

VHS

VOLKSHOCHSCHULE
ADULT EDUCATION CENTER
UNIVERSITÉ POPULAIRE
POTSDAM

Bildung bewegt!



VHS

**BILDUNGSFORUM
POTSDAM**

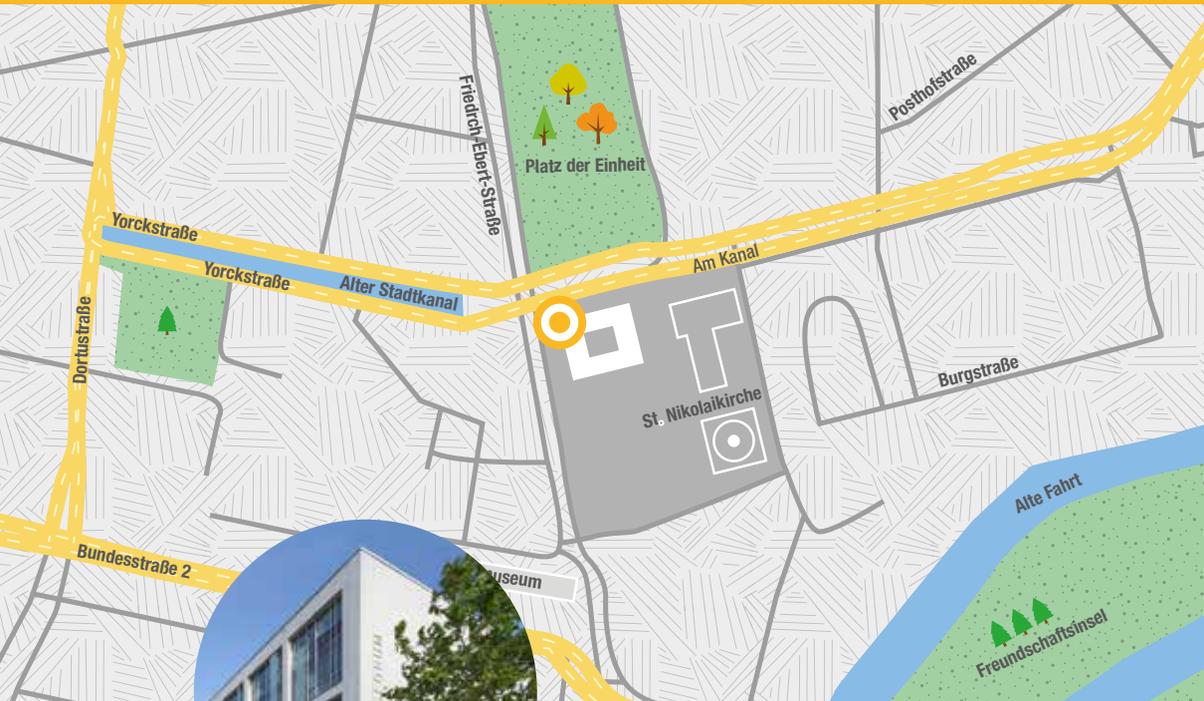
21 | 22



Anreise

Die Möglichkeit persönlicher Beratungen und Anmeldungen ist von der jeweiligen Pandemielage abhängig.

Bitte nehmen Sie telefonisch oder per Mail Kontakt zu uns auf bzw. informieren sich unter [vhs.potsdam.de](https://www.vhs.potsdam.de) über unsere Öffnungszeiten.



Volkshochschule im Bildungsforum Potsdam

Am Kanal 47, 14467 Potsdam
Tel.: 0331 289-4566 / 4569
Fax: 0331 289-4575

vhsinfo@rathaus.potsdam.de
[vhs.potsdam.de](https://www.vhs.potsdam.de)



Wir empfehlen die Anreise mit dem Fahrrad und mit öffentlichen Verkehrsmitteln

ANREISE MIT ÖPNV

Bitte nutzen Sie für Ihre Anreise mit der Tram (Linie 93, 94, und 99) die Haltestelle Platz der Einheit/Bildungsforum, mit Bussen und den Tram-Linien 91, 92, und 96, nutzen Sie am besten die zentrale Haltestelle Platz der Einheit/West. Sie ist nur 100 Meter vom Bildungsforum entfernt.

ANREISE MIT DEM AUTO

über die A115: Ausfahrt Potsdam Babelsberg Richtung Potsdam Zentrum, Nuthestraße, Berliner Straße, Am Kanal (es sind nur kostenpflichtige Parkplätze vorhanden)



Liebe Potsdamerinnen und Potsdamer,

willkommen im neuen VHS-Jahr, für das wir das Motto **„Bildung bewegt“** gewählt haben!

Im vergangenen Jahr waren wir sehr beweglich, um Ihnen trotz der Pandemie attraktive Angebote machen zu können: Viele Kurse fanden online statt, manche wechselten wieder in den Präsenzunterricht, andere blieben beim Online-Format – wir waren für alles offen.

Unsere erfolgreichen Online-Vorträge aus der Reihe „vhs.wissen live“ werden auch künftig unser Programm bereichern. Kostenlos können Sie von überall aus neue Erkenntnisse gewinnen und Diskussionen aus Wissenschaft, Kultur und Politik folgen. Probieren Sie es gern aus.

„Bildung bewegt“ drückt hervorragend aus, was wir als Volkshochschule erreichen möchten. Denn was wären wir ohne Denkanstöße, ohne den ständigen Zuwachs an Wissen, ohne die Möglichkeit, uns weiterzuentwickeln? Wir sind davon überzeugt, dass unsere Gesellschaft ohne Bildung zum Stillstand verurteilt ist. Mit unserem neuen Programm laden wir Sie dazu ein, sich zu bewegen – sowohl geistig als auch körperlich.

Wir haben für Sie ein umfang- und abwechslungsreiches Programm aus Kursen, Vorträge, Workshops und Ausstellungen zusammengestellt. Ob eine neue Sprache, wertvolle Kompetenzen für den Beruf, mehr Bewegung und Entspannung, die Förderung Ihrer Kreativität oder fundiertes Fachwissen aus Philosophie, Kunstgeschichte, Medizin oder Naturschutz – in der Volkshochschule Potsdam werden Sie fündig. Gemeinsam mit dem Filmmuseum werden wir viele schöne Filme im Original zeigen, sodass Sie ihre Fremdsprachenkenntnisse anwenden und ausbauen können. Weiter im Programm sind natürlich auch unsere Grundbildungsangebote und kostenlosen Lerncafés für alle Erwachsenen, die Versäumtes nachholen möchten.

Unser Schwerpunkt bleibt auf den Angeboten vor Ort, denn das vergangene Jahr hat uns deutlich vor Augen geführt, was wir an der VHS so lieben: das Miteinander und den persönlichen Austausch mit Ihnen, der oft zu interessanten Diskussionen führt – das ist gelebte Demokratie.

Wir freuen uns auf Ihr Interesse, Ihr Engagement und Ihre Anregungen.
Seien Sie wieder (oder erstmals) dabei – wir freuen uns auf Sie!



Noosha Aubel
Beigeordnete für Bildung, Kultur,
Jugend und Sport



Dr. Myrtan Xhyra
Direktor der Volkshochschule



Leitbild der Volkshochschule im Bