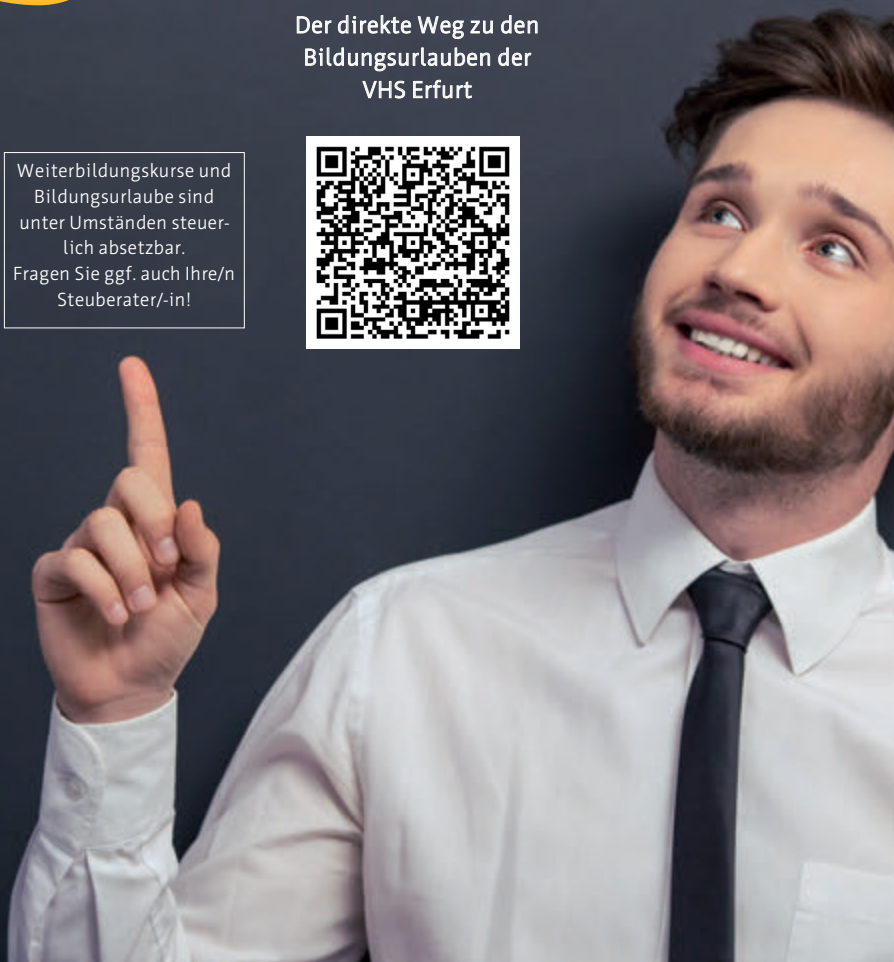


Ihr gutes RECHT – Bildungsurlaub!

Arbeitnehmer/-innen und Auszubildende haben das Recht auf bis zu fünf bezahlte Arbeitstage jährlich für die Teilnahme am Bildungsurlaub. Weitere Informationen unter www.bildungsfreistellung.de

Der direkte Weg zu den
Bildungsurlauben der
VHS Erfurt

Weiterbildungskurse und
Bildungsurlaube sind
unter Umständen steuer-
lich absetzbar.
Fragen Sie ggf. auch Ihre/n
Steuerberater/-in!



BILDUNGSURLAUB

ZEITMANAGEMENT

BURNOUT, STRESS
UND ZEITMANAGEMENT –
DER WEG AUS DER
TRETMÜHLE

Wollen Sie mal wieder durchatmen? Erfahren Sie mehr über die Mittel des Zeitmanagements zur besseren Organisation und damit zur Vermeidung von Stress und einem glücklicheren Leben. Lernen Sie mehr über die ersten Anzeichen von Burnout und seine Folgen. Aufbauend auf theoretischen Grundlagen wird ein praxisorientiertes Training durchgeführt.

Kursinhalte:

- Bedeutung der Zeit im Arbeitsleben
- Effizienz und Effektivität
- Dringlichkeit und Wichtigkeit
- Zielsetzung und Planung
- Pareto-Prinzip
- A.L.P.E.N.-Methode, ABC-Analyse, Salami-Taktik
- Welcher Zeittyp bin ich?
- "Zeitdiebe" identifizieren
- Umgang mit Informationen, richtig kommunizieren
- Regeln für sich und andere aufstellen
- Umsetzung in die Praxis, Arbeitsprozesse verändern und Zeit schaffen

Kurs: 25-BFG551

Mi, 21.05. bis Fr, 23.05.2025, jeweils 08:30 bis 13:30 Uhr

Gebühr: 108,00 Euro, erm. 86,40 Euro

Dozent: René Piel

Kurs: 25-BFG552

Mi, 22.10. bis Fr, 24.10.2025, jeweils 08:30 bis 13:30 Uhr

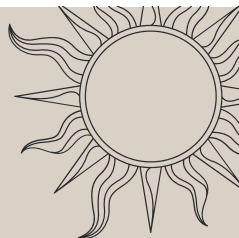
Gebühr: 108,00 Euro, erm. 86,40 Euro

Dozent: René Piel

BILDUNGSURLAUB

TASTSCHREIBEN MEETS YOGA

Das schnelle Computerschreiben ist heutzutage eine Basisqualifikation wie Lesen oder Schreiben mit der Hand. Jedoch: immer noch bedienen die meisten Menschen die Tastatur mit wenigen Fingern. Der Kurs vermittelt die Grundkenntnisse des 10-Finger-Schreibens und zeigt durch gezielte Yogaübungen, wie Arbeiternehmerinnen und Arbeitnehmer sich an ihrem Arbeitsplatz und auch zu Hause von ihrem stressigen Arbeitsalltag entspannen können. Der Kurs vermittelt alle Zeichen eines herkömmlichen Tastschreibkurses, Bewegungs- und Augenübungen für den PC-Arbeitsplatz und Yogaübungen für zu Hause, um z. B. Rücken- oder Schulterproblemen vorzubeugen und Stress abzubauen.



Kurs: 25-BFG581
Mo, 12.05. bis Fr,
16.05.2025,
jeweils 08:00 bis
13:30 Uhr
Gebühr: 180,00 Euro,
erm. 144,00 Euro
Dozentin: Heike Lindner



Kurs: 25-BFG582
Mo, 02.06. bis Fr,
06.06.2025,
jeweils 08:00 bis
13:30 Uhr
Gebühr: 180,00 Euro,
erm. 144,00 Euro
Dozentin: Heike Lindner



Kurs: 25-BFG583
Mo, 16.06. bis Fr,
20.06.2025,
jeweils 08:00 bis
13:30 Uhr
Gebühr: 180,00 Euro,
erm. 144,00 Euro
Dozentin: Heike Lindner



BILDUNGSURLAUB

ÄRGER IN DER FAMILIE, IM ARBEITSLEBEN ODER IM EHRENAMT?
KONFLIKTE VERSTEHEN, AKZEPTIEREN UND LÖSEN

SOVERÄNE KOMMUNIKATION

Konflikte! Jeder hat sie. Niemand will sie. Doch Konflikte sind dort unvermeidbar, wo viele Menschen mit unterschiedlichen Erfahrungen, Interessen, Perspektiven und Lebensauffassungen zusammentreffen. Interessante Geschichten in der Literatur wie im wahren Leben basieren fast immer auf Konflikten. Jedoch, Spannungsverhältnisse sind nicht nur belastend, sondern machen das Leben eben auch spannend. Konflikte sind Motoren des Lebens. Damit Konflikte wie geschmiert ablaufen ist es u. a. in privaten wie beruflichen Situationen hilfreich, das nötige "Handwerkszeug" parat zu haben. Heraus aus den negativen Gefühlen, Reibungsverlusten, Verhärtungen und Blockaden hin zu Verständnis und Offenheit für neue Optionen und Vereinbarungen. Jeder Konflikt birgt auch Chancen.

Kurs: 25-BFG174

Do, 11.09. und Fr, 12.09.2025, jeweils 08:30 bis 13:00 Uhr

Gebühr: 96,00 Euro, erm. 76,80 Euro

Dozent: Hans-Georg Roth



BILDUNGSURLAUB

WILLKOMMEN GELASSENHEIT - WEGE AUS DEM STRESS

Der Kurs richtet sich an Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit Stressbelastungen, die ein Verfahren zum gesundheitsgerechteren Umgang mit Stressbelastungen erlernen wollen und mittels positiver Veränderung der Stressverarbeitung negative Folgen für die körperliche und psychische Gesundheit vermeiden möchten. Durch den Aufbau von Bewältigungs- und Erholungskompetenz und präventiver Schutzfaktoren sowie die Stärkung persönlicher Ressourcen sollen chronische Stressfolgen vermieden und das Erregungsniveau gesenkt werden. Der Tagesabschluss bildet dabei eine Einheit Yoga. Yoga verbindet die Kombination von körperlichen Übungen, Atemübungen, Achtsamkeit und Selbstwahrnehmung- Körper und Geist werden somit besser trainiert und der allgemeine Gesundheitszustand und das Wohlbefinden gesteigert.

Kurs: 25-BFG300

Mi, 04.06. bis Fr, 06.06.2025, jeweils 09:00 bis 15:15 Uhr

Gebühr: 114,00 Euro, erm. 91,20 Euro

Dozenten: Stephan Schild von Spannenberg | Anna-Marie Löffler

Kurs: 25-BFG301

Mi, 17.09. bis Fr, 19.09.2025, jeweils 09:00 bis 15:15 Uhr

Gebühr: 114,00 Euro, erm. 91,20 Euro

Dozenten: Stephan Schild von Spannenberg | Anna-Marie Löffler



BILDUNGSURLAUB

DIGITALE FOTOGRAFIE – VON DER AUFNAHME BIS ZUR BILDBEARBEITUNG

Fotografie spielt für die Vermittlung von Botschaften im digitalen Zeitalter eine zentrale Rolle. Sowohl für berufliche als auch für private Zwecke ist die fotografische Bildsprache ein wichtiges Instrument der authentischen (Selbst-)Präsentation. Im Seminar geht es um die praktische Vermittlung von Regeln der fotografischen Bildgestaltung von der Aufnahme bis hin zur Bildbearbeitung. Dank digitaler Fotografie ist es leicht geworden, auch ohne professionelles und teures Equipment technisch akzeptable Fotos zu machen. Dabei ist jedoch der technisch sichere Umgang mit der eigenen Kamera entscheidend.

Im Seminar erstellen die Teilnehmenden qualitativ hochwertige Portrait- und Stadtfotografien, die in der Gruppe präsentiert und besprochen werden. Die Aufbereitung der Fotos für den digitalen Gebrauch und für die Verwendung im Kontext von Printmedien erfolgt mit der freien Software GIMP und bildet den Abschluss des Seminars.

Kurs: 25-BFG521

Mo, 19.05. bis Fr, 23.05.2025, jeweils 09:00 bis 14:30 Uhr

Gebühr: 180,00 Euro, erm. 144,00 Euro

Dozent: Boris Hajdukovic

Kurs: 25-BFG522

Mo, 02.06. bis Fr, 06.06.2025, jeweils 09:00 bis 14:30 Uhr

Gebühr: 180,00 Euro, erm. 144,00 Euro

Dozent: Boris Hajdukovic

Kurs: 25-BFG523

Mo, 03.11. bis Fr, 07.11.2025, jeweils 09:00 bis 14:30 Uhr

Gebühr: 180,00 Euro, erm. 144,00 Euro

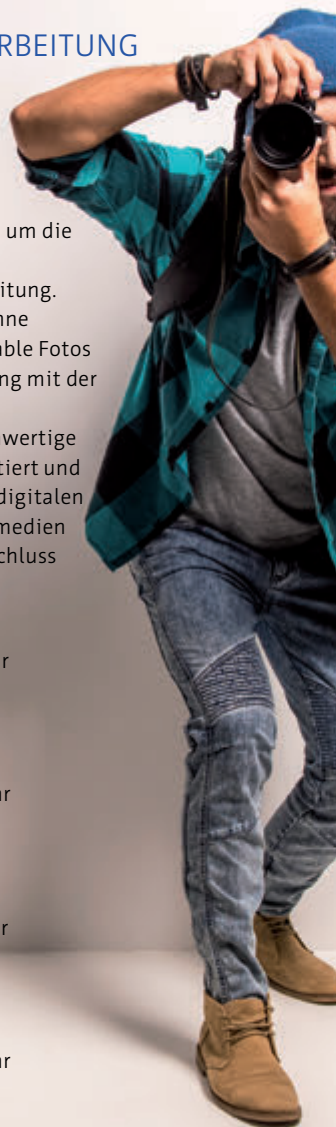
Dozent: Boris Hajdukovic

Kurs: 25-BFG524

Mo, 01.12. bis Fr, 05.12.2025, jeweils 09:00 bis 14:30 Uhr

Gebühr: 180,00 Euro, erm. 144,00 Euro

Dozent: Boris Hajdukovic



BILDUNGSURLAUB

PROFESSIONELL PODCASTS PRODUZIEREN VON DER IDEE BIS ZUR VERÖFFENTLICHUNG



Professionell produzierte Podcasts sind inzwischen ein fester Bestandteil der erfolgreichen (Unternehmens-)Kommunikation in vielen Branchen. In diesem Seminar geht es um die Podcastgestaltung von der Planung und Recherche über Equipment, Sprechtraining, Aufnahme, Schnitt, Postproduktion und schließlich der Veröffentlichung im Internet. Für die Produktion eines Podcasts ist heutzutage keine aufwändige und teure Technik mehr nötig. Mit einem Mikrofon, einem Smartphone und ein paar Tricks gelingen gute Aufnahmen an fast jedem Ort. Anhand von praktischen Übungen lernen wir den Umgang mit Aufnahmetechnik und Schnittsoftware kennen, die wichtigsten Regeln beim Schreiben fürs Hören, wie die Stimme vor dem Mikrofon am besten klingt und welche Möglichkeiten es zur Online-Veröffentlichung gibt. Am Ende der Woche nimmt jeder Teilnehmende seinen ersten selbst produzierten Podcast mit nach Hause.

Kurs: 25-BFG541

Mo, 12.05. bis Fr, 16.05.2025, jeweils 09:00 bis 14:30 Uhr

Gebühr: 180,00 Euro, erm. 144,00 Euro

Dozent: Andreas Kubitza

Kurs: 25-BFG542

Mo, 24.11. bis Fr, 28.11.2025, jeweils 09:00 bis 14:30 Uhr

Gebühr: 180,00 Euro, erm. 144,00 Euro

Dozent: Andreas Kubitza

BILDUNGSURLAUB

NEXT LEVEL ENGLISCH B1 IM BERUF

Sie wollen Ihr gutes Englisch verbessern? Dann dürfte Bildungsurlaub "Englisch B1 im Beruf" eine Buchung wert sein. Auf Basis Ihrer bereits kompetenten Sprachverwendung setzen Sie sich mit anspruchsvollen Texten auseinander, diskutieren, vertiefen Grammatik. Am Ende des einwöchigen Intensivkurses haben Sie neues Vokabular erworben und mehr Sicherheit beim Sprechen gewonnen.

25-BFG461

Mo, 12.05. bis Fr, 16.05.2025, jeweils 08:30 bis 13:30 Uhr

Gebühr: 180,00 Euro, erm. 144,00 Euro

Dozent: Mike Schuster

25-BFG462

Mo, 15.09. bis Fr, 19.09.2025, jeweils 08:30 bis 13:30 Uhr

Gebühr: 180,00 Euro, erm. 144,00 Euro

Dozent: Mike Schuster

25-BFG463

Mo, 01.12. bis Fr, 05.12.2025, jeweils 08:30 bis 13:30 Uhr

Gebühr: 180,00 Euro, erm. 144,00 Euro

Dozent: Mike Schuster



ENGLISCH A2 IM BERUF

Dieser Kurs bietet die Gelegenheit, fünf Tage lang Englisch zu hören, zu lesen und zu sprechen und die Sprachkenntnisse aufzufrischen. Von allgemeinen Sprachlektionen über Gruppenarbeit bis hin zu Diskussionen erwerben die Teilnehmenden neues Vokabular und mehr Sicherheit im Sprechen.

25-BFG464

Mo, 22.09. bis Fr, 26.09.2025, jeweils 08:30 bis 13:30 Uhr

Gebühr: 180,00 Euro, erm. 144,00 Euro

Dozent: wird noch bekannt gegeben

BILDUNGSURLAUB

NO HABLO MUCHO ESPAÑOL SPANISCH A1 IM BERUF

Sie möchten nicht mehr ratlos vor Ihren spanischen Kollegen stehen, sich im Restaurant flüssig verständigen oder auch mal auf dem Markt in Madrid einkaufen gehen? Dann ist der einwöchige Bildungsurlaub Spanisch A1 im Beruf genau das Richtige für Sie!

25-BFG421

Mo, 19.05.2025 bis Fr, 23.05.2025, jeweils 08:30 bis 13:30 Uhr

Gebühr: 180,00 erm. 144,00 Euro

Dozentin: Patricia Parra Salas

25-BFG422

Mo, 20.10. bis Fr. 24.10.2025, jeweils 08:30 bis 13:30 Uhr

Gebühr: 180,00 Euro, erm. 144,00 Euro

Dozentin: Patricia Parra Salas



BILDUNGSURLAUB

KOMMUNIKATIONSBERATUNG UND PRÄSENTATIONSTRAINING

Der praxisorientierte Kurs Kommunikationsberatung und Präsentationstraining richtet sich an Teilnehmende, die im Rahmen einer Bildungsfreistellung ihre Kommunikationsfähigkeiten gezielt erweitern und professionalisieren möchten. Die Inhalte umfassen Kommunikationsmodelle, -stile, Rhetorik, Präsentationstechniken sowie Methoden zur Kommunikationsberatung.

Ziel des Kurses:

Erwerb fundierter Kenntnisse in Kommunikationsmodellen und -stilen
Entwicklung rhetorischer Fähigkeiten und Verbesserung der Präsentationstechnik
Befähigung zur professionellen Kommunikationsberatung
Vermittlung didaktischer und methodischer Kompetenzen für die Trainerpraxis

Kursinhalte:

Kommunikationsmodelle: Überblick und praktische Anwendung
Kommunikationsstile: Analyse, Anpassung und Optimierung
Rhetorik und Präsentationstraining: Grundlagen, Techniken und Praxisübungen
Kommunikationsberatung: Methoden, Strategieentwicklung und Praxistraining
Methodik und Didaktik: Lehrgestaltung, Lehrmethoden und Feedback

Zielgruppe:

Fach- und Führungskräfte aus verschiedenen Branchen, die kommunikative Fähigkeiten professionell nutzen möchten.

Abschluss:

Nach erfolgreichem Abschluss erhalten die Teilnehmenden ein Zertifikat als Kommunikationsberater, das ihre erweiterten Kompetenzen und Fähigkeiten bescheinigt.

Kurs: 25-BFG176

Mo, 22.09. bis Fr, 26.09.2025, jeweils 09:00 bis 14:15 Uhr

Gebühr: 180,00 Euro, erm. 144,00 Euro

Dozent: Marc Lischewski



BILDUNGSURLAUB

GRAFISCHE GESTALTUNG VON ONLINE- UND PRINTMEDIEN MIT HILFE FREIER SOFTWARE

Sprache und Gedanken visuell darzustellen bzw. inhaltliche Zusammenhänge sichtbar, lesbar und visuell vermittelbar zu machen, sind in Form von Medienprodukten ein fester Bestandteil der erfolgreichen Unternehmenskommunikation. So ist die ästhetische Anordnung und Darstellung von Wörtern, Bildern, Farben sowie Grafikelementen eine Möglichkeit, nonverbal zu kommunizieren, Emotionen zu wecken und gleichzeitig aber auch Informationen zu transportieren. Das Seminar vermittelt Grundkenntnisse der grafischen Gestaltung. Es gibt zudem eine praxisorientierte Anleitung in den gezielten Einsatz freier Software, wie zum Beispiel Inkscape und Scribus, zur digitalen Gestaltung verschiedener Medienprodukte. Die Teilnehmenden lernen, Flyer, Plakate, Newsletter oder kleine Broschüren zu erstellen. Methodisch kommen viele Einzel-, Partner:innen- und Gruppenübungen zum Einsatz. Gerne kann dabei an eigenen Projekten gearbeitet werden, die in der Gruppe gemeinsam analysiert werden.

Kurs: 25-BFG525

Mo, 08.12. bis Fr, 12.12.2025, jeweils 09:00 bis 14:30 Uhr

Gebühr: 180,00 Euro, erm. 144,00 Euro

Dozent: Boris Hajdukovic



BILDUNGSURLAUB

RELATIONALE DATENBANKEN MIT MICROSOFT ACCESS®

Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Erstellung und Verwendung von relationalen Datenbanken. Die Teilnehmenden werden in die Lage versetzt, die Funktionen von Access® effektiv für den eigenen Bedarf zu nutzen und fremde Tabellen für individuelle Zwecke anzupassen.

Kursinhalte:

- Grundlagen der Datenbankarbeit
- Benutzerschnittstelle (Bedienoberfläche) aktueller Access®-Versionen
- Grundbegriffe / grundlegende Abläufe
- Erstellung von verschiedenen Datenbankobjekten (Tabellen, Abfragen, Berichte, Formulare etc.)
- Definition von Tabellenbeziehungen (¿Relationen¿)
- Access® -Funktionen für Berechnungen und Stringmanipulationen
- Verwendung externer Daten (Import / Export)
- Nutzung und Auswertung komplexer Datensammlungen
- Aktionsabfragen (Anführung / Aktualisieren / Löschen etc.)
- Einführung in die Nutzung der strukturierten Anfragesprache SQL
- Automatisierung von Abläufen mit Hilfe von Access® -Makros und VBA-Routinen

Voraussetzungen:

Windows® -Grundkurs (oder entsprechende Kenntnisse), Erfahrungen mit Excel sind hilfreich.

Kurs: 25-BFG511

Mo, 23.06. bis Fr, 27.06.2025, jeweils 08:30 bis 13:30 Uhr

Gebühr: 180,00 Euro, erm. 144,00 Euro

Dozent: Matthias Wendel

Kurs: 25-BFG512

Mo, 10.11. bis Fr, 14.11.2025, jeweils 08:30 bis 13:30 Uhr

Gebühr: 180,00 Euro, erm. 144,00 Euro

Dozent: Matthias Wendel



Schulabschlüsse und Grundbildung



Schulabschlüsse und Grundbildung



Ihre Ansprechpartnerin

Lernzentrum
Lesen und Schreiben (Alphakurse)

Ann-Kathrin Funke
Tel. 0361 655-2961
E-Mail: ann-kathrin.funke@erfurt.de

Ihre Ansprechpartnerin

Schulabschlüsse

Jessika Zitzmann
Tel.: 0361 655-2976
E-Mail: jessika.zitzmann@erfurt.de



Bereich 6



Kurse zur Studienvorbereitung

Starten Sie optimal in Ihr Studium! Unsere Auffrischkurse werden in verschiedenen Fachrichtungen angeboten. Planen Sie Ihre Kurse ganz individuell und nach Ihren Bedürfnissen zusammen mit unserer Bereichsleiterin. Die Fächerkombinationen, der Zeitraum und die Anzahl der Unterrichtseinheiten können selbst bestimmt werden.

Schulabschlüsse

Verbessern Sie Ihre beruflichen Chancen mit dem externen Schulabschluss! In den Kursen der Volkshochschule Erfurt bereiten wir Sie auf die externe Prüfung vor. Vereinbaren Sie einen Termin und lassen Sie sich über die Rahmenbedingungen und Zugangsvoraussetzungen beraten!

Weiterführende Informationen finden Sie auf unserer Webseite unter www.erfurt.de/vhs.

Hauptschulabschluss I - 2025/26

Der Hauptschulabschluss geht über zwei Semester bzw. ein Schuljahr.

Unterrichtet werden die Fächer Deutsch, Mathematik, Englisch, Biologie, Wirtschaft Recht und Technik sowie je nach Bedarf ein weiteres Fach.

Stundenumfang der einzelnen Fächer und die genaue Dauer des Kurses werden individuell geplant.

Der Unterricht findet voraussichtlich von Montag bis Donnerstag statt.

25-61010

Mo, ab 18.08.2025, 16:50 - 20:00 Uhr, 15 Wochen | 210 UStd. |

504,00 Euro, ermäßigt: 210,00 Euro, außer Haus

Realschulabschluss I - 2025/26

Der Realschulabschluss geht über zwei Semester bzw. ein Schuljahr.

Unterrichtet werden die Fächer Deutsch, Mathematik, Englisch, Biologie, Chemie, Geografie, Sozialkunde und Geschichte.

Stundenumfang der einzelnen Fächer und die genaue Dauer des Kurses werden individuell geplant.

Der Unterricht findet von Montag bis Donnerstag statt.

25-62010

Mo, ab 18.08.2025, 16:50 - 20:00 Uhr, 15 Wochen | 242 UStd. |

580,80 Euro, ermäßigt: 242,00 Euro, Kooperative Gesamtschule Erfurt

Abitur I - 2025-27

Der Abiturskurs geht über vier Semester bzw. zwei Schuljahre. Alle Prüfungen erfolgen am Ende des 2. Schuljahres.

Unterrichtet werden die Fächer Deutsch, Mathematik, Biologie, Geschichte, Englisch, Spanisch, Sozialkunde und Geografie.

Stundenumfang der einzelnen Fächer und die genaue Dauer des Kurses werden individuell geplant.

Der Unterricht findet von Montag bis Freitag statt.

25-64110

Mo, ab 18.08.2025, 16:30 - 20:30 Uhr, 15 Wochen | 308 UStd. |

739,20 Euro, ermäßigt: 308,00 Euro, Heinrich-Mann-Gymnasium Erfurt

Abitur Vorbereitungskurse

Die Kurse richten sich an die Teilnehmenden des Abiturskurses. Es werden erste Einblicke in den zu vermittelnden Stoff gegeben.

Abitur - Vorbereitung Spanisch 2025-27

25-64111

Mo - Do, 28.07.2025 - 31.07.2025, 17:00 - 20:10 Uhr, 4 Tage | 16 UStd. | 38,40 Euro, VHS; Sandra Galindo Moreno

Abitur - Vorbereitung Mathe 2025-27

25-64112

Mo - Do, 04.08.2025 - 07.08.2025, 17:00 - 20:10 Uhr, 4 Tage | 16 UStd. | 38,40 Euro, VHS; Christin Kettner

Abitur - Vorbereitung Englisch 2025-27

25-64113

Mo - Do, 11.08.2025 - 14.08.2025, 17:00 - 20:10 Uhr, 4 Tage | 16 UStd. | 38,40 Euro, VHS

Kommen Sie in das VHS Lernzentrum Lesen und Schreiben

Im Lernzentrum lernen Sie in kleinen und persönlichen Gruppen genau das, was Sie für den Alltag und im Beruf brauchen. Ein Einstieg ist jederzeit möglich!

In einem Beratungsgespräch informieren wir ausführlich über das Kursangebot und die Kursinhalte und gehen auf Ihre Bedürfnisse und Wünsche ein. Scheuen Sie sich nicht, alle Ihre Fragen zu stellen. Die Beratung ist vertraulich und kostenfrei, auf Wunsch auch anonym. Gern zeigen wir Ihnen unsere Lernräume und laden Sie ein, ganz ohne Verpflichtung, in einem Kurs zu schnuppern.



Informationsveranstaltung:

Menschen mit Lese- und Schreibschwierigkeiten: erkennen - ansprechen – weiterhelfen

Im beruflichen oder persönlichen Kontakt haben Sie hin und wieder die Vermutung, Ihr Gegenüber (Klient*in, Bekannte*r, Kolleg*in oder Ratsuchende) hat Schwierigkeiten mit dem Lesen und Schreiben, obwohl Sie mündlich gut miteinander kommunizieren können? Wir geben Ihnen grundlegende Informationen zum Thema Alphabetisierung und Grundbildung und mögliche Handlungsstrategien für einen wertschätzenden Umgang mit Menschen mit Schriftsprachproblemen. Zudem erfahren Sie mehr über Lern- und Unterstützungsangebote in Ihrer Nähe.

Sie können den Anstoß geben, damit sich für den Betroffenen etwas ändern kann.

Rufen Sie uns kostenfrei an und vereinbaren einen individuellen Schulungstermin:
0800 8989789.

VHS Lernzentrum Lesen und Schreiben

Ansprechpartnerin: Ann-Kathrin Funke, Telefon 0361 655-2961

Menschen mit deutscher Muttersprache, die Schwierigkeiten mit Lesen und Schreiben haben, erhalten im VHS „Lernzentrum Lesen und Schreiben“ eine zweite Chance, sich diese Grundkompetenz anzueignen.

Für Analphabeten sind Zeitungs- und Buchtexte so wenig verständlich wie für die meisten Bundesbürger chinesische Schriftzeichen. Wer die Schriftsprache nicht kennt, benutzt sie nicht. Das verringert für die Betroffenen nicht nur die Chancen auf dem Arbeitsmarkt, sondern beeinträchtigt auch ihre Lebensqualität und ihre gesellschaftliche Integration.

Unsere Volkshochschule bietet Kurse an, in denen Erwachsene lesen und schreiben lernen können. Hier können sie in kleinen und persönlichen Gruppen, mit fachgerechter Unterstützung, genau das lernen, was sie für Alltag oder Beruf an Lese- und Schreibkenntnissen brauchen. In einem ersten Beratungsgespräch informieren wir ausführlich über das Kursangebot und die Kursinhalte. Wir beraten diejenigen, die einen Kurs besuchen wollen, aber auch alle anderen, die sich mit dem Thema beschäftigen. Bei der Beratung wird selbstverständlich die volle Anonymität gewahrt, sie ist vertraulich und kostenfrei!

Wenn Sie jemanden aus Ihrer Bekanntschaft, Verwandtschaft oder aus Ihrem Arbeitsumfeld kennen, der nicht ausreichend lesen und schreiben kann, dann ermuntern Sie ihn doch, sich an der Volkshochschule beraten zu lassen.

Weitere Informationen erhalten Sie unter www.vhs-th.de/alphabetisierung oder dem Alpha-Telefon.

Lesen und Schreiben - Grundkurs 3.4

25-67002

Di, ab 11.02.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | gebührenfrei,
VHS

Anne-Sophie Gozé-Diemar

Lesen und Schreiben - Grundkurs 1.2

25-67001

Di, ab 11.02.2025, 08:00 - 09:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | gebührenfrei,
VHS

Anne-Sophie Gozé-Diemar

Besser lesen und schreiben lernen in Thüringen

Jeder Achte in Deutschland kann nicht richtig lesen und schreiben. Eine besondere Rolle nimmt dabei das Umfeld von Betroffenen ein.

Haben Sie beruflich oder privat mit Menschen mit Lese- und Schreibschwierigkeiten zu tun?

Unter der Webseite www.hier-lerne-ich.de oder der kostenfreien Telefonnummer **0800 89 89 789** erhalten Multiplikator*innen, Angehörige, Arbeitskolleg*innen und andere Interessierte Informationen zum Thema Alphabetisierung und Grundbildung in Thüringen.

Jeder kann helfen. Machen Sie den ersten Schritt!



Besser lesen und schreiben lernen

Informationen für
Menschen mit Lese- und Schreibschwierigkeiten
deren Angehörige
Multiplikator*innen und Lehrkräfte

www.hier-lerne-ich.de



Lesen und Schreiben
für Erwachsene



Alfa-Telefon
0800 - 53 33 44 55





8. SEPTEMBER 2025

WELT ALPHABETISIERUNGS TAG

Unsere Volkshochschule bietet Kurse an, in denen Erwachsene lesen und schreiben lernen können. Wir beraten Sie gern vertraulich und kostenfrei.



0361 655-2961

**Ihr Ansprechpartner und Fachbereichsleiter**

Holger Lesser
Tel.: 0361 655-2960
E-Mail: holger.lesser@erfurt.de

Bereich 7

Ihre Ansprechpartnerinnen

Sachbearbeiterin

Giana Lena Leone

Tel.: 0361 655-2953

E-Mail: giana.leone@erfurt.de

Pädagogische Mitarbeiterin

Manuela Trommer

Tel.: 0361 655-2971

E-Mail: manuela.trommer@erfurt.de



Giana Lena Leone



Manuela Trommer

Beratung und Anmeldung im Fachbereich Integration | Migration

Advice

Gern beraten wir Sie ausführlich zu unseren Deutschkurs-Angeboten, unterstützen Sie bei der Anmeldung zu Prüfungen und helfen Ihnen bei der Beantragung erforderlicher Unterlagen.

Wenn wir kein passendes Kursangebot für Sie finden, werden wir Sie umfassend über Alternativen beraten und an geeignete Kursträger verweisen.

Bringen Sie bitte Ihren Ausweis, Pass oder andere Ausweispapiere mit, da diese für Anmeldungen zwingend erforderlich sind.

Unsere Öffnungszeiten:

Montag	09:00 bis 12:00 Uhr
Dienstag	10:00 bis 12:00 Uhr 13:00 bis 18:00 Uhr
Mittwoch	09:00 bis 12:00 Uhr
Donnerstag	10:00 bis 12:00 Uhr 13:00 bis 16:00 Uhr
Freitag	nach Vereinbarung

Allgemeiner Integrationskurs

Amt für Bildung, Volkshochschule
Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Fragen und Anmeldung: Holger Lesser
Tel.: 0361 655-2960
E-Mail: vhs-integration@erfurt.de

Der allgemeine Integrationskurs besteht aus 600 Unterrichtsstunden Sprachkurs und 100 Unterrichtsstunden Orientierungskurs.

Der Sprachkurs schließt mit der Prüfung „Deutsch-Test für Zuwanderer“ (DTZ) ab.

Der Orientierungskurs schließt mit dem Test „Leben in Deutschland“ (LiD) ab.

Werden beide Prüfungen (DTZ und LiD) bestanden, erhalten die Teilnehmenden das „Zertifikat Integrationskurs“

Wer darf am Integrationskurs teilnehmen?

Das Aufenthaltsgesetz sieht unterschiedliche Zugangsformen zu Integrationskursen vor. Welche Zugangsform für Sie gilt, hängt davon ab, wann Sie Ihren Aufenthaltstitel erhalten haben, ob Sie Spätaussiedler oder EU-Bürger sind, einen bestimmten Status nach dem Aufenthaltsgesetz haben oder Deutscher sind.

Für alle Gruppen gilt, dass Sie zunächst einen Berechtigungsschein erhalten müssen, bevor Sie an einem Integrationskurs teilnehmen können.

Allgemeine Integrationskurse starten voraussichtlich:

IK 127:	Januar 2025 (vormittags)
IK 128:	Februar 2025 (nachmittags)
IK 129:	März 2025 (300 UE Wiederholer-Kurs)
IK 130:	April 2025 (vormittags)
IK 131:	Juni 2025 (vormittags)



**Bundesamt
für Migration
und Flüchtlinge**

Es werden ganzjährig und bedarfsgerecht Kurse angeboten. Bitte erfragen Sie konkrete Termine im Fachbereich.

Gern helfen wir Ihnen auch bei der Beschaffung oder Beantragung erforderlicher Unterlagen.

Berufssprachkurse (gem. § 45 a Aufenthaltsgesetz)

Amt für Bildung, Volkshochschule
Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Fragen und Anmeldung: Manuela Trommer
Tel.: 0361 655-2971
E-Mail: manuela.trommer@erfurt.de

Basiskurse

In den Berufssprachkursen werden arbeitssuchende oder beschäftigte Migranten und Flüchtlinge mit berufsbezogenen Deutschkenntnissen kontinuierlich auf den Arbeitsmarkt vorbereitet.

An der VHS werden zwei Basiskurse angeboten:

- Sprachniveau B1 auf B2 (400 - 500 Unterrichtseinheiten)
- Sprachniveau B2 auf C1 (400 Unterrichtseinheiten)

Wer kann teilnehmen?

Zugewanderte, EU-Bürger sowie Deutsche mit Migrationshintergrund, die

- ein bestimmtes Sprachniveau zur Berufsankennung oder für den Zugang zum Beruf benötigen,
- in der Ausbildung sind oder eine Ausbildungsstelle suchen,
- arbeitssuchend gemeldet sind und/oder Arbeitslosengeld bekommen,
- eine Arbeit haben und deren Deutschkenntnisse nicht ausreichen, um den Arbeitsalltag zu meistern.

Die erforderliche Teilnahmeberechtigung können die Agentur für Arbeit oder das Jobcenter ausstellen. Interessierte Personen wenden sich an ihre Beraterin oder ihren Berater.

Allgemeine Berufssprachkurse (BSK) starten voraussichtlich:

BSK C1 (400 UE): Dezember 2024

BSK B2 (500 UE): Februar 2025

BSK B2 (500 UE): April 2025

BSK C1 (400 UE): Mai 2025



Bundesamt
für Migration
und Flüchtlinge

Es werden ganzjährig und bedarfsgerecht Kurse angeboten. Bitte erfragen Sie konkrete Termine im Fachbereich.

Gern helfen wir Ihnen auch bei der Beschaffung oder Beantragung erforderlicher Unterlagen.

Landesprogramm „Start Deutsch“ (bis Sprachniveau B1)

Amt für Bildung, Volkshochschule
Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Fragen und Anmeldung:	Holger Lesser
Tel.:	0361 655-2960
E-Mail:	holger.lessner@erfurt.de

Mit dem Landesprogramm „Start Deutsch“ wird die Förderlücke im Sprachangebot für Personen ohne Zugang zum Integrationskurs geschlossen. Thüringenweit werden Kurse bis zum „Niveau B1“ durchgeführt.

Es werden bedarfsorientiert 4 Module angeboten:

- Alphabetisierung (325 UE)
- Deutsch A1 (275 UE)
- Deutsch A2 (275 UE)
- Deutsch B1 (275 UE)

Im Anschluss an den Kurs kann ein Sprachzertifikat auf dem entsprechenden Niveau erlangt werden.

Wer kann teilnehmen?

Das Angebot richtet sich an Personen, die keine Zugangsberechtigung zu einem Integrationskurs haben oder deren Antrag auf Zulassung beim BAMF nicht erfolgreich wäre und die nicht der Schulpflicht unterliegen.

Es werden ganzjährig und bedarfsgerecht Kurse angeboten. Bitte erfragen Sie konkrete Termine im Fachbereich.

Abendkurse Deutsch für Berufstätige

Zielniveaus A1/A2; B1/B2 und C1 und weitere nach Bedarf

Gute Deutschkenntnisse sind für viele Arbeitnehmer wichtig, um im Beruf erfolgreich zu sein und außerhalb des Arbeitslebens Kontakte zu knüpfen. Unsere Abendkurse richten sich an Menschen, die in Deutschland arbeiten oder sich weiterbilden möchten und für berufliche Zwecke oder die Alltagskommunikation ihre Deutschkenntnisse verbessern möchten.

Die Kurskosten betragen 4,00 EUR pro Unterrichtseinheit (abhängig von der Zahl der Teilnehmenden). Die Kurse finden in der Regel zweimal wöchentlich statt.

Bitte beachten Sie, dass am Ende des Kurses keine Prüfung stattfindet.

Interessierte können sich über den Thüringer Volkshochschulverband für eine öffentliche Prüfung anmelden.

Beratungszeiten für Abendkurse Deutsch:

Für eine individuelle Beratung zu den Abendkursen stehen Ihnen die Mitarbeiter im Fachbereich Integration | Migration jeden Dienstag von 16:00 bis 18:00 Uhr zur Verfügung.

Anmeldungen für laufende Kurse werden gern in der Geschäftsstelle der Volkshochschule entgegengenommen.

Abendkurs Deutsch A1

25-75001

Di / Do, 11.02.2025 - 12.06.2025,
17:00 - 18:30 Uhr, 30 Tage | 60 UStd. |
240,00 Euro, ermäßigt: 192,00 Euro,
VHS

Abendkurs Deutsch A2

25-75002

Mo / Mi, 10.02.2025 - 11.06.2025,
17:00 - 18:30 Uhr, 30 Tage | 60 UStd. |
240,00 Euro, ermäßigt: 192,00 Euro,
VHS

Abendkurs Deutsch B1

25-75003

Di / Do, 11.02.2025 - 12.06.2025,
18:40 - 20:10 Uhr, 30 Tage | 60 UStd. |
240,00 Euro, ermäßigt: 192,00 Euro,
VHS

Abendkurs Deutsch B2 ab 17:00 Uhr

25-75004

Mo / Mi, 10.02.2025 - 11.06.2025,
17:00 - 18:30 Uhr, 30 Tage | 60 UStd. |
240,00 Euro, ermäßigt: 192,00 Euro,
VHS

Abendkurs Deutsch B2 ab 18:40 Uhr

25-75005

Mo / Mi, 10.02.2025 - 11.06.2025,
18:40 - 20:10 Uhr, 30 Tage | 60 UStd. |
240,00 Euro, ermäßigt: 192,00 Euro,
VHS

Abendkurs Deutsch C1

25-75006

Do, ab 13.02.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
15 Tage | 60 UStd. |
240,00 Euro, ermäßigt: 192,00 Euro,
VHS

Abendkurs Deutsch A1**25-75007**

Di / Do, 02.09.2025 - 08.01.2026,
17:00 - 18:30 Uhr, 30 Tage | 60 UStd. |
240,00 Euro, ermäßigt: 192,00 Euro,
VHS

Abendkurs Deutsch A2**25-75008**

Mo / Mi, 01.09.2025 - 07.01.2026,
17:00 - 18:30 Uhr, 30 Tage | 60 UStd. |
240,00 Euro, ermäßigt: 192,00 Euro,
VHS

Abendkurs Deutsch B1**25-75009**

Di / Do, 02.09.2025 - 08.01.2026,
18:40 - 20:10 Uhr, 30 Tage | 60 UStd. |
240,00 Euro, ermäßigt: 192,00 Euro,
VHS

Abendkurs Deutsch B2 ab 17:00 Uhr**25-75010**

Mo / Mi, 01.09.2025 - 07.01.2026,
17:00 - 18:30 Uhr, 30 Tage | 60 UStd. |
240,00 Euro, ermäßigt: 192,00 Euro,
VHS

Abendkurs Deutsch B2 ab 18:40 Uhr**25-75011**

Mo / Mi, 01.09.2025 - 07.01.2026,
18:40 - 20:10 Uhr, 30 Tage | 60 UStd. |
240,00 Euro, ermäßigt: 192,00 Euro,
VHS

Abendkurs Deutsch C1**25-75012**

Do, ab 04.09.2025, 17:00 - 20:10 Uhr,
15 Tage | 60 UStd. |
240,00 Euro, ermäßigt: 192,00 Euro,
VHS



Erika Daubitz ©Grit Kästner

Es werden ganzjährig und bedarfsgerecht
Kurse angeboten. Bitte erfragen Sie konkrete
Termine im Fachbereich.

Sprachprüfungen und Einbürgerungstests

International anerkannte Sprachenzertifikate können Sie auf allen Stufen des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens erwerben.

Der Thüringer Volkshochschulverband bietet regelmäßig Deutsch-Prüfungen der telc gGmbH und des Goethe Instituts an. Wenn Sie ein Sprachenzertifikat erwerben möchten, können Sie sich beim TVV e.V. anmelden.

Informationen zum Prüfungsangebot sowie alle Termine für Deutschprüfungen und den Einbürgerungstest finden Sie unter:

www.vhs-th.de

Servicesprechzeiten

Sie erreichen die Prüfungszentrale des Thüringer Volkshochschulverbandes telefonisch zu folgenden Zeiten:

Thüringer Volkshochschulverband e.V.
Saalbahnhofstraße 27
07743 Jena

Montag:	09:00 – 12:00 Uhr
Dienstag:	13:00 – 15:00 Uhr
Donnerstag:	13:00 – 15:00 Uhr

Telefon:	+49 (0)3641 53423-14
E-Mail:	pruefungszentrale@vhs-th.de

Bitte wenden Sie sich für alle Fragen zu öffentlichen Deutsch-Prüfungen sowie zum Einbürgerungstest an den Thüringer Volkshochschulverband (TVV e.V.).



Schülerakademie





Ihre Ansprechpartnerin und Fachbereichsleiterin

Sabrina Herrmann

Tel.: 0361 655-2965

E-Mail: sabrina.herrmann@erfurt.de

Bereich 8





Rechenschule nach Adam Ries

„Das macht nach Adam Ries...“ - Wer kennt diesen Ausspruch nicht? Doch wie genau hat Adam Ries denn nun gerechnet? In der Rechenschule gehen wir auf Entdeckungsreise in das mittelalterliche Erfurt mit dem Rechenmeister Adam Ries. Ihr erhaltet Antworten auf die Fragen: Wie wurden römische Zahlen gerechnet? Warum verwenden wir heute andere Zahlen und wo kommen diese her?

Das Angebot richtet sich in erster Linie an Schulklassen. Termine können individuell vereinbart werden.

Mathe Knobel-Kniffelkurs

In diesem Kurs löst ihr Aufgaben rund um das Thema Mathematik. Freude am Rechnen und Knobel soll vermittelt und euer Wissen und Geschick beim Lösen problemhafter Aufgaben herausgefordert werden.

Der Kurs richtet sich vorrangig an Schülerinnen und Schüler der Erfurter Grundschulen, welche von ihrer Schule zum Heinrich-Schreyber-Wettbewerb gemeldet worden sind.

25-80001

Mo, ab 13.01.2025, 15:30 - 17:00 Uhr, 6 Wochen | 12 UStd. | 38,40 Euro, VHS

Christin Kettner

25-80002

Mi, ab 15.01.2025, 15:30 - 17:00 Uhr, 6 Wochen | 12 UStd. | 38,40 Euro, VHS

Christin Kettner



Mathe Knobel-Kniffelkurs

© www.canva.com

Leistungskurs Mathematik

25-80010

Mo, 24.02.2025 - 16.06.2025, 14:30 - 16:00 Uhr, 15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
Teilhabezentrum „Süd-Ost“ - Tungerstraße 9
Dr. Günter Beinicke

25-80011

Mo, ab 01.09.2025, 14:30 - 16:00 Uhr, 15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
Teilhabezentrum „Süd-Ost“ - Tungerstraße 9
Dr. Günter Beinicke

Nachhilfekurse - Lernerfolge nachhaltig verbessern

Unsere erfahrenen Dozentinnen und Dozenten unterstützen alle Klassenstufen, in nahezu allen Unterrichtsfächern. Angepasst an die individuellen Bedürfnisse der Schülerinnen und Schüler, führt die Arbeit in Kleingruppen schnell und langfristig zum Erfolg! Die Gebühr ergibt sich aus der Gebührensatzung der Schülerakademie und berechnet sich nach der Anzahl der Teilnehmenden.

Mathe Nachhilfekurs Klasse 3/4

25-81031

Mi, ab 26.02.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Susanne Quiering

25-81035

Mi, ab 03.09.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Susanne Quiering

Mathe Nachhilfekurs Klasse 5/6

25-81051

Mo, ab 17.02.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS; Sabine Cammradt

25-81055

Mo, ab 01.09.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS; Sabine Cammradt

Mathe Nachhilfekurs Klasse 7/8

25-81071

Mo, ab 17.02.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS; Hans-Georg Wedekind

25-81075

Mo, ab 01.09.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS; Hans-Georg Wedekind

Mathe Nachhilfekurs Klasse 9/10

25-81091

Do, ab 20.02.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS
Christina Dittmann

25-81095

Do, ab 04.09.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS
Christina Dittmann

Mathe Nachhilfekurs Klasse 11

25-81111

Di, ab 18.02.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
Außenstelle Lernort „Marktstraße“
Christin Kettner

25-81115

Di, ab 02.09.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
Außenstelle Lernort „Marktstraße“
Christin Kettner

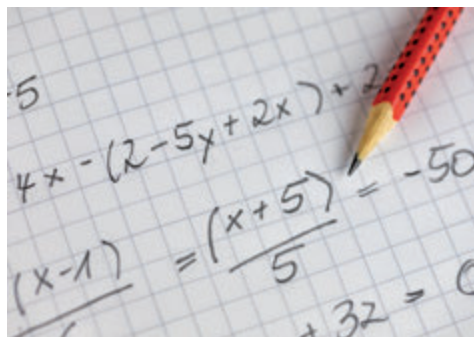
Mathe Nachhilfekurs Klasse 12

25-81121

Do, ab 20.02.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS; Christin Kettner

25-81125

Do, ab 04.09.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS
Christin Kettner.



Rechnen © Grit Kästner

Englisch Nachhilfekurs Klasse 5/6

25-82051

Di, ab 25.02.2025, 14:00 - 15:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS
Carolin Worm

25-82052

Di, ab 02.09.2025, 14:00 - 15:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS
Carolin Worm

Englisch Nachhilfekurs Klasse 7/8

25-82072

Mi, ab 26.02.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS
Andreas Budzier

25-82075

Mi, ab 03.09.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS
Andreas Budzier

Englisch Nachhilfekurs Klasse 9/10

25-82091

Mo, ab 24.02.2025, 16:30 - 18:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS; Vesna Juric

25-82095

Mo, ab 01.09.2025, 16:30 - 18:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS
Vesna Juric

Englisch Nachhilfekurs Klasse 11

25-82111

Do, ab 20.02.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS

Andreas Budzier

25-82115

Do, ab 04.09.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS

Andreas Budzier

Englisch Nachhilfekurs Klasse 12

25-82121

Mo, ab 17.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS; Andreas Budzier

25-82125

Mo, ab 01.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS

Andreas Budzier

Deutsch Nachhilfekurs Klasse 3/4

25-83031

Mo, ab 17.02.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS

Gabriele Fliedner

25-83035

Mo, ab 01.09.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS
Gabriele Fliedner

Deutsch Nachhilfekurs Klasse 5/6

25-83051

Do, ab 20.02.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS
Elisabeth Heim

25-83055

Do, ab 04.09.2025, 15:00 - 16:30 Uhr, 15
Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro, 4 Personen 192,00
Euro, 5 Personen 153,60 Euro
VHS
Elisabeth Heim

Deutsch Nachhilfekurs Klasse 7/8

25-83071

Di, ab 25.02.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS; Vesna Juric

25-83075

Di, ab 02.09.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS
Vesna Juric

Deutsch Nachhilfekurs Klasse 9/10**25-83091**

Mi, ab 19.02.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
 15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
 nach der Anzahl der Teilnehmenden,
 3 Personen 256,00 Euro,
 4 Personen 192,00 Euro,
 5 Personen 153,60 Euro
 VHS
 Günther Stock

25-83095

Mi, ab 03.09.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
 15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
 nach der Anzahl der Teilnehmenden,
 3 Personen 256,00 Euro,
 4 Personen 192,00 Euro,
 5 Personen 153,60 Euro
 VHS
 Günther Stock



Günther Stock © Grit Kästner

Deutsch Nachhilfekurs Klasse 11**25-83111**

Mi, ab 26.02.2025, 16:30 - 18:00 Uhr, 15
 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
 nach der Anzahl der Teilnehmenden,
 3 Personen 256,00 Euro,
 4 Personen 192,00 Euro,
 5 Personen 153,60 Euro
 VHS; Günther Stock

25-83115

Mi, ab 03.09.2025, 16:30 - 18:00 Uhr,
 15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
 nach der Anzahl der Teilnehmenden,
 3 Personen 256,00 Euro,
 4 Personen 192,00 Euro,
 5 Personen 153,60 Euro
 VHS
 Günther Stock

Deutsch Nachhilfekurs Klasse 12**25-83121**

Di, ab 25.02.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
 15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
 nach der Anzahl der Teilnehmenden,
 3 Personen 256,00 Euro,
 4 Personen 192,00 Euro,
 5 Personen 153,60 Euro
 VHS
 Günther Stock

25-83125

Di, ab 02.09.2025, 16:00 - 17:30 Uhr, 15
 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
 nach der Anzahl der Teilnehmenden,
 3 Personen 256,00 Euro,
 4 Personen 192,00 Euro,
 5 Personen 153,60 Euro
 VHS
 Günther Stock

Geografie Nachhilfekurs

25-84000

Mi, ab 19.02.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS

Kerstin Schulze

25-84005

Mi, ab 01.10.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS

Kerstin Schulze

Physik Nachhilfekurs

25-85000

Do, ab 20.02.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS

Toni Schildhauer

25-85002

Do, ab 25.09.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS

Toni Schildhauer

Chemie Nachhilfekurs

25-85004

Di, ab 25.02.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS; Karin Gutperlet

25-85006

Di, ab 23.09.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS
Karin Gutperlet

Biologie Nachhilfekurs

25-85008

Do, ab 20.02.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS; Karin Gutperlet

25-85010

Do, ab 25.09.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS

Karin Gutperlet

Russisch Nachhilfekurs

25-86001

Fr, ab 21.02.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS

Olga Gramma

25-86002

Fr, ab 26.09.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 256,00 Euro,
4 Personen 192,00 Euro,
5 Personen 153,60 Euro
VHS

Olga Gramma

Französisch Nachhilfekurs**25-86003**

Mo, ab 17.02.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
 15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
 nach der Anzahl der Teilnehmenden,
 3 Personen 256,00 Euro,
 4 Personen 192,00 Euro,
 5 Personen 153,60 Euro
 VHS
 Anne-Sophie Gozé-Diemar

25-86004

Mo, ab 22.09.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
 15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
 nach der Anzahl der Teilnehmenden,
 3 Personen 256,00 Euro,
 4 Personen 192,00 Euro,
 5 Personen 153,60 Euro
 VHS
 Anne-Sophie Gozé-Diemar

Spanisch Nachhilfekurs**25-86005**

Di, ab 18.02.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
 15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
 nach der Anzahl der Teilnehmenden,
 3 Personen 256,00 Euro,
 4 Personen 192,00 Euro,
 5 Personen 153,60 Euro
 VHS
 Sandra Galindo Moreno

25-86006

Di, ab 30.09.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
 15 Wochen | 30 UStd. | Die Gebühr richtet sich
 nach der Anzahl der Teilnehmenden,
 3 Personen 256,00 Euro,
 4 Personen 192,00 Euro,
 5 Personen 153,60 Euro
 VHS
 Sandra Galindo Moreno

**Prüfungsstress vermeiden - Die richtigen
Lern- und Arbeitstechniken!**

Es wird auf die Bedeutung von Lern- und Arbeitsmethodik und die Rahmenbedingungen des Lernens eingegangen. Den Jugendlichen wird aufgezeigt, wie sie Lerntechniken richtig anwenden und dabei das Zeitmanagement und die Themenplanung nicht vergessen. Weiterhin werden für mündliche Prüfungen Grundlagen der Rede- und Präsentationstechniken vermittelt. Mit der richtigen Vorbereitung können Ängste und unnötiger Stress vorgebeugt werden.

Zielgruppe: Jugendliche, die sich aktuell oder demnächst im Prüfungsverfahren befinden.

25-88000

Di, 18.02.2025, 16:30 - 19:30 Uhr | 4 UStd. |
 12,80 Euro, ermäßigt: 10,24 Euro,
 VHS
 René Piel

Weihnachtsbäckerei

Besinnlich stimmen wir uns auf die schönste Zeit im Jahre ein. Wir backen die verschiedensten Variationen der beliebtesten Weihnachtsplätzchen und verzieren sie gemeinsam. Die Kinder dürfen die Plätzchen natürlich mit nach Hause nehmen, z.B. als kleines selbstgemachtes Geschenk oder einfach zum Genießen mit der Familie. Naschen ist ausdrücklich erlaubt! Bitte einen Behälter für die Plätzchen mitbringen.

25-89085

Fr, 05.12.2025, 16:00 - 18:15 Uhr | 3 UStd. |
9,60 Euro,
zzgl. 8 € Nebenkosten
(bar im Kurs zu entrichten)
VHS - Lehrküche
Christin Kettner

25-89086

Fr, 12.12.2025, 16:00 - 18:15 Uhr | 3 UStd. |
9,60 Euro,
zzgl. 8 € Nebenkosten
(bar im Kurs zu entrichten)
VHS - Lehrküche
Christin Kettner



Weihnachtsbäckerei © www.canva.com

Lernort Marktstraße

Ein weiterer wesentlicher Baustein der Schülerakademie ist seit 2020 auch der Lernort Marktstraße (ehemals Lernort Petersberg).

Der Lernort versteht sich als MINT-Zentrum (MINT = Mensch, Informatik, Naturwissenschaft, Technik) der Volkshochschule Erfurt.

Wesentliches Ziel der Angebote ist es, die Kompetenzen von Schülerinnen und Schülern der Klassen 1-4 durch forschendes, entdeckendes Lernen und das „Lernen am anderen Ort“ zu entwickeln und auszubauen. Perspektivisch werden weitere Konzepte entstehen, die dann nicht nur auf die Grundstufe, sondern auch auf die Sekundarstufe I und II ausgerichtet sind.

Aktuell kommen Schulklassen unterrichtsbegleitend zum Lernort und experimentieren zu den Themengebieten „Luft“, „Schall“, „Wasser“ und „Magnetismus“. Es wird sich mit Fragestellungen beschäftigt, wie zum Beispiel „Kann man Luft wiegen?“, „Ist Schall sichtbar?“, „Warum sinkt Eisen, aber ein großes Schiff aus Eisen nicht?“ oder „Welche Kraft hat ein Magnet?“.

Unter Anleitung erarbeiten sich die Kinder das Thema selbstständig an vorbereiteten Experimentierstrecken. Beim Forschen werden theoretische Lerninhalte praktisch umgesetzt und Ursache-Wirkungs-Zusammenhänge erlebt.

Ihre Ansprechpartnerin

Jessika Zitzmann
Tel.: 0361 655-2976
E-Mail: jessika.zitzmann@erfurt.de

Bereich 8

KINDERGÄRTEN, SCHULEN & VEREINE

Sie planen eine Projektwoche?



In Ergänzung zum Unterricht oder Projektwochen unterbreiten wir unsere Angebote für Kinder und Jugendliche. Unsere Konzepte senden wir Ihnen bei Anfrage zu und stehen für ein persönliches Gespräch zu inhaltlichen Absprachen gern zur Verfügung.

Ihr Ansprechpartner:
Andreas Jäckel
Leiter Erfurter Malschule
Tel.: 0361 655-2973
E-Mail: malschule@erfurt.de

vhs
Volkshochschule
Erfurt



Ihr Ansprechpartner und Fachbereichsleiter

Andreas Jäckel
Tel.: 0361 655-2973
E-Mail: malschule@erfurt.de



Bereich 9

In Unterstützung der Thüringer Staatskanzlei und Mitgliedschaft in der Landesarbeitsgemeinschaft Jugendkunstschulen Thüringen e.V.

Freistaat
Thüringen



Staatskanzlei



Landesarbeitsgemeinschaft
Jugendkunstschulen
Thüringen e.V.

Malschulfamilientag

25-90200

Sa, 10.05.2025, 15:00 - 18:00 Uhr | 4 UStd. |
gebührenfrei,
VHS

Kindergeburtstag in der Erfurter Malschule

Euren Geburtstag könnt Ihr mit Euren Gästen auch in der Erfurter Malschule feiern! Wir übernehmen gerne auch die Gestaltung von Kindergeburtstagen. Hier kann sich im Freundeskreis kreativ ausgetobt werden. Es können eigene oder auch gemeinsame Kunstwerke geschaffen werden. Verschiedene Angebote stehen zur Auswahl - Druckwerkstatt (Holz- oder Linoldruck, Radierungen), Collagengestaltung, Malen und Zeichnen mit verschiedenen Materialien, Graffiti, Fälscherwerkstatt, Holzwerkstatt ... und vieles mehr! Erfurter Künstler leiten Euch und Eure Lieben dabei an. Eine Küche mit allem Drum und Dran für die Schaffenspausen ist auch vorhanden. Wir freuen uns darauf, ein kreatives Geburtstagsfest für Euch zu gestalten und mit Euch zu feiern!

25-90400

ganzjährig nach Terminvereinbarung, |
VHS

Kindergärten, Schulen, Vereine - Wir kommen auch in Ihre Einrichtungen oder Sie kommen zu uns!

Unsere Angebote für Kinder und Jugendliche unterbreiten wir auch gerne in Kindergärten und Schulen sowie anderen Einrichtungen in unserer Stadt zur Ergänzung für den Unterricht oder für Projektwochen! Natürlich stehen unsere Türen in der Erfurter Malschule der VHS auch für mögliche Projekte offen, Unsere Konzepte

senden wir Ihnen bei Anfrage zu und stehen für ein persönliches Gespräch für inhaltliche Absprachen jeder Zeit gerne zur Verfügung! Gerne konzipieren wir auch mit Ihnen spezielle Vorhaben gemeinsam. Wir sind in vielen Sparten der bildenden Kunst zu Hause!

25-90500

ganzjährig nach Terminvereinbarung, |
außer Haus

KUNST SCHAFFEN - KUNST VERMITTELN - KUNSTERLEBEN ... so lautet das Motto der Erfurter Malschule seit nunmehr drei Jahrzehnten. Unser Kursangebot richtet sich an interessierte Kinder und Jugendliche. Die Materialien und Techniken, die zur Verfügung stehen, sind vielfältig. Die handwerklichen Grundlagen und die künstlerische Anwendung für die verschiedenen Materialien werden von Erfurter Künstlern vermittelt. Wir konzentrieren uns in unserer Arbeit auf die Entwicklung der Fertigkeiten des Visualisierens, die Förderung von Wahrnehmungsvermögen und der Kreativität durch unsere Angebote. Dadurch wird die ganzheitliche Entwicklung einer Persönlichkeit gefördert. Alle unsere Dozenten verfügen seit vielen Jahren über pädagogische Erfahrungen mit dem künstlerischen Nachwuchs. Die Themen der Arbeiten können durch die Kinder und Jugendlichen hauptsächlich frei gewählt werden. Für gemeinsame Ausstellungen der Thüringer Jugendkunstschulen oder Wettbewerbe wird natürlich auch für spezielle Themen gearbeitet. Wir wünschen allen jungen Teilnehmenden eine tolle Zeit in unseren Ateliers.

DEINE GEBURTSTAGSFEIER MIT DER ERFURTER MALSCHULE

Euren Geburtstag könnt Ihr mit Euren Gästen auch in der Volkshochschule feiern!

Wir übernehmen gern die Gestaltung von Kindergeburtstagen. Hier könnt Ihr Euch gemeinsam mit Euren Freunden kreativ austoben. Es können eigene oder auch gemeinsame Kunstwerke geschaffen werden. Erfurter Künstlerinnen und Künstler leiten Euch dabei an. Das Drum & Dran für die Schaffenspausen ist auch vorhanden. Wir freuen uns darauf, ein kreatives Geburtstagsfest für Euch zu gestalten!

- Druckwerkstatt (Holz- oder Linoldruck, Radierungen)
- Malen und Zeichnen mit verschiedenen Materialien
- Collagengestaltung
- Graffiti
- Fälscherwerkstatt
- Holzwerkstatt
- Objekt- und Skulpturenbau

UNS
KÖNNT IHR
MIETEN



Grafik: (C) Andreas Jäckel

Ihr habt Fragen?

Andreas Jäckel
Leiter Erfurter Malschule
Tel.: 0361 655-2973
E-Mail: malschule@erfurt.de

vhs
Volkshochschule
Erfurt

Malzwerge - Kinder ab 3 Jahre

„Als Kind ist jeder ein Künstler, die Schwierigkeit liegt nur darin, als Erwachsener einer zu bleiben.“

Pablo Picasso

Dieser Zeichen- und Malkurs soll begeisterten jungen Künstlern die Möglichkeit geben, sich kreativ zu entfalten. Die Freude am Malen und Zeichnen steht dabei im Vordergrund. Unter fachkundiger Anleitung sollen die Kinder in ihrer Phantasie bestärkt und zugleich ermutigt werden, ihre eigenen Fähigkeiten und Ausdrucksformen spielerisch zu entdecken und auszuprobieren. Unter Verwendung verschiedenster Materialien und Arbeitsmittel sollen die Kinder die Vielseitigkeit von Zeichnung und Malerei kennen lernen. Der Kursleiterin ist es wichtig, die Kinder in ihrem kindlichen Mut, ihrer Phantasie und ihrer unverstellten Sicht auf die Dinge nicht zu bremsen, sondern zu eigenen Positionen zu ermutigen.



Clown - Anton Löffler, 4 Jahre
© Andreas Jäckel

25-90000

Di, ab 18.02.2025, 16:00 - 16:45 Uhr,
8 Wochen | 8 UStd. | 40,96 Euro,
Lernmittelgebühr: 10,00 Euro
VHS
Julia Kneise

25-90001

Di, ab 06.05.2025, 16:00 - 16:45 Uhr,
8 Wochen | 8 UStd. | 40,96 Euro,
Lernmittelgebühr: 10,00 Euro
VHS
Julia Kneise

25-90002

Di, ab 02.09.2025, 16:00 - 16:45 Uhr,
8 Wochen | 8 UStd. | 40,96 Euro,
Lernmittelgebühr: 10,00 Euro
VHS
Julia Kneise

25-90003

Di, ab 18.11.2025, 16:00 - 16:45 Uhr,
8 Wochen | 8 UStd. | 40,96 Euro,
Lernmittelgebühr: 10,00 Euro
VHS
Julia Kneise

Kunstwerkstatt für Kinder von 5 - 6 Jahre

Kinder, die in den Vorschulkurs kommen, lernen ein breites Spektrum der künstlerischen Ausdrucksmöglichkeiten und die unterschiedlichen Bildträger (Formate und Materialien) kennen. Gemalt und gezeichnet wird mit vielen verschiedenen Materialien und deren Verarbeitungstechniken oder sie werden auch miteinander kombiniert. So ist die Vielfalt und die Abwechslung gegeben. Die Kursleitenden verstehen sich als Begleitende in künstlerischen und handwerklichen Belangen. Auf die individuellen Bedürfnisse jedes Kindes kann durch die relativ kleine Teilnehmerzahl von max. 8 Kindern eingegangen werden. Es wird hauptsächlich frei gearbeitet - jedes Kind kann sich in seinem selbstgewählten thematischen Rahmen künstlerisch bewegen und seinen Explorationsdrang ausleben. Die schlummernden kreativen Kräfte zu wecken, zu fördern und zu fordern, das natürliche vorhandene Farb- und Formempfinden behutsam zu lenken und das Kind fast spielerisch an Gesetzmäßigkeiten und Grundlagen heranzuführen, ist die Aufgabe unserer Dozenten und Dozentinnen. Die

einzigsten Sachen, die mitzubringen sind, sind von den Eltern aussortierte alte Sachen zum Anziehen, so dass sich die Kinder unbekümmert ihrem schöpferischen Prozess hingeben können



Katharina Häfner © Grit Kästner

25-90010

Mo, ab 10.02.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Katharina Häfner

25-90011

Mo, ab 01.09.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Katharina Häfner

25-90012

Mi, ab 12.02.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Katharina Häfner

25-90013

Mi, ab 03.09.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Katharina Häfner



Krämerbrücke - Antonela Tcac, 6 Jahre
© Grit Kästner

Kunstwerkstatt für Kinder von 7 - 10 Jahre

Malen und Zeichnen mit verschiedenen Materialien, Objekte gestalten, Drucken in unterschiedlichen Techniken - die Kinder durchlaufen in den Semestern für Grundschüler verschiedene Werkstätten. Die Vermittlung von bildnerischen Gesetzmäßigkeiten und Gestaltungsgrundlagen nehmen zunehmend größeren Raum ein. Die Kinder werden tiefer in die verschiedenen Techniken der Malerei und Grafik sowie der Kombination von mehreren Gestaltungsmöglichkeiten eintauchen. Die Vielfalt und die Abwechslung wird durch die Fülle an künstlerischen Ausdrucksmöglichkeiten nach wie vor gegeben sein. Auf die individuellen Bedürfnisse und die Interessenlagen jedes Kindes einzugehen und es individuell zu fördern und natürlich auch zu fordern, steht dabei im Mittelpunkt.

25-90014

Mo, ab 10.02.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS; Julia Kneise

25-90015

Mo, ab 01.09.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS, Julia Kneise

25-90018

Do, ab 13.02.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 96,00 Euro
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Charlotte Fiedler

25-90019

Do, ab 04.09.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 96,00 Euro
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Charlotte Fiedler

25-90020

Fr, ab 14.02.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 96,00 Euro
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Andreas Jäckel

25-90021

Fr, ab 05.09.2025, 15:00 - 16:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 96,00 Euro
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Andreas Jäckel



Paris - Karolina Kechter, 8 Jahre
© Grit Kästner

Malerei und Grafik für Kinder von 11 - 14 Jahre

Die Kinder sollen in der Weiterführung ihre malerischen und zeichnerischen Fähigkeiten erweitern. Mehr und mehr hält die Vermittlung von handwerklichen Grundlagen und Ausführungen zu den gestalterischen Gesetzmäßigkeiten und deren praktische Umsetzung in den Kursstunden Einzug. Das kindliche Kreativitätsuniversum wird behutsam gelenkt, um

die individuelle Ausdrucksform auszubauen. Es gibt vertiefende Exkursionen in die Kunst- und Kulturgeschichte. Anhand von Beispielen anderer Künstler können künstlerische Auffassungen, Techniken und Arbeitsmethoden besser nachvollzogen werden.



Japan - Arina Bondar, 13 Jahre
© Grit Kästner

25-90022

Mo, ab 10.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Katharina Häfner

25-90023

Mo, ab 01.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Katharina Häfner

25-90024

Mo, ab 10.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Julia Kneise

25-90025

Mo, ab 01.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Julia Kneise

25-90028

Do, ab 13.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Charlotte Fiedler

25-90029

Do, ab 04.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Charlotte Fiedler

Malerei und Grafik ab 14 Jahren

Das bereits Erlernte und Erfahrene soll nun weiter vertieft und handwerklich gefestigt werden. Die altersgerechte Weiterführung in die Theorie der gestalterischen Gesetzmäßigkeiten und deren praktische Umsetzung sollen anhand der Vielfalt von Techniken und Materialien sowie der Kombination verschiedener Möglichkeiten die erweiterten Lerninhalte bilden. Auf den Ausbau der eigenen Urteilsfähigkeit, dem ästhetischen Empfinden und der Entwicklung einer kritischen Haltung wird Wert gelegt. Die weiteren Streifzüge in die Kunst- und die Kulturgeschichte sowie in die Gegenwartskunst können die eigene künstlerische Auffassung, den Ausbau der eigenen Techniken (Handschrift) und die Optimierung der eigenen Arbeitsweise erweitern helfen. Ein Tabu ist dabei das Kopieren von Stilen. Hingegen wird das Erlernen der Kunst des Kombinierens und die Integration in das eigene künstlerische Werk gestärkt. Es ist dabei wichtig, niemals „fertig“ zu sein und sich die Offenheit für alles Neue zu bewahren, vor allem für die Entwicklung des eigenen Stils.

25-90030

Fr, ab 14.02.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Andreas Jäckel

25-90031

Fr, ab 05.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Andreas Jäckel



Liviv - Anastasia Yanovych, 16 Jahre
© Grit Kästner

Experimentelles - Mixed Media für Jugendliche von 14 - 17 Jahren

In diesem Kursangebot können eigene Bildideen malerisch, zeichnerisch, drucktechnisch und gestalterisch umgesetzt werden. Die Dozentin und selber freischaffende Künstlerin, begleitet die individuellen Arbeiten im eigenem schöpferischen Tun. Durch den Umgang mit den unterschiedlichen gestalterischen und künstlerischen Ausdrucksmitteln soll eine solide technische und künstlerische Umsetzung der Bildkompositionen entstehen. Gegenstand ist auch das zeichnerische Naturstudium - es bildet die wichtigsten Grundlagen des bildhaften Darstellens. Anregungen gibt es auch durch kunstgeschichtliche Exkursionen, die zu eigenständigen Bildkompositionen

beitragen können - geschickt kombinieren, ohne zu kopieren! Hierbei ist es das Ziel, eine individuell lesbare Farb- und Formensprache zu entwickeln und diese nach den eigenen künstlerischen Möglichkeiten im Umgang mit den verschiedensten Mal- und Druckmitteln anzuwenden. Der kreative Umgang mit allen bildnerischen Gestaltungsmitteln bildet die Grundlage für die Herausbildung der eigenen Vorstellungskraft und ist zudem ein wichtiger Bestandteil der eigenen künstlerischen Entwicklungsmöglichkeiten. Dabei stehen Experimentierfreude und Neugier im Mittelpunkt dieses Kurses - alles erlaubt!

25-90032

Mi, ab 12.02.2025, 16:30 - 18:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
VHS; Susanna Hanna

25-90033

Mi, ab 03.09.2025, 16:30 - 18:00 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 96,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
VHS
Susanna Hanna

Malerei, Grafik, Mappenbetreuung und -erstellung ab 16 Jahre

Die Erstellung und die Betreuung von Bewerbungsmappen für eine Ausbildung oder das Studium an einer Kunsthochschule wird von einem ausgebildeten Kursleiter übernommen. Ziel ist die individuelle Erarbeitung einer qualitativ hochwertigen Bewerbungsmappe für eine Ausbildung oder ein Hochschulstudium für gestalterische Studiengänge (Architektur, Malerei, Grafik, ...) mit Hinblick auf spezielle Charakteristika verschiedener Hochschulen und Lehrstrategien.

25-90034

Mi, ab 12.02.2025, 18:15 - 19:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 153,60 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
VHS; Susanna Hanna

25-90035

Mi, ab 03.09.2025, 18:15 - 19:45 Uhr,
15 Wochen | 30 UStd. | 153,60 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
VHS
Susanna Hanna

Keramik für Kinder

25-90041

Mi, ab 12.02.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
8 Wochen | 16 UStd. | 51,20 Euro,
Lernmittelgebühr: 40,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Katja Hochstein

25-90042

Mi, ab 03.09.2025, 16:00 - 17:30 Uhr,
8 Wochen | 16 UStd. | 51,20 Euro,
Lernmittelgebühr: 40,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Katja Hochstein



Workshopkeramiken
© Katja Hochstein

Auch für die Wochenenden halten wir neben unseren festen Wochenkursen viele interessante Angebote für Euch bereit. Die Wochenendkurse im Fachbereich Kunst, Kultur und Gestalten (Fachbereich 2) sind auch für Jugendliche gedacht!

Druckwerkstatt für Kinder und Jugendliche ab 12 Jahre

„Du bist von dem Moment an verloren, an dem du weißt, wie das Ergebnis aussehen wird.“

Juan Gris

Willkommen in der viertägigen Druckwerkstatt! Es gibt vielseitige Varianten der graphischen Drucktechniken. Dieser Kurs ist eine praktische Einführung in die experimentellen Verfahren des künstlerischen Drucks. Der Kurs richtet sich an neugierige Kinder und

Jugendliche, die etwas über die künstlerischen Drucktechniken lernen wollen - Linol- und (japanischer) Holzschnitt und Radierung. Die große Vielfalt an künstlerisch - grafischen Gestaltungsmöglichkeiten geben Raum für eigene „wilde“ kreative Experimente. Wir laden Euch ein, in diesem Kurs etwas über die Kunst des Druckens kennenzulernen oder schon etwas Erlerntes zu vertiefen. Für alle diese Druckarten haben wir in der Erfurter Malschule der Volkshochschule die technischen Voraussetzungen.

25-90100

Sa, 17.05.2025, 10:00 - 16:00 Uhr | 8 UStd. | 25,60 Euro, Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS;
Masami Saito

25-90101

Sa, 08.11.2025, 10:00 - 16:00 Uhr | 8 UStd. | 25,60 Euro, Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS;
Masami Saito

Unziale bis zum eigenen Lettering - Calligrafitti von 11 bis 14 Jahre

Im Workshop dreht sich alles um die Kalligrafie - die Kunst des schönen Schreibens. In fünf Tagen soll die Schreibwerkstatt ein Ausprobieren und Erlernen von verschiedenen Schriftarten, der Kombination von verschiedenen Schriftstilen, das spielerische Üben und Verbinden von Schrift und Bild ermöglichen. Sie soll mit den gegebenen Freiräumen eine Leichtigkeit für neue Wahrnehmungsräume schaffen. Die individuellen Gedanken zu bzw. an Europa sollen in Worte, in Sprache und in Bilder gefasst werden. Einfließen sollen auch die vielen kreativen Möglichkeiten an Schriftarten aus der Graffiti-Szene. So entstehen grafische und kontrastreiche Schrift-Bilder mit „Eigen-Sinn“. Die professionelle fachliche An- bzw. Begleitung ist dazu gegeben. Im Projekt gibt es immer wieder Streifzüge in die Kunst- und die Kulturgeschichte bis zur Gegenwartskunst in Europa.

25-90102

Sa, ab 08.03.2025, 10:00 - 16:00 Uhr, 2 Tage | 16 UStd. | 51,20 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro, Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
VHS;
Andreas Jäckel

25-90103

Sa, ab 06.12.2025, 10:00 - 16:00 Uhr, 2 Tage | 16 UStd. | 51,20 Euro, ermäßigt: 51,20 Euro, Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
VHS
Andreas Jäckel

Die Collage - Mehr als nur ein „Klebebild“! ab 11 Jahre

Der Beginn der modernen Malerei war gleichzeitig die Geburtsstunde der Collage (franz. coller - kleben). Picasso und Braque haben begonnen, verschiedene Dinge in ihre Bilder einzukleben. Eine Collage kann mehr sein als nur das „Klebebild“ aus Papier. Oft wird es im allgemeinen Verständnis leider darauf reduziert. Jede Art von Materialien und künstlerischen Techniken kann Verwendung finden. Banale Dinge des Alltags sowie persönliche Erinnerungsstücke aus dem eigenen Leben können Einzug in Deine Bilderwelt halten. In Kombination mit Fotos, Zeichnungen, gemalten Bildern, abstrakten Strukturflächen und modellierten Objekten können diese zu neuen, manchmal lustigen, paradoxen oder sinnhaften Bildaussagen zusammengesetzt und geklebt werden. Nichts ist unmöglich! Deiner Phantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt.

25-90104

Sa, ab 26.04.2025, 10:00 - 15:00 Uhr, 2 Tage | 12 UStd. | 48,00 Euro, ermäßigt: 38,40 Euro, Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Andreas Jäckel

25-90105

Sa, ab 15.11.2025, 10:00 - 15:00 Uhr, 2 Tage | 12 UStd. | 48,00 Euro, ermäßigt: 38,40 Euro, Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Andreas Jäckel

Streetart - Stencil und Graffito ab 11 Jahre

Im Rahmen des zweitägigen Workshops werden den Kindern und Jugendlichen handwerkliche und gestalterische Grundlagen in dieser Kunstrichtung vermittelt. Die Teilnehmenden bekommen die Gelegenheit, sich handwerklich mit der Dose zu verbessern bzw. Techniken zu erlernen. Im Kurs soll sich thematisch und künstlerisch mit urbanen Tierwelten auseinan-

dergesetzt werden. Es wird der Weg von der Idee (gemeinsame Themenfindung für die Gestaltungsflächen durch die Gruppe, gemeinsame wie auch individuelle Erarbeitung von Farb- und Gestaltungskriterien, Anfertigung der Skizzen, Rasterung, Einpassung der Entwürfe auf die Freiflächen) bis zur Umsetzung gemeinsam gegangen. Die Gruppenarbeit steht im Vordergrund. Natürlich können auch individuelle Werke geschaffen und mitgenommen werden.

25-90106

Sa, ab 07.06.2025, 10:00 - 15:00 Uhr, 2 Tage |
12 UStd. | 38,40 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
VHS
Veit Gossler

25-90107

Sa, ab 13.09.2025, 10:00 - 16:00 Uhr, 2 Tage |
17 UStd. | 54,40 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
VHS
Veit Gossler



Gemeinschaftsprojekt
© Andreas Jäckel

Blick und klick drauf! - Grundlagen der digitalen Fotografie

Fotografie spielt für die Vermittlung von Botschaften in unserem digitalen Zeitalter eine große Rolle. Für die privaten Zwecke und eventuell der späteren beruflichen bzw. auch der schulischen Nutzung, ist die fotografische Bildsprache ein wichtiges Mittel der authentischen (Selbst-)Präsentation. In den Stunden geht es um die praktische Vermittlung von Regeln der fotografischen Bildgestaltung und der

technischen Grundlagen. Gemeinsam geht es mit der Kamera durch das Erfurter Stadtgebiet. Das Medium Fotografie soll genutzt werden, um Eindrücke und Gedanken individuell zu spiegeln. Zu keiner Zeit in der Vergangenheit waren Fotos so präsent und dominant im Alltag wie heute. Fotografie ist ein wichtiges Medium, weil wir die meisten Informationen aus unserer Umwelt über die Augen erhalten. Ziel am Ende des Workshops soll der technisch sichere Umgang mit der Kamera sein. Im Seminar erstellt Ihr qualitativ hochwertige Portrait- und Stadtfotografien, die in der Gruppe präsentiert und besprochen werden. Kameras sind vorhanden und können gestellt werden, sofern keine eigenes Fotogerät vorhanden ist!



Blick und Klick drauf!
© Samantha Font-Sala

25-90108

Sa, 22.03.2025, 09:00 - 16:00 Uhr | 8 UStd. |
25,60 Euro,
Eigene Fotokamera, falls vorhanden!
VHS
Boris Hajdukovic

25-90109

Sa, 27.09.2025, 09:00 - 16:00 Uhr | 8 UStd. |
25,60 Euro,
Eigene Fotokamera, falls vorhanden!
VHS
Boris Hajdukovic

Künstlerischer Naturspaziergang

Mit einem Transportwagen voller Farben, Papier und Kunstmaterial für verschiedene Techniken, geht es ab in die Stadt und in die grünen Oasen. In diesem Kurs spazieren wir durch die Gassen von Erfurt und machen Kunst mit allem, was uns in der Natur oder auch auf der Straße begegnet. Lasst euch überraschen!

25-90110

Sa, ab 31.05.2025, 13:00 - 16:45 Uhr, 2 Tage |
10 UStd. | 32,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 10,00 Euro
VHS
Marlen Mahrle

25-90111

Sa, ab 27.09.2025, 13:00 - 16:45 Uhr, 2 Tage |
10 UStd. | 32,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 10,00 Euro
VHS
Marlen Mahrle

Schmetterlinge, Kakteen und Blumen auf der EGA

Wir wollen den schönen Ega - Park als Inspiration nutzen, für die Kunst in der Natur. Mit einem Wagen voller Farben, Papier und Kunstmaterial für verschiedene Techniken lassen wir uns von all den Formen und Farben leiten und zeichnen, drucken. Collagieren uns frei in unsere Wahrnehmung der Flora und Fauna...

25-90112

Sa, ab 29.03.2025, 13:00 - 16:45 Uhr, 2 Tage |
10 UStd. | 32,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 10,00 Euro
EGA
Marlen Mahrle

25-90113

Sa, ab 07.06.2025, 13:00 - 16:45 Uhr, 2 Tage |
10 UStd. | 32,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 10,00 Euro
EGA
Marlen Mahrle

Textilkunst - Ein Wochenendworkshop

In diesem Wochenendkurs wollen wir Textilien mit Hilfe von Schabloniertechniken, Monotypie und Siebdruck upcyclen und blanko Stoffe gestalten.

25-90114

Sa, ab 25.01.2025, 13:00 - 16:45 Uhr, 2 Tage |
10 UStd. | 32,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 10,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Marlen Mahrle

25-90115

Sa, ab 22.11.2025, 13:00 - 16:45 Uhr, 2 Tage |
10 UStd. | 32,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 10,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Marlen Mahrle



UNSERE

FERIEN

ANGEBOTE

2025



Ferienangebote

Eure Ansprechpartner

Fachbereichsleiterin
Tina Schindler
Tel.: 0361 655-2955
E-Mail: tina.schindler@erfurt.de

Fachbereichsleiterin
Sabrina Herrmann
Tel: 0361 -655-2965
E-Mail: sabrina.herrmann@erfurt.de

Fachbereichsleiter
Andreas Jäckel
Tel.: 0361 655-2973
E-Mail: malschule@erfurt.de



Bereich 10

Ferien- und Freizeitangebote in den Winterferien

Prüfungsvorbereitung in den Winterferien

Die Kurse in den Ferien dienen der intensiven Vorbereitung auf die anstehenden Abschlussprüfungen. Grundlagen werden aufgefrischt und Schwerpunkte aus den letzten beiden Schuljahren wiederholt.

Der Unterricht in Kleingruppen ermöglicht es auf die individuellen Bedürfnisse der Schülerinnen und Schüler einzugehen.

Mathe Prüfungsvorbereitung Klasse 12

25-F8811

Mo - Do, 03.02.2025 - 06.02.2025,

09:30 - 11:00 Uhr, 4 Tage | 8 UStd. |

Die Gebühr richtet sich nach der Anzahl der Teilnehmenden,

3 Personen 68,24 Euro,

4 Personen 51,20 Euro,

5 Personen 40,96 Euro

VHS

Christin Kettner

Englisch Prüfungsvorbereitung Klasse 10

25-F8812

Mo - Do, 03.02.2025 - 06.02.2025,

15:30 - 17:00 Uhr, 4 Tage | 8 UStd. |

Die Gebühr richtet sich nach der Anzahl der Teilnehmenden,

3 Personen 68,24 Euro,

4 Personen 51,20 Euro,

5 Personen 40,96 Euro

VHS

Andreas Budzier

Marionetten-Figuren - plastische Gestaltung für Kinder von 6 - 12 Jahre

In diesem Workshop werden wir Marionetten-Figuren aus den verschiedensten Materialien bauen. Nach Euren Entwürfen und mit ganz viel Phantasie entstehen kleine selbst erfundene Spielfiguren. Es wird geklebt, gemalt, geschnitten, genäht und gesägt. Eure Figuren werden dann in kleinen selbst erfundenen Geschichten, in einer von Euch selbst angefertigten Theater-

bühne, ihren Auftritt haben. Wir werden mit Ton, Modelliermasse, Alltagsgegenständen und anderen ausgesuchten Materialien diese Marionetten -Puppen anfertigen, dabei ist Spaß und viel Experimentierfreude gefragt. Ihr könnt dabei mit ganz viel Humor und Euren verrücktesten Ideen arbeiten. Bitte bringt Euch immer einen kleinen Imbiss zum Workshop mit!

25-F9003

Mo - Mi, 03.02.2025 - 05.02.2025,

10:00 - 13:45 Uhr, 3 Tage | 15 UStd. |

48,00 Euro, Lernmittelgebühr: 15,00 Euro

Außenstelle Lernort „Freiraum“ -

Magdeburger Allee 22

Katja Hochstein

Kunstwerkstatt: - Ein offenes Atelier ab

7 Jahre

Und ich mach mein Ding! Ihr könnt im offenen Atelier mehrere Techniken kennenlernen, ausprobieren, kombinieren und auch vertiefen. Auch was auf das Papier oder die Leinwand kommt, bestimmt folgerichtig Ihr! Künstlerisch und handwerklich angeleitet und begleitet werdet Ihr natürlich ebenso.

25-F9002

Mo - Fr, 03.02.2025 - 07.02.2025,

10:00 - 13:00 Uhr, 5 Tage | 20 UStd. |

64,00 Euro, Lernmittelgebühr: 10,00 Euro

VHS

Katharina Häfner

Familienatelier - Generationsübergreifendes freies Malen und Zeichnen

Der Kurs richtet sich an kunstinteressierte Menschen jeden Alters: Enkel und Großeltern, Paten und Patenkind, jüngere, ältere und mittelalte Menschen unabhängig vom Verwandtschaftsgrad sind alle willkommen! In geselliger Runde findet ein individuell begleitetes freies Malen und Zeichnen statt. Es werden unterschiedliche Gestaltungstechniken unter Anleitung ausprobiert, z.B. grafische Darstellungen mit Bleistift und oder Farbstiften, Kreiden, Kohlestifte, Aquarell -und Acrylmalerei, Collagen- und Drucktechniken.

25-F9001

Mo - Mi, 03.02.2025 - 05.02.2025,
09:30 - 13:15 Uhr, 3 Tage | 15 UStd. |
60,00 Euro, ermäßigt: 48,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 10,00 Euro
VHS

Andreas Jäckel

Kochwerkstatt - Ferienkurs

Bei der Menüplanung beginnend, über den Einkauf und die Zubereitung eines vollwertigen Menüs, lernen Schülerinnen und Schüler ab Klasse 5 mehr zum Thema gesunde Ernährung. Bitte beachten Sie: Eine vollwertige Mittagsverpflegung erfolgt ausschließlich am letzten Tag!

25-F8981

Mo - Do, 03.02.2025 - 06.02.2025,
11:15 - 13:30 Uhr, 4 Tage | 12 UStd. | 38,40 Euro,
zzgl. 10 € Nebenkosten (bar im Kurs zu
entrichten)

VHS - Lehrküche

Christin Kettner

Schach in den Ferien

Der Kurs ist ein Treffpunkt für alle, die das Spiel Schach lernen möchten oder es bereits können und weiter ausbauen möchten.

Schach fördert das analytische Denken, die Konzentration, Geduld und faires Verhalten. Und vor allem, es macht Spaß!

Der Kurs ist für Kinder ab 7 Jahren geeignet.

25-F8961

Mo - Mi, 03.02.2025 - 05.02.2025,
09:30 - 11:45 Uhr, 3 Tage | 9 UStd. | 28,80 Euro,
VHS

Wolfgang Renner



© sereznij_123rf.com

Meine Bewerbungsmappe – Was muss rein, was lasse ich sein?

Die Jugendlichen erhalten einen roten Faden, für die optimale Erstellung ihrer Bewerbungsunterlagen und Tipps für den ersten Kontakt mit einem Unternehmen. Es werden neben grundsätzlichen Informationen Handlungsempfehlungen gegeben und am PC Bewerbungsunterlagen erstellt. Für eine optimale Vorbereitung ist ergänzend dazu das Seminar „Mein Vorstellungsgespräch“ zu empfehlen. Zielgruppe: Jugendliche, die sich am Ende ihres Berufswahlprozesses oder in der Bewerbungsphase befinden.

25-F8904

Do, 06.02.2025, 17:30 - 20:30 Uhr | 4 UStd. |
12,80 Euro, ermäßigt: 10,24 Euro,
VHS

René Piel

Lernen leicht gemacht: Effiziente Lerntechniken für gute Noten und nachhaltigen Erfolg

Hast Du genug davon, stundenlang zu pauken, nur um das Gelernte schnell wieder zu vergessen? In der Schule wird zwar viel Wissen vermittelt, aber selten gezeigt, wie man richtig lernt. In diesem Ferienkurs zeigen wir Dir, wie Du mit cleveren, gehirngerechten Methoden nachhaltig und stressfrei lernen kannst. Egal, ob für die nächste Klassenarbeit, das Abitur oder das Studium – wir vermitteln Dir praktische Techniken, die das Lernen effizienter und spaßiger machen. Zusammen finden wir Deine individuelle Lerntechnik, mit der Du deine Ziele leichter erreichen kannst. Dieser Kurs ist ideal für alle Schüler ab Klasse 10, die ihre Lernstrategie optimieren und mit weniger Aufwand mehr erreichen wollen.

25-F8913

Fr, 07.02.2025, 09:00 - 16:00 Uhr | 8 UStd. |
25,60 Euro,

VHS

Edwin Eobaldt

Ferienangebote

Mein Vorstellungsgespräch – Tipps, Tricks und Übungen für einen optimalen Gesprächsverlauf

Die Jugendlichen erhalten zahlreiche Hinweise, wie sie ihr (erstes) Vorstellungsgespräch am besten absolvieren können. Neben zahlreichen Praxistipps werden Übungen durchgeführt, um die Teilnehmer optimal auf die ungewohnte Gesprächssituation vorzubereiten.

Zielgruppe: Jugendliche, die sich am Ende ihres Berufswahlprozesses oder in der Bewerbungsphase befinden.

25-F8905

Do, 13.02.2025, 16:30 - 19:30 Uhr | 4 UStd. | 12,80 Euro, ermäßigt: 10,24 Euro, VHS
René Piel

Prüfungsvorbereitung in den Osterferien

Die Kurse in den Ferien dienen der intensiven Vorbereitung auf die anstehenden Abschlussprüfungen. Grundlagen werden aufgefrischt und Schwerpunkte aus den letzten beiden Schuljahren wiederholt.

Der Unterricht in Kleingruppen ermöglicht es auf die individuellen Bedürfnisse der Schülerinnen und Schüler einzugehen.

Ferien- und Freizeitangebote in den Osterferien

Mathe Prüfungsvorbereitung Klasse 10

25-F8815

Mo - Do, 07.04.2025 - 10.04.2025, 09:30 - 11:00 Uhr, 4 Tage | 8 UStd. | Die Gebühr richtet sich nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 68,24 Euro,
4 Personen 51,20 Euro,
5 Personen 40,96 Euro
VHS; Christin Kettner

Chemie Prüfungsvorbereitung Klasse 12

25-F8820

Mo - Do, 07.04.2025 - 10.04.2025, 09:30 - 11:00 Uhr, 4 Tage | 8 UStd. | Die Gebühr richtet sich nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 68,24 Euro,
4 Personen 51,20 Euro,
5 Personen 40,96 Euro
VHS; Karin Gutperlet

Mathe Prüfungsvorbereitung Klasse 12

25-F8819

Mo - Do, 07.04.2025 - 10.04.2025, 4:00 - 15:30 Uhr, 4 Tage | 8 UStd. | Die Gebühr richtet sich nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 68,24 Euro,
4 Personen 51,20 Euro,
5 Personen 40,96 Euro
VHS
Christin Kettner

Chemie Prüfungsvorbereitung Klasse 10

25-F8817

Mo - Do, 14.04.2025 - 17.04.2025, 09:30 - 11:00 Uhr, 4 Tage | 8 UStd. | Die Gebühr richtet sich nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 68,24 Euro,
4 Personen 51,20 Euro,
5 Personen 40,96 Euro
VHS
Karin Gutperlet

Englisch Prüfungsvorbereitung Klasse 12

25-F8818

Mo - Do, 14.04.2025 - 17.04.2025, 15:30 - 17:00 Uhr, 4 Tage | 8 UStd. | Die Gebühr richtet sich nach der Anzahl der Teilnehmenden,
3 Personen 68,24 Euro,
4 Personen 51,20 Euro,
5 Personen 40,96 Euro
VHS
Andreas Budzier

Druckwerkstatt ab 10 Jahre

„Du bist von dem Moment an verloren, an dem du weißt, wie das Ergebnis aussehen wird.“

Juan Gris

Willkommen in der viertägigen Druckwerkstatt! Es gibt vielseitige Varianten der graphischen Drucktechniken. Dieser Kurs ist eine praktische Einführung in die experimentellen Verfahren des künstlerischen Drucks. Der Kurs richtet sich an neugierige Kinder und Jugendliche, die etwas über die künstlerischen Drucktechniken lernen wollen - Linol- und (japanischer) Holzschnitt und Radierung. Die große Vielfalt an künstlerisch - grafischen Gestaltungsmöglichkeiten geben Raum für eigene „wilde“ kreative Experimente. Wir laden Euch ein, in diesem Kurs etwas über die Kunst des Drucks kennenzulernen oder schon etwas Erlerntes zu vertiefen. Für alle diese Druckarten haben wir in der Erfurter Malschule der Volkshochschule die technischen Voraussetzungen.

25-F9010

Mo - Fr, 07.04.2025 - 11.04.2025,
10:00 - 13:45 Uhr, 5 Tage | 25 UStd. | 80,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 18,00 Euro
VHS; Masami Saito
Angebote in den Osterferien

Holzbildhauerei ab 10 Jahre

Holz ist warm, gemasert, mal leicht und weich, mal hart und grob, safrangelb, nussbraun, dunkel... Holz ist einfach ein wunderbares Material, aus dem wunderbare Dinge gearbeitet werden können. Der Umgang verlangt jedoch, wie überall im Reich der Künste, ein gewisses Maß an Wissen über die Verarbeitung und die Eigenheiten des Rohstoffes. In diesem Kurs wird vermittelt, was man über das Material Holz und seine Eigenarten wissen sollte, was und wie mit Schnitzseisen, Schlegel & Co aus einem Stück abgelagertem und kantischem Holz geschaffen werden kann. Gebrauchsgegenstände für den Alltag oder Skulpturen... die Teilnehmenden bestimmen, was entstehen soll und werden in Ihrem Tun professionell begleitet.

25-F9009

Mo - Fr, 07.04.2025 - 11.04.2025,
10:00 - 13:45 Uhr, 5 Tage | 25 UStd. |
80,00 Euro, Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
Atelier unARTique Ariane Mees
Melanie Fieger

Marionetten-Figuren - plastische Gestaltung für Kinder von 7 - 12 Jahre

In diesem Workshop werden wir Marionetten-Figuren aus den verschiedensten Materialien bauen. Nach Euren Entwürfen und mit ganz viel Phantasie entstehen kleine selbst erfundene Spielfiguren. Es wird geklebt, gemalt, geschnitten, genäht und gesägt. Eure Figuren werden dann in kleinen selbst erfundenen Geschichten, in einer von Euch selbst angefertigten Theaterbühne, ihren Auftritt haben. Wir werden mit Ton, Modelliermasse, Alltagsgegenständen und anderen ausgesuchten Materialien diese Marionetten -Puppen anfertigen, dabei ist Spaß und viel Experimentierfreude gefragt. Ihr könnt dabei mit ganz viel Humor und Euren verrücktesten Ideen arbeiten. Bitte bringt Euch immer einen kleinen Imbiss zum Workshop mit!

25-F9008

Mo - Mi, 07.04.2025 - 09.04.2025,
10:00 - 13:45 Uhr, 3 Tage | 15 UStd. |
48,00 Euro, Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Katja Hochstein

Kochwerkstatt - Ferienkurs

Bei der Menüplanung beginnend, über den Einkauf und die Zubereitung eines vollwertigen Menüs, lernen Schülerinnen und Schüler ab Klasse 5 mehr zum Thema gesunde Ernährung. Bitte beachten: Eine vollwertige Mittagsverpflegung erfolgt ausschließlich am letzten Tag!

25-F8982

Mo - Do, 07.04.2025 - 10.04.2025,
11:15 - 13:30 Uhr, 4 Tage | 12 UStd. |
38,40 Euro,
zzgl. 10 € Nebenkosten (bar im Kurs zu entrichten)
VHS - Lehrküche
Christin Kettner

Tastschreiben am Computer

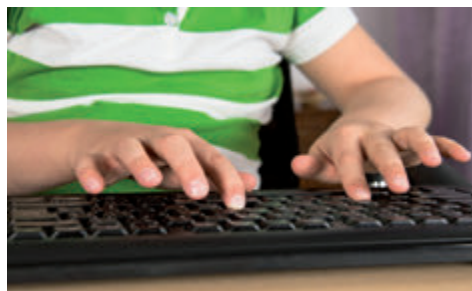
Mit viel Spaß lernen Kinder und Jugendliche ab 11 Jahren in kürzester Zeit das 10-Fingerschreiben. Die Vorteile machen sich bereits beim Schreiben der Hausaufgaben oder E-Mails, aber spätestens im Berufsleben bemerkbar. Das schnelle Schreiben mit Blick auf den Bildschirm

Ferienangebote

wirkt arbeitserleichternd und fördert die Konzentration. Da eine spätere Umgewöhnung oft schwerfällt, ist es für Kinder und Jugendliche besonders wichtig, das Schreiben auf der Tastatur von Beginn an richtig zu beherrschen.

25-F8909

Mo - Fr, 07.04.2025 - 11.04.2025,
09:00 - 12:15 Uhr, 5 Tage | 20 UStd. |
64,00 Euro, Bitte geben Sie Ihrem Kind etwas
zum Schreiben mit (Schreibblock/Stift).
VHS
Heike Lindner



© majivecka_123rf.com

Lernen leicht gemacht: Effiziente Lerntechniken für gute Noten und nachhaltigen Erfolg

Hast Du genug davon, stundenlang zu pauken, nur um das Gelernte schnell wieder zu vergessen? In der Schule wird zwar viel Wissen vermittelt, aber selten gezeigt, wie man richtig lernt. In diesem Ferienkurs zeigen wir Dir, wie Du mit cleveren, gehirngerechten Methoden nachhaltig und stressfrei lernen kannst. Egal, ob für die nächste Klassenarbeit, das Abitur oder das Studium – wir vermitteln Dir praktische Techniken, die das Lernen effizienter und Spaßiger machen. Zusammen finden wir Deine individuelle Lerntechnik, mit der Du deine Ziele leichter erreichen kannst. Dieser Kurs ist ideal für alle Schüler ab Klasse 10, die ihre Lernstrategie optimieren und mit weniger Aufwand mehr erreichen wollen.

25-F8914

Fr, 11.04.2025, 09:00 - 16:00 Uhr | 8 UStd. |
25,60 Euro,
VHS
Edwin Eobaldt

Freie Kunst auf Textil von 9 - 14 Jahre

Ein Kurs, der Stoffe durch vielfältige Techniken Leben einhaucht und sie zu Kunstwerken belebt. Wir widmen uns verschiedenen Gestaltungsmöglichkeiten von verschiedenen Textilien. Mit Druck- und Übertragungsverfahren, Schabloniertechnik und freier Malerei, kreieren wir Muster, Formen, Landschaften und Fantasiewelten. Es kann benäht, bestickt, vernäht werden.

25-F9013

Mo - Do, 14.04.2025 - 17.04.2025,
10:00 - 13:45 Uhr, 4 Tage | 20 UStd. |
64,00 Euro, Lernmittelgebühr: 18,00 Euro
Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22; Marlen Mahrle

Comic und Illustration von 10 - 14 Jahre

„Kreativität ist nichts anderes, als eine ausgebauten Straße zu verlassen, um neue Wege zu suchen.“

Willy Meurer, Publizist
Dieser Workshop soll Euch - Ihr begeisterten Kunschaffende, Bücherwürmer, Liebhaber des erzählenden Bildes, die Möglichkeit geben, sich kreativ zu entfalten. Die Freude am Zeichnen, Malen und dem bildhaften Erzählen steht dabei im Vordergrund. Unter fachkundiger Anleitung sollt Ihr in Eurer Phantasie bestärkt und zugleich ermutigt werden, Eure eigenen Ausdrucksformen zu entdecken und auszuprobieren. Unter Verwendung verschiedenster Arbeitsmittel, wie Bleistift, Piktmentliner, Aquarell- und Faserstiften, könnt ihr die Vielseitigkeit der Illustration als Darstellungsform kennen lernen. Mit Spaß und Freude am Erzählen des Erlebten, durch Erfinden von Figuren und Geschichten oder Illustrieren von Bekanntem, werden in diesem Kurs individuelle Formensprachen gefunden. Eigene erfundene oder erlebte Geschichte sowie Bekanntes darf hier kreativ umgesetzt und gestaltet werden. Lasst Euch dabei inspirieren von bekannten Autoren und Illustratoren in Material und Bild. Mir als Kursleiterin ist es dabei wichtig, die Teilnehmer in ihrem kreativen Mut, ihrer Phantasie und ihrer unverstellten Sicht auf die Dinge nicht zu bremsen, sondern Euch zu eigenen Positionen zu ermutigen.

25-F9011

Mo - Do, 14.04.2025 - 17.04.2025,
10:00 - 13:45 Uhr, 4 Tage | 20 UStd. |
64,00 Euro, Lernmittelgebühr: 18,00 Euro
VHS
Veit Gossler

Tastatschreiben trifft auf Yoga für Kinder und Jugendliche

Mit viel Spaß lernen Kinder und Jugendliche ab 11 Jahren in kürzester Zeit das 10-Finger-Schreiben. Die Vorteile machen sich bereits beim Schreiben der Hausaufgaben oder E-Mails, aber spätestens im Berufsleben bemerkbar. Das schnelle Schreiben mit Blick auf den Bildschirm wirkt arbeitserleichternd und fördert die Konzentration. Da eine spätere Umgewöhnung oft schwerfällt, ist es für Kinder und Jugendliche besonders wichtig, das Schreiben auf der Tastatur von Beginn an richtig zu beherrschen.

25-F8911

Mo, ab 14.04.2025, 12:30 - 14:00 Uhr, 4 Tage |
24 UStd. | 76,80 Euro, Bitte geben Sie Ihrem
Kind etwas zum Schreiben mit (Schreibblock/
Stift).
VHS - Yogaraum
Heike Lindner

Englisch Schülersprachkurs

Der Kurs ist für alle, die bereits über grundlegende Sprachkenntnisse verfügen und diese in einer lockeren Atmosphäre mit viel Spaß ausbauen und erweitern möchten.

Angepasst auf eure Bedürfnisse, verbessert ihr in interaktiven Spielen und alltagsnahen Diskussion eure Ausdrucksfähigkeit und das Hörverstehen. Die intensive Arbeit in einer Kleingruppe ermöglicht die Erweiterung des Wortschatzes und der Grammatik und führt somit zu langfristigen Lernerfolgen. Der Kurs ist für Kinder ab 12 Jahren geeignet.

25-F8902

Mo, ab 14.04.2025, 09:00 - 11:30 Uhr, 4 Tage |
12 UStd. | 38,40 Euro,
VHS
Moritz Hausdörfer

Spanisch Schülersprachkurs

Eine der schönsten Sprachen verstehen und sprechen lernen! Der Ferienkurs bietet Anfängern mit nur geringen Vorkenntnissen den idealen Einstieg. Die Muttersprachlerin Frau Galindo-Moreno vermittelt über praxisnahe Themen, mit viel Spaß und Freude, alltagsnahe Vokabeln und Grundlagen der Sprache.

25-F8901

Mo - Do, 14.04.2025 - 17.04.2025,
09:00 - 11:30 Uhr, 4 Tage | 12 UStd. | 38,40 Euro,
VHS
Sandra Galindo Moreno

Ferien- und Freizeitangebote in den Sommerferien**Ferienkurs: Mach Dein Radio selbst**

In diesem Kurs produziert ihr eure eigenen Radiobeiträge. Ihr lernt die journalistischen Grundlagen kennen, geht mit Aufnahmegerät und Mikro raus, um Umfragen aufzunehmen oder Interviews zu führen. Anschließend schneidet ihr die Aufnahmen mit der kostenlosen Software Audacity und nehmt eure eigene Stimme im Studio auf. Am Ende der Woche habt ihr euren ersten eigenen Radiobeitrag, der im Programm von Radio F.R.E.I. gesendet wird und auch online als Podcast veröffentlicht werden kann.

Ferienangebot für Kinder ab 10 Jahren.

25-F1001

Mo - Fr, 30.06.2025 - 04.07.2025,
09:00 - 14:15 Uhr, 5 Tage | 35 UStd. |
gebührenfrei,
Radio F.R.E.I.
Boris Hajdukovic

„LandArt“ – Kunst und Sein in der Natur von 7 - 12 Jahre

Dieser Kurs möchte wieder verbinden - zur Natur und ihrer kreativen Meisterschaft und ihren unendlichen Möglichkeiten. Wir werden auf einer reich bewachsenen Grünfläche uns spielerisch künstlerischen Techniken widmen, die Natur mikro- und makroskopisch festhalten, sie zur Gestaltung nutzen und uns

MEIN SOMMERFERIENERLEBNIS MIT DER VHS “MACH DEIN RADIO SELBST!”*



Adele Reiß-Zimmermann, 10 Jahre

Bereits zum zweiten Mal besuchte ich im Sommer gemeinsam mit meiner Freundin den VHS-Ferienkurs “Mach dein Radio selbst!”. Mein Wunsch ist es, selbst einmal Moderatorin zu werden. Wir waren viel draußen und führten Interviews. Wir konnten das Thema selbst aussuchen. Unser Thema war “Musik”. In dem einwöchigen Kurs bei Radio F.R.E.I. haben wir uns auch in der Moderation ausprobiert, lustige Rätsel

gelöst, Geräusche geraten und versuchten uns im Rap. Es gab auch eine Live-Show mit uns, die im Radio F.R.E.I. übertragen wurde. Es hat so viel Spaß gemacht, das ich am allerliebsten im nächsten Jahr diesen Kurs noch einmal besuchen möchte. Oder ich entscheide mich für den “Spanischen Schülersprachkurs”, weil ich Fremdsprachen auch sehr spannend finde. Auf jeden Fall bin ich wieder mit dabei!

*gefördert durch den Kinder- und Jugendplan des Bundes

von ihr inspirieren lassen. Im Workshop gibt es davon eine Menge - von der Monotypie, der Cyanotypie, den Drucktechniken mit Holz, dem Zeichnen, mit verschiedenen „Erden“ malen, das Kreieren von Naturmaterial-Collagen und das Bauen bzw. Gestalten mit Naturmaterialien. Alles ist eingebettet in naturpädagogische spielerische Methoden zur Achtsamkeit und Wahrnehmung.

25-F9021

Mo - Fr, 30.06.2025 - 04.07.2025,
10:00 - 13:00 Uhr, 5 Tage | 20 UStd. | 64,00
Euro, Lernmittelgebühr: 12,00 Euro
VHS
Marlen Mahrle

Sommer - Sonne - Kunstwerkstatt:: Ein offenes Atelier ab 7 Jahre

Und ich mach mein Ding! Ihr könnt im offenen Atelier mehrere Techniken kennenlernen, ausprobieren, kombinieren und auch vertiefen. Auch was auf das Papier oder die Leinwand kommt, bestimmt folgerichtig Ihr! Künstlerisch und handwerklich angeleitet und begleitet werdet Ihr natürlich durch eine erfahrene Dozentin und Künstlerin.

25-F9020

Mo - Fr, 30.06.2025 - 04.07.2025,
10:00 - 13:00 Uhr, 5 Tage | 20 UStd. |
64,00 Euro, Lernmittelgebühr: 12,00 Euro
VHS; Katharina Häfner

Kochwerkstatt - Ferienkurs



© dolgachov_123rf.com

Bei der Menüplanung beginnend, über den Einkauf und die Zubereitung eines vollwertigen Menüs lernen Schülerinnen und Schüler ab

Klasse 5 mehr zum Thema gesunde Ernährung. Bitte beachten: Eine vollwertige Mittagsverpflegung erfolgt ausschließlich am letzten Tag!

25-F8983

Mo - Fr, 30.06.2025 - 04.07.2025,
11:15 - 13:30 Uhr, 5 Tage | 15 UStd. | 48,00 Euro,
zzgl. 12 € Nebenkosten (bar im Kurs zu
entrichten)
VHS - Lehrküche; Christin Kettner

Schach in den Ferien

Der Kurs ist ein Treffpunkt für alle, die das Spiel Schach lernen möchten oder es bereits können und weiter ausbauen möchten. Schach fördert das analytische Denken, die Konzentration, Geduld und faires Verhalten. Und vor allem, es macht Spaß! Der Kurs ist für Kinder ab 7 Jahren geeignet.

25-F8962

Mo - Mi, 30.06.2025 - 02.07.2025,
09:30 - 11:45 Uhr, 3 Tage | 9 UStd. | 28,80 Euro,
VHS
Wolfgang Renner

Tastschreiben am Computer

Mit viel Spaß lernen Kinder und Jugendliche ab 11 Jahren in kürzester Zeit das 10-Finger-Schreiben. Die Vorteile machen sich bereits beim Schreiben der Hausaufgaben oder E-Mails, aber spätestens im Berufsleben bemerkbar. Das schnelle Schreiben mit Blick auf den Bildschirm wirkt arbeitserleichternd und fördert die Konzentration. Da eine spätere Umgewöhnung oft schwerfällt, ist es für Kinder und Jugendliche besonders wichtig, das Schreiben auf der Tastatur von Beginn an richtig zu beherrschen.

25-F8912

Mo - Fr, 30.06.2025 - 04.07.2025,
09:00 - 12:15 Uhr, 5 Tage | 20 UStd. |
64,00 Euro, Bitte geben Sie Ihrem Kind etwas
zum Schreiben mit (Schreibblock/Stift).
VHS
Heike Lindner

Ferienangebote

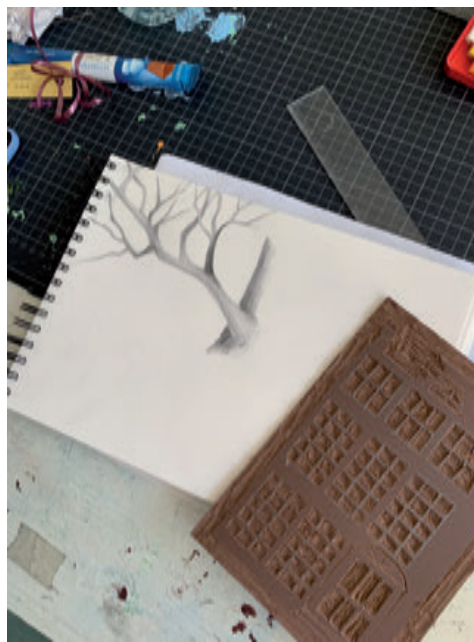
Spanisch Schülersprachkurs

Eine der schönsten Sprachen verstehen und sprechen lernen! Der Ferienkurs bietet Anfängern mit nur geringen Vorkenntnissen den idealen Einstieg. Die Muttersprachlerin Frau Galindo-Moreno vermittelt über praxisnahe Themen, mit viel Spaß und Freude, alltagsnahe Vokabeln und Grundlagen der Sprache.

25-F8903

Mo - Fr, 07.07.2025 - 11.07.2025,
09:00 - 11:30 Uhr, 5 Tage | 15 UStd. | 48,00 Euro,
VHS
Sandra Galindo Moreno

Buchwerkstatt in Englisch



Buchwerkstatt © Andreas Jäckel

Habt Ihr Lust darauf, Eure Kunst- und Englischkenntnisse zu verbessern? Dann bietet sich in der letzten Ferienwoche für Euch die Gelegenheit an, die beiden Sachen miteinander zu verbinden und weiter zu entwickeln. In diesem Wochenkurs werdet Ihr eine eigene Geschichte in Englisch schreiben, Ideen für die grafische Umsetzung finden, schließlich alles in einem

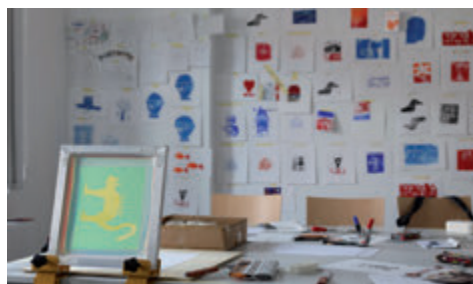
selbstgeordneten Buch vereinen. Der Kurs wird von einer staatlich geprüften und anerkannten Übersetzerin und Künstlerin geführt. Es wird sich hauptsächlich nur in Englisch unterhalten. Ziel ist es, neue Erfahrung in allem zu sammeln und gleichzeitig einfach nur das Tun für sich zu genießen.

25-F90232

Mo - Fr, 07.07.2025 - 11.07.2025,
10:00 - 13:45 Uhr, 5 Tage | 25 UStd. |
80,00 Euro, Lernmittelgebühr: 12,00 Euro
VHS
Heike Lindner

Siebdruck ab 12 Jahre

Das Siebdruckverfahren ist eine großartige, effiziente Produktionstechnik und im Textildruck der Platzhirsch. Es können mit einem Sieb viele Drucke umgesetzt werden. Dieses Druckverfahren ist eine wundervolle Art des kreativen Ausdrucks, um aus Rohlingen und auf einem Stück Papier handbedruckte Kunstwerke zu schaffen sowie eigene Textilien zu gestalten. So gibt es viele grafische Anwendungsmöglichkeiten. Kinder und Jugendliche sind sehr begeisterungsfähige sowie kreative Köpfe und haben schnell eine Vorstellung davon, wie das Motiv später auf dem T-Shirt, dem Beutel oder dem Poster aussehen soll. Die Entwicklungsphase ist ein anspruchsvoller, schöpferischer Prozess.



Siebdruckwerkstatt
© Christian (Spinne) Duschek

25-F90231

Mo - Fr, 07.07.2025 - 11.07.2025,
10:00 - 13:45 Uhr, 5 Tage | 25 UStd. |
80,00 Euro, Lernmittelgebühr: 20,00 Euro

Wir halten T-Shirts in verschiedenen Größen und natürlich auch unterschiedliches Papier/ Karton zum Workshop bereit. Wer will, kann auch seine eigenen zu bedruckende Sachen mitbringen. Die Materialkosten reduzieren sich dann natürlich!

Außenstelle Lernort „Freiraum“ -
Magdeburger Allee 22
Marlen Mahrle

Familienatelier - Generationsübergreifendes freies Malen und Zeichnen

Der Kurs richtet sich an kunstinteressierte Menschen jeden Alters: Enkel und Großeltern, Paten und Patenkind, jüngere, ältere und mittelalte Menschen sind alle willkommen. In geselliger Runde findet ein individuell begleitetes freies Malen und Zeichnen statt. Es werden unterschiedliche Gestaltungstechniken unter Anleitung ausprobiert, z.B. grafische Darstellungen mit Bleistift und oder Farbstiften, Kreiden, Kohlestifte, Aquarell -und Acrylmalerei, Collagen- und Drucktechniken.

25-F9023

Mo - Mi, 07.07.2025 - 09.07.2025,
09:30 - 13:15 Uhr, 3 Tage | 15 UStd. |
60,00 Euro, ermäßigt: 48,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 10,00 Euro
VHS
Katja Hochstein

Objektgestaltung - Experimentelles Gestalten ab 7 Jahre

In einer Woche könnt Ihr unter Anleitung Eure eigenen Objekte/ Figuren aus Holz, Draht, Metallresten, Papier . . und . . . kreieren, dann verkleben, verschrauben, zusammennageln und natürlich auch farblich gestalten. Zudem seht & lernt Ihr einiges über außergewöhnliche Techniken aus dem Reich der Malerei und Grafik. Alles könnt Ihr dann in Eurem eigenen Vorhaben anwenden und Euch so richtig kreativ austoben. Bei schönem Wetter arbeiten wir draußen. Viel Spaß!

25-F9022

Mo - Fr, 07.07.2025 - 11.07.2025,
10:00 - 13:00 Uhr, 5 Tage | 20 UStd. |
64,00 Euro, Lernmittelgebühr: 10,00 Euro
VHS
Katharina Häfner

Familienatelier - Generationsübergreifendes freies Malen und Zeichnen

Der Kurs richtet sich an kunstinteressierte Menschen jeden Alters: Enkel und Großeltern, Paten und Patenkind, jüngere, ältere und mittelalte Menschen sind alle willkommen. In geselliger Runde findet ein individuell begleitetes freies Malen und Zeichnen statt. Es werden unterschiedliche Gestaltungstechniken unter Anleitung ausprobiert, z.B. grafische Darstellungen mit Bleistift und oder Farbstiften, Kreiden, Kohlestifte, Aquarell -und Acrylmalerei, Collagen- und Drucktechniken.

25-F9012

Mo - Do, 14.07.2025 - 17.07.2025,
09:30 - 13:15 Uhr, 4 Tage | 20 UStd. |
80,00 Euro, ermäßigt: 64,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 12,00 Euro
VHS
Katja Hochstein

Sommer - Sonne - Kunstwerkstatt: Ein offenes Atelier ab 7 Jahre

Und ich mach mein Ding! Ihr könnt im offenen Atelier mehrere Techniken kennenlernen, ausprobieren, kombinieren und auch vertiefen. Auch was auf das Papier oder die Leinwand kommt, bestimmt folgerichtig Ihr! Künstlerisch und handwerklich angeleitet und begleitet werdet Ihr natürlich durch eine erfahrene Dozentin und Künstlerin.

25-F9024

Mo - Fr, 28.07.2025 - 01.08.2025,
10:00 - 13:00 Uhr, 5 Tage | 20 UStd. |
64,00 Euro, Lernmittelgebühr: 12,00 Euro
VHS; Katharina Häfner

Offenes Atelier ab 12 Jahre

Das offene Atelier hält die Bandbreite von außergewöhnlichen Bildideen bereit und bietet viele Anregungen zur eigenen Kreativität. Der heutzutage unkonventionelle Umgang mit bildnerischen Techniken in der modernen Malerei hat zu ungewöhnlichen Methoden geführt und wird auch helfen, Deine Ausdrucksmöglichkeiten zu erweitern. Die Teilnehmenden werden in verschiedene Techniken der Malerei und Grafik sowie der Kombination von mehreren Gestaltungsmöglichkeiten eintauchen.

Ferienangebote

Im individuellen Austausch mit der Dozentin nähert sich jeder Teilnehmende seinem eigenen Bildthema. Ziel ist es, gemeinsam den Weg zu einer eigenen bildnerischen Gestaltung und Handschrift zu erarbeiten oder diese weiter auszubauen.

25-F9027

Mo - Fr, 28.07.2025 - 01.08.2025,
14:00 - 16:15 Uhr, 5 Tage | 15 UStd. | 64,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 18,00 Euro
VHS
Katharina Häfner

„LandArt“ – Kunst und Sein in der Natur von 7 - 12 Jahre

Dieser Kurs möchte wieder verbinden - zur Natur und ihrer kreativen Meisterschaft und ihren unendlichen Möglichkeiten. Wir werden auf einer reich bewachsenen Grünfläche uns spielerisch künstlerischen Techniken widmen, die Natur mikro- und makroskopisch festhalten, sie zur Gestaltung nutzen und uns von ihr inspirieren lassen. Im Workshop gibt es davon eine Menge - von der Monotypie, der Cyanotypie, den Drucktechniken mit Holz, dem Zeichnen, mit verschiedenen „Erden“ malen, das Kreieren von Naturmaterial-Collagen und das Bauen bzw. Gestalten mit Naturmaterialien. Alles ist eingebettet in naturpädagogische spielerische Methoden zur Achtsamkeit und Wahrnehmung.

25-F9025

Mo - Fr, 28.07.2025 - 01.08.2025,
10:00 - 13:00 Uhr, 5 Tage | 20 UStd. | 64,00 Euro, Lernmittelgebühr: 12,00 Euro
VHS
Marlen Mahrle

Mein Superheld - Comic Umsetzung

Der Traum, einen eigenen Superhelden zu gestalten oder gar einer sein, ist Antrieb in diesem Projekt. Wir werden Gestaltungskniffe im Bereich Charakterdesign, Körperbau und Superpower erlernen und diese mit verschiedenen Materialien zu unserem eigenen Superhelden modellieren. Vorher wird auf Papier entworfen, verworfen ... bis der große Wurf gelingt!



Werdender Held © Veit Gossler

25-F9029

Mo - Fr, 04.08.2025 - 08.08.2025,
10:00 - 13:45 Uhr, 5 Tage | 25 UStd. | 80,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Veit Gossler

Kribbelbunt - Ein Kinderatelier



Giraffen

© Mathilde Güttler, 6 Jahre

„Als Kind ist jeder ein Künstler, die Schwierigkeit liegt nur darin, als Erwachsener einer zu bleiben.“

Pablo Picasso

Dieser Zeichen- und Malkurs für Kinder soll begeisterten jungen Künstlern die Möglichkeit der kreativen Erfahrung geben. Die Freude am Malen und Zeichnen und am eigenen Ausprobieren steht dabei im Vordergrund. Unter fachkundiger Anleitung sollen die Kinder in ihrer Phantasie und ihren Fähigkeiten bestärkt werden und darüber hinaus ermutigt, Neues auszuprobieren. Unter Verwendung verschiedener Materialien und Techniken sollen die jungen Kursteilnehmer die Vielseitigkeit von Malerei und Zeichnung in Linie und Farbe kennenlernen. Anhand unterschiedlichster Themen, abwechslungsreiche künstlerische Freiheit mit bekannten gestalterischen Techniken im richtigen Maß zu verbinden, ist zentraler Inhaltspunkt meines Kurses. Die Kinder sollen sich entfalten können und dabei ganz sie selbst sein dürfen. Ich möchte sie in ihrem kindlichen Mut und ihrer ungebremsen Phantasie und Leichtigkeit bestärken und sie nicht einengen in ihrer unverstellten Sicht auf die Dinge. Die Freude der Kinder am Malen und Zeichnen zu wecken und zu entfachen und sie darüber hinaus zu eigenen Positionen zu ermutigen, ist erklärtes Ziel meiner Arbeit.

25-F9040

Mo - Fr, 04.08.2025 - 08.08.2025,
10:00 - 13:00 Uhr, 5 Tage | 20 UStd. |
64,00 Euro, Lernmittelgebühr: 12,00 Euro
VHS
Katharina Häfner

Ferien- und Freizeitangebote in den Herbstferien

Englisch Schülersprachkurs

Der Kurs ist für alle, die bereits über grundlegende Sprachkenntnisse verfügen und diese in einer lockeren Atmosphäre mit viel Spaß ausbauen und erweitern möchten.

Angepasst auf eure Bedürfnisse, verbessert ihr in interaktiven Spielen und alltagsnahen Diskussion eure Ausdrucksfähigkeit und das Hörverstehen. Die intensive Arbeit in einer Kleingruppe ermöglicht die Erweiterung des Wortschatzes und der Grammatik und führt somit zu langfristigen Lernerfolgen.

Der Kurs ist für Kinder ab 12 Jahren geeignet.

25-F8906

Mo - Fr, 06.10.2025 - 10.10.2025,
09:00 - 11:30 Uhr, 5 Tage | 15 UStd. | 48,00 Euro,
VHS
Moritz Hausdörfer

Freie Kunst auf Textil

Ein Kurs, der Stoffe durch vielfältige Techniken Leben einhaucht und sie zu Kunstwerken belebt. Wir widmen uns verschiedenen Gestaltungsmöglichkeiten von verschiedenen Textilien. Mit Druck- und Übertragungsverfahren, Schabloniertechnik und freier Malerei, kreieren wir Muster, Formen, Landschaften und Fantasiewelten. Es kann benäht, bestickt, vernäht werden. Es werden je ein T-Shirt und ein Beutel gestellt. Alte Sachen, die eine farbliche Auffrischung erfahren sollen, sind natürlich gefragt!

25-F9051

Mo - Fr, 06.10.2025 - 10.10.2025,
10:00 - 13:00 Uhr, 5 Tage | 20 UStd. |
64,00 Euro, Lernmittelgebühr: 18,00 Euro
VHS
Marlen Mahrle

Druck gemacht! - Zweierlei vom Holzdruck

In 5 Tagen gibt es ein Zweierlei vom Holzdruck! Der europäische Holzdruck bzw. Holzschnitt ist eine Hochdruck-Technik. Aus einem hölzernen Block oder Sperrholzplatten werden reliefartige Teile nach Euren individuellen Vorstellungen mit verschiedenen Schnitzseisen herausgeschnitten. Die bleibenden erhabenen Stellen werden eingefärbt und mit der Hand oder mit Hilfe einer Presse auf Papiere gedruckt, wobei ein seiterverkehrter Abdruck entsteht. Aber, Holzschnitt ist nicht gleich Holzschnitt und nun gibt es den zweiten Teil des Holzdruckes! Verglichen mit der hier üblichen Technik des Holzschnitts, wird in der japanischen Technik die mit Pinseln aufgetragene Wasserfarbe auf Japanpapier nur mit einer Handpresse gedruckt. Die Farbe dringt so tief in das Papier ein. Das Ergebnis ist fein und umweltfreundlich. Die Holzschnitte, die mittels dieser Technik gedruckt werden, wirken äußerst malerisch und ähneln eher Aquarellen. Die Künstlerin Masami Saito hat mehrere Jahre japanischen Holzschnitt studiert und hat schon viele Erfahrungen in diesem Bereich sowohl als Künstlerin

Ferienangebote

als auch als Dozentin für diese technisch und künstlerisch anspruchsvolle Drucktechnik. Die zweite Dozentin, Katharina Häfner, die den Kurs betreut, ist Spezialistin des hier üblichen Holzdruckes und hat in ihrem künstlerischem Schaffen schon unzählige Holzschnitte in allen Größen gestaltet.

25-F9050

Mo - Fr, 06.10.2025 - 10.10.2025,
10:00 - 13:45 Uhr, 5 Tage | 25 UStd. | 80,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
VHS
Masami Saito

Lernen leicht gemacht: Effiziente Lerntechniken für gute Noten und nachhaltigen Erfolg

Hast Du genug davon, stundenlang zu pauken, nur um das Gelernte schnell wieder zu vergessen? In der Schule wird zwar viel Wissen vermittelt, aber selten gezeigt, wie man richtig lernt. In diesem Ferienkurs zeigen wir Dir, wie Du mit cleveren, gehirngerechten Methoden nachhaltig und stressfrei lernen kannst. Egal, ob für die nächste Klassenarbeit, das Abitur oder das Studium – wir vermitteln Dir praktische Techniken, die das Lernen effizienter und spaßiger machen. Zusammen finden wir Deine individuelle Lerntechnik, mit der Du deine Ziele leichter erreichen kannst. Dieser Kurs ist ideal für alle Schüler ab Klasse 10, die ihre Lernstrategie optimieren und mit weniger Aufwand mehr erreichen wollen.

25-F8915

Fr, 10.10.2025, 09:00 - 16:00 Uhr | 8 UStd. | 25,60 Euro,
VHS
Edwin Eobaldt

Mathe Knobel-Kniffelkurs

In diesem Kurs löst ihr Aufgaben rund um das Thema Mathematik. Freude am Rechnen und Knobeln soll vermittelt und euer Wissen und Geschick beim Lösen problemhafter Aufgaben herausgefordert werden. Der Kurs ist für Kinder von 8 bis 10 Jahre geeignet.

25-F8001

Mo - Mi, 13.10.2025 - 15.10.2025,
08:00 - 10:30 Uhr, 3 Tage | 9 UStd. | 28,80 Euro,
VHS
Christin Kettner

Aquarell - Abstraktion & Realität - Ein Kurs für Kinder und Jugendliche

Innerhalb dieses Kurses werden die TeilnehmerInnen an die Kunst der Vorstellung und der Abstraktionswiedergabe herangeführt. Im Mittelpunkt steht die spielerische Anwendung der Farbe als Material. Es werden die Grundtechniken der Aquarellmalerei und deren experimentelle Anwendungsmöglichkeiten vermittelt. Die Motivwahl wird anhand einiger szenischer Atelierstudien vor Ort entwickelt. Es bietet sich auch die Gelegenheit in der Landschaft oder in der Stadt zu malen. Ziel ist die Erschaffung einer eigenen Werkserie mit künstlerischem Potential. Es werden kleinere abstrakte und realistische Werke mittels der Aquarellmalerei angefertigt. Der Kursinhalt hat den Anspruch, die eigene Vorstellungskraft der TeilnehmerInnen zu fördern, um letztendlich mit äußerst wenigen Mitteln die eigene Kreativität anzuregen. Dabei werden die individuellen Qualitäten der TeilnehmerInnen besonders berücksichtigt.

25-F9054

Mo - Fr, 13.10.2025 - 17.10.2025,
10:00 - 13:45 Uhr, 5 Tage | 25 UStd. | 80,00 Euro, ermäßigt: 80,00 Euro,
Lernmittelgebühr: 20,00 Euro
VHS
Katja Hochstein

Holzbildhauerei ab 10 Jahre

Holz ist warm, gemasert, mal leicht und weich, mal hart und grob, safrangelb, nussbraun, dunkel... Holz ist einfach ein wunderbares Material, aus dem wunderbare Dinge gearbeitet werden können. Der Umgang verlangt jedoch, wie überall im Reich der Künste, ein gewisses Maß an Wissen über die Verarbeitung und die Eigenheiten des Rohstoffes. In diesem Kurs wird vermittelt, was man über das Material Holz und seine Eigenarten wissen sollte, was und wie mit Schnitzseisen, Schlegel & Co aus einem Stück abgelagertem und kantischem Holz geschaffen

werden kann. Gebrauchsgegenstände für den Alltag oder Skulpturen ... die Teilnehmenden bestimmen, was entstehen soll und werden in Ihrem Tun professionell begleitet.



Walfisch © Melanie Fieger

25-F9053

Mo - Fr, 13.10.2025 - 17.10.2025,
10:00 - 13:45 Uhr, 5 Tage | 25 UStd. |
80,00 Euro, Lernmittelgebühr: 18,00 Euro
Atelier unARTique Ariane Mees
Melanie Fieger

Animationsfilmkurs - Aufleben lassen! von 12 - 16 Jahre

Erwecke die eigenen Zeichnungen zum Leben! In diesem Kurs zeichnen, malen und collagieren wir eine Geschichte, die mit Hilfe von IPAD und Animationssoftware zum Leben erweckt wird. Gemeinsam erarbeiten wir eine eigene Geschichte und überlegen uns das Konzept der Umsetzung. Wir bauen Kulissen, Figuren, bewegliche Elemente, hauchen den entstandenen Filmen mit Audioeffekten und eingesprochenen Texten Leben ein. Es wird viel Raum zum Zeichnen, Gestalten und Experimentieren geben und einen Filmnachmittag mit Popcorn zum Abschluss!

25-F9052

Mo - Fr, 13.10.2025 - 17.10.2025,
10:00 - 13:45 Uhr, 5 Tage | 25 UStd. |
80,00 Euro, Lernmittelgebühr: 15,00 Euro
VHS
Marlen Mahrle

Kochwerkstatt - Ferienkurs

Bei der Menüplanung beginnend, über den Einkauf und die Zubereitung eines vollwertigen

Menüs lernen Schülerinnen und Schüler ab Klasse 5 mehr zum Thema gesunde Ernährung. Bitte beachten: Eine vollwertige Mittagsverpflegung erfolgt ausschließlich am letzten Tag!

25-F8984

Mo - Do, 13.10.2025 - 16.10.2025,
11:15 - 13:30 Uhr, 4 Tage | 12 UStd. |
38,40 Euro,
zzgl. 10 € Nebenkosten (bar im Kurs zu entrichten)
VHS - Lehrküche
Christin Kettner

Mathe Knobel-Kniffelkurs

In diesem Kurs löst ihr Aufgaben rund um das Thema Mathematik. Freude am Rechnen und Knobeln soll vermittelt und euer Wissen und Geschick beim Lösen problemhafter Aufgaben herausgefordert werden.

25-F8964

Mo - Mi, 13.10.2025 - 15.10.2025,
08:00 - 10:30 Uhr, 3 Tage | 9 UStd. | 28,80 Euro,
VHS
Christin Kettner

Schach in den Ferien

Der Kurs ist ein Treffpunkt für alle, die das Spiel Schach lernen möchten oder es bereits können und weiter ausbauen möchten. Schach fördert das analytische Denken, die Konzentration, Geduld und faires Verhalten. Und vor allem, es macht Spaß! Der Kurs ist für Kinder ab 7 Jahren geeignet.

25-F8963

Mo - Mi, 13.10.2025 - 15.10.2025,
09:30 - 11:45 Uhr, 3 Tage | 9 UStd. | 28,80 Euro,
VHS
Wolfgang Renner

Einstieg in die Bildbearbeitung mit der freien Software GIMP®

Was mit freier Software alles möglich ist, lernt ihr in diesem Kurs. Ihr bekommt die Grundlagen und Techniken der digitalen Bildbearbeitung vermittelt, die auch von professionellen Fotografen für umfangreiche Korrekturen sowie die ästhetische Bildgestaltung angewendet werden. Das Werkzeug der Wahl ist GIMP®, ein profes-

Ferienangebote

sionelles Bildbearbeitungsprogramm, das - im Unterschied zu Photoshop - als freie Software überall kostenfrei installiert und verwendet werden darf.

Folgende Themen werdet ihr u.a. im Kurs behandeln: Bilder zuschneiden, unterbelichtete Aufnahmen retten, Farben und Kontraste verbessern, verrauschte und unscharfe Bilder retten, aus einem Farbfoto ein schönes Schwarz-Weiß-Bild machen, Texte in Bilder einfügen, Malwerkzeuge einsetzen, Objekte freistellen und neu einfügen. Gekonnt wichtige Techniken lernen und kreative Bilder erzeugen. Viel ist möglich - probier dich aus!

Das solltest du mitbringen: Kenntnisse im Umgang mit dem Computer und mit Text sowie im Fotografieren (z.B. mit dem Handy).

Der Kurs für Kinder ab 14 Jahren geeignet.

25-F8922

Mo - Do, 13.10.2025 - 16.10.2025,
09:00 - 13:00 Uhr, 4 Tage | 20 UStd. |

64,00 Euro,

VHS

Boris Hajdukovic

Workshop Kreatives Schreiben



© Evgeny Atamanenko_123rf.com

Dieser Workshop ist für Kreative, die gerne schreiben und mehr darüber erfahren möchten, wie es gelingen kann, eigene Ideen zu entwickeln. Dabei geht es nicht nur um die Regeln des Schreibens, den Aufbau verschiedener Texte, Figuren und Dialoge, sondern auch um die Präsentation bei Poetry Slams und anderen Lesungen. Egal ob Gedichte, Kurzgeschichten oder Tagebucheinträge, die Liebe zum kreativen Schreiben steht im Mittelpunkt des Workshops. Der Dozent ist selbst aktiver Poetry Slammer und Autor, wodurch der Kurs mit LEA,

der Lesebühne Erfurter Autoren, oder Poetry Slams verbunden werden kann. Somit besteht die Möglichkeit, die entwickelten Werke auch vor Publikum zu präsentieren. Vorkenntnisse im kreativen Schreiben sind nicht notwendig. Der Kurs ist für Kinder ab 14 Jahren geeignet!

25-F8941

Mo - Fr, 20.10.2025 - 24.10.2025,
16:00 - 17:30 Uhr, 5 Tage | 10 UStd. | 32,00 Euro,
VHS

Andreas Budzier

Naturphänomene erleben

Wir sind zu jeder Zeit und überall von Naturphänomenen umgeben. Im Kurs wird das naturwissenschaftliche Verständnis durch die ausführliche Erklärung der Ursache- und Wirkungszusammenhänge geschärft.

Was ist der rote Zaubersaft und was kann er? Damit beschäftigen sich die Kinder am ersten Tag in der Volkshochschule Erfurt. Im Naturkundemuseum entdecken sie am zweiten Tag die geheime Welt der Achatschnecken.

Seit dabei! Erkundet, experimentiert, forscht und tüfelt gemeinsam!

Der Kurs ist für Kinder ab 10 Jahren geeignet.

25-F8972

Do, ab 23.10.2025, 10:00 - 12:15 Uhr, 2 Tage |
6 UStd. | 19,20 Euro,

Naturkundemuseum Erfurt

Karin Gutperlet



© 123rf.com



Beschwerdemanagement der vhs

Auch bei allen Bemühungen läuft nicht immer alles glatt.

Deshalb haben wir für Sie ein zentrales Beschwerdemanagement eingerichtet. Wenn Sie Wünsche an Ihre Kursleitung haben, sprechen Sie diese ruhig direkt an. Rückmeldungen von Teilnehmenden sind für jede Kursleitung wichtig.

Sie können sich mit Ihren Fragen, Wünschen und Vorschlägen aber auch direkt an das zentrale Beschwerdemanagement wenden.

Bitte nehmen Sie mit uns Kontakt auf. Sagen Sie uns, womit Sie unzufrieden sind oder wenn Ihnen etwas gut gefallen hat.

Egal was, egal wie: per Brief, E-Mail, Telefon oder in einem vertrauensvollen, persönlichen Gespräch mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Volkshochschule Erfurt.

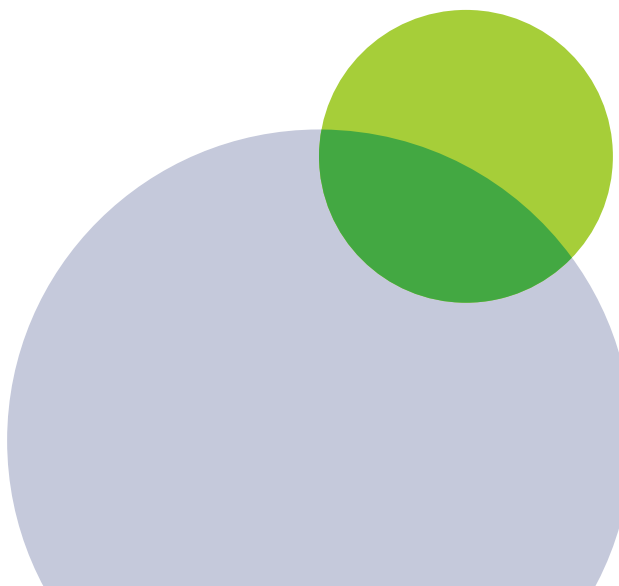
In jedem Fall sind wir bemüht, die Sachlage zügig zu klären und gemeinsam mit Ihnen eine gute und zufriedenstellende Lösung zu finden.

Ansprechpartnerinnen | Kontakt

Manuela Trommer
pädagogische Mitarbeiterin
Tel.: 0361 655-2971
E-Mail: manuela.trommer@erfurt.de

Franziska Röder
Sachbearbeiterin Verwaltung
Tel.: 0361 655-2957
E-Mail: franziska.roeder@erfurt.de

Sabrina Herrmann
Bereichsleiterin
Tel.: 0361 655-2965
E-Mail: sabrina.herrmann@erfurt.de



Die Volkshochschule Erfurt arbeitet nach der DSGVO, welche seit Mai 2018 Gültigkeit besitzt. Im Rahmen der Anmeldung zu Kursen und Veranstaltung erheben wir Ihre Daten. Was mit diesen Daten passiert, darüber informieren wir Sie auf dieser Seite. Ebenso erfahren Sie, was Sie tun müssen, wenn Sie Ihre Daten löschen oder ändern lassen möchten.

Datenschutzbestimmungen

1. Verantwortlichkeit für den Datenverarbeitung

Die Volkshochschule Erfurt, eine Einrichtung der Stadtverwaltung Erfurt, ist innerorganisatorisch für die Datenverarbeitung verantwortlich.

2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, Geburtsdatum) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z. B. für Kinder und Jugendliche, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein. Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer sowie Ihrer E-Mailadresse erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet. Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

3. Zwecke der Datenverarbeitung

Die Volkshochschule Erfurt erhebt Ihre personenbezogenen Daten, soweit das für folgende Zwecke erforderlich ist:

- Bearbeitung des Antrages auf Teilnahme am Unterricht
- Erhebung der Benutzungsgebühren für die Teilnahme am Unterricht
- Prüfung und Festsetzung der Ermäßigungstatbestände
- Erstattungen gem. § 7 Abs. 4 Gebührensatzung der Volkshochschule Erfurt
- Erstellen von Teilnahmebescheinigungen
- Betreibung im Mahn- und Vollstreckungsverfahren

4. Rechtsgrundlage der Datenverarbeitung

Die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten erfolgt auf der Grundlage von verschiedenen gesetzlich normierten Vorgaben, insbesondere:

- Thüringer Kommunalordnung (ThürKO)
- Thüringer Kommunalabgabengesetz (ThürKAG)
- DeuFöV
- AufenthG
- Gebührensatzung der Volkshochschule Erfurt
- Gebührensatzung der Schülerakademie und Malschule

5. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Eine Kontaktaufnahme durch den Kursleiter erfolgt nicht, die Geschäftsstelle oder der entsprechende Fachbereichsleiter informiert Sie über etwaige Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung.

Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein.

Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr, Telefonnummer und E-Mailadresse (sofern angegeben) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

6. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die VHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

7. Speicherdauer und Löschung

Die konkrete Speicherdauer kann zum jetzigen Zeitpunkt nicht angegeben werden. Daher werden die Daten so lange gespeichert, wie dies unter Beachtung gesetzlicher Aufbewahrungsfristen für die (jeweilige Aufgabenerfüllung beschreiben) erforderlich ist.

Sie haben das Recht, von dem Verantwortlichen zu verlangen, dass betreffende personenbezogene Daten unverzüglich gelöscht werden, sofern einer der in Art. 17 DSGVO im einzelnen aufgeführten Gründe zutrifft, z. B. wenn die Daten für die verfolgten Zwecke nicht mehr benötigt werden (Recht auf Löschung).

8. Ihre Rechte

Sie haben das Recht, von dem Verantwortlichen eine Bestätigung darüber zu verlangen, ob betreffende personenbezogene Daten verarbeitet werden; ist dies der Fall, so haben sie ein Recht auf Auskunft über diese personenbezogenen Daten und auf die in Art. 15 DSGVO im einzelnen aufgeführten Informationen.

Sie haben das Recht, von dem Verantwortlichen unverzüglich die Berichtigung betreffender unrichtiger personenbezogener Daten und ggf. die Vervollständigung unvollständiger personenbezogener Daten zu verlangen (Art. 16 DSGVO).

Sie haben das Recht, von dem Verantwortlichen die Einschränkung der Verarbeitung zu verlangen, wenn eine der in Art. 18 DSGVO aufgeführten Voraussetzungen gegeben ist, z. B. wenn die betroffene Person Widerspruch gegen die Verarbeitung eingelegt hat, für die Dauer der Prüfung durch den Verantwortlichen.

Sie haben das Recht, aus Gründen, die sich aus ihrer besonderen Situation ergeben, jederzeit gegen die Verarbeitung sie betreffender personenbezogener Daten Widerspruch einzulegen. Der Verantwortliche verarbeitet die personenbezogenen Daten dann grundsätzlich nicht mehr (Art. 21 DSGVO). Sie haben das Recht, die sie betreffenden personenbezogenen Daten in einem strukturierten, gängigen und maschinenlesebaren Format zu erhalten und diese Daten einem anderen Verantwortlichen zu übermitteln. (Art. 20 DSGVO). Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren. Die Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten lauten:

Postanschrift:

Datenschutzbeauftragter
Bereich Oberbürgermeister
Fischmarkt 1
99084 Erfurt

Kontakt:

Telefon 0361 655-1016
Fax 0361 655-1009
E-Mail datenschutzbeauftragter@erfurt.de

Leitbild



Identität und Auftrag

Die Volkshochschule Erfurt bietet als Teil der Stadtverwaltung und elementarer Bestandteil des öffentlichen kommunalen Lebens, auf Grundlage des Thüringer Erwachsenenbildungsgesetzes und der hauseigenen Satzung, ein breit gefächertes Angebot allgemeiner, politischer, sozialer und beruflicher Weiterbildung an. Dabei stellen wir uns den aktuellen und globalen Herausforderungen und deren Auswirkung auf das Leben in und um Erfurt, wie z. B. der Inklusion, der Digitalisierung und BNE. Die Volkshochschule Erfurt versteht sich als Partner in der lokalen Bildungslandschaft und ist Teil von verschiedenen Netzwerken und Gremien, um gesamtgesellschaftliche Aufgaben nachhaltig zu gestalten. Die Volkshochschule Erfurt trägt durch ihre Arbeit dazu bei, Bildungsdefizite abzubauen und die Chancengleichheit unter den Menschen zu verbessern. Als Stätte der Begegnung fördern wir das interkulturelle Verständnis und soziale Kontakte. Die Volkshochschule Erfurt gibt Raum zur gesellschaftlichen Orientierung, zu personaler Selbstverwirklichung, zum schulischen Anschlusslernen und beruflichen Qualifizierung – mit Blick auf die Anforderungen des Ausbildungs- und Arbeitsmarktes.

Werte

Die Volkshochschule Erfurt arbeitet unparteiisch sowie weltanschaulich neutral und ist den in der Verfassung der BRD verankerten demokratischen Grundwerten verpflichtet. Gerechtigkeit, Demokratie, Solidarität, Integration, Inklusion, Respekt, Toleranz und Chancengleichheit sind wesentliche Werte und bilden die Pfeiler einer nachhaltigen, an den Zielen der AGENDA 2030 orientierten Bildungsarbeit.

Kund/-innen

Unser Bildungsangebot steht allen Interessierten offen. Die Volkshochschule Erfurt entwickelt ein an den aktuellen Anforderungen der Gesellschaft und des Arbeitsmarktes orientiertes Angebot. Auf Nachfrage, kann dieses individuell und an die Teilnehmenden und Auftraggeber angepasst und flexibel erweitert werden.

Die Integration der Schülerakademie Erfurt und der Erfurter Malschule erweitert den Teilnehmendenkreis um die Gruppe der Kinder und Jugendlichen.

Allgemeine Ziele LQW

Unser Ziel ist es, den Teilnehmenden gelungenes Lernen entlang des Lebenslaufs zu ermöglichen. Dies erreichen wir durch eine kompetente und individuelle Beratung sowie die Unterbreitung eines vielfältigen, qualitativ hochwertigen und sozial verträglichen Bildungsangebots, welches sich an den Interessen der Bürgerinnen und Bürger orientiert. Die Zufriedenheit unserer Teilnehmenden und Dozierenden steht dabei im Mittelpunkt.

Als lernende Organisation ist es unser Ziel, die Leistungen und Qualitätsstandards evaluationsbasiert auszubauen und weiterzuentwickeln. Mit dem Ziel einer gelungenen Arbeitsmarktintegration werden die aktuellen Anforderungen des Arbeitsmarktes berücksichtigt.

Ausrichtung des Leitbildes am Ausbildungs- und Arbeitsmarkt

Integrationskurse, Schulabschlusskurse, Kurse nach dem Bildungsfreistellungsgesetz, Firmenkurse und berufliche Weiterbildungsangebote schaffen die Voraussetzungen für eine nachhaltige und andauernde Integration in den Ausbildungs- und Arbeitsmarkt und eine Stabilisierung der Beschäftigungssituation. Die Volkshochschule Erfurt fördert die gesellschaftliche, berufliche und sprachliche Integration von Menschen mit unterschiedlichen Bildungshintergründen. Wir verstehen uns als Dienstleister und Auftragnehmer und richten unser Angebotsprofil nach den Erfordernissen des Ausbildungs- und Arbeitsmarktes aus.

Fähigkeiten

Die bildungspolitischen Anforderungen des Landes und die soziokulturellen Besonderheiten Erfurts und der Umgebung sind durch die gute Einbindung der Volkshochschule Erfurt in die sozialräumliche Entwicklung der Stadt bekannt. So kann mit dem Kursangebot flexibel, schnell und fachkompetent auf globale, überregionale und lokale Veränderungen und gesellschaftliche Anforderungen reagiert werden. Die haupt- und nebenamtlichen Mitarbeitenden verfügen über ausgeprägte fachliche und soziale Expertise und sind damit gemäß dem Leitsatz „*Wir sind für Sie da.*“ kompetente Ansprechpartner und Ansprechpartnerinnen. Die Planung des Kursangebotes, die Akquise von Dozierenden und die Beratung der Teilnehmenden erfolgt individuell und professionell.

Angemessene Rahmenbedingungen für die Tätigkeiten der Dozierenden sowie deren Betreuung und Qualifizierung zur Erfüllung der Bildungsaufgaben sind Grundlage unserer Bildungsarbeit.

Leistungen

Neben einem breit gefächerten, inhaltlich differenzierten und bedarfsgerechten Veranstaltungsprogramm bieten wir maßgeschneiderte Bildungsangebote in unterschiedlichen Veranstaltungsformaten an, welche kontinuierlich hinsichtlich der Inhalte und der Lehr- und Lernmethoden weiterentwickelt werden. Wir bieten individuelle Fach- und Lernwegberatungen sowie qualitativ hochwertig Lehr-Lern-Prozesse. Das jährlich erscheinende Programmheft und die Internetpräsenz informieren ausführlich über Kursinhalte, Zeitumfang und Gebühren und werden durch Anzeigen, Zeitungsankündigungen, themenbezogene Broschüren und Flyer ergänzt. Eine gute Öffentlichkeitsarbeit, kompetente und kundenorientierte Weiterbildungsberatung sowie kundenfreundliche Anmeldemöglichkeiten erleichtern den Teilnehmenden den Zugang.

Ressourcen

Der Volkshochschule Erfurt stehen finanzielle, räumliche und personelle Ressourcen zur Verfügung. Die Verwaltungs- und Unterrichtsräume im Haupthaus in zentraler Lage, die Außenstellen der Volkshochschule sowie durch Mietverträge gebundene Örtlichkeiten erleichtern den Teilnehmenden den flächendeckenden Zugang zu den Bildungsveranstaltungen. Die gut ausgestatteten Räumlichkeiten Die Zusammenarbeit mit Kooperationspartnern und die aktive Mitarbeit in regionalen und überregionalen Netzwerken unterstützen die bedarfsgerechte Fortentwicklung des Programmangebotes.

Definition gelungenes Lernen

Gelungenes Lernen ermöglicht es den Lernenden ihre eigene Lernhaltung zu reflektieren, ihren Weiterbildungserfolg zu erkennen, neue Orientierungsmöglichkeiten individuell zu nutzen, um das erworbene Wissen und die gewonnenen Fähigkeiten nachhaltig in ihr berufliches und soziales Umfeld einzubringen. Die Weiterentwicklung der Persönlichkeit sowie der eigenen Urteils- und Entscheidungsfähigkeit, die Auseinandersetzung mit verschiedenen Positionen und Haltungen und der flexible Umgang mit individuellen, beruflichen und gesellschaftlichen Veränderungen sind Indikatoren für gelungene Lernprozesse. Die Entfaltung der eigenen Kreativität und die Neugier auf bisher Unbekanntes zeigen ebenfalls den Erfolg eines gelungenen Lernens. Die Freude am Lernen in der Gemeinschaft soll zum lebenslangen Lernen anregen. Wir fördern den Lernprozess durch geeignete Rahmenbedingungen, wie qualifiziertes Personal und modern ausgestattete Räume sowie den Einsatz vielfältiger Methoden und Instrumente, die auf die Bedarfe der Lernenden ausgerichtet sind. Es ist die Aufgabe der Volkshochschule, gelungenes Lernen zu ermöglichen, damit die Teilnehmenden einen Platz in der sich wandelnden Gesellschaft und im Arbeitsmarkt finden.



„Wie entstand eigentlich das Titelbild für das Jahresprogramm 2025?“

FUTURE SKILLS – so lautet das Schwerpunktthema des Deutschen Volkshochschulverbandes für das Jahr 2025 für alle Volkshochschulen. Unsere fünf Praktikantinnen aus der Erfurter Malschule der VHS, Yevheniia Illarionova, Darina Dutchak, Amelie Lukas, Charly Fiedler und Helena Pirnbaum, haben sich in ihrem einwöchigem Schülerpraktikum mit diesem Thema auseinandergesetzt. Welche Zukunftskonzepte erscheinen für unser Leben wichtig? In Begleitung mit Andreas Jäckel, dem Leiter der Erfurter Malschule, ist das Titelbild zum neuen Jahresprogramm entstanden und macht neugierig auf das, was unsere Zukunft für uns bereit hält.

#zukunftsor_vhs – Kompetenzen für morgen

Herausgeber

Landeshauptstadt Erfurt
Stadtverwaltung

Redaktion

Volkshochschule Erfurt
Schottenstraße 7 | 99084 Erfurt

Satz und Druckvorstufe
Bereich Oberbürgermeister
Abteilung Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Internet: www.erfurt.de/vhs

Fotos: via www.123rf.com | Deutscher Volkshochschulverband via GettyImages 1919231963 | Fotos und Grafiken via www.canva.com
Fotos: Grit Kästner, Stadtverwaltung Erfurt
Grafiken: Andreas Jäckel, Stadtverwaltung Erfurt

Redaktionsschluss: November 2024

Malschulfamiliientag

10. Mai 2025 | 15 bis 18:00 Uhr



Grafik: Andreas Jäckel

Das Team der Volkshochschule und die Künstler im Engagement der Erfurter Malschule laden gemeinsam mit ihren Partnern zum

BUNTEN NACHMITTAG

für die ganze Familie ein. Wir präsentieren im Haus und Hof der Volkshochschule unsere Arbeiten mit zahlreichen Kreativ- und Mitmachangeboten. Wir laden herzlich ein!

SCHNUPPER SAMSTAG

15. Februar 2025

10:00 bis 18:00 Uhr

**Wir bitten um
Vor Anmeldung!**

vhs
Volkshochschule
Erfurt

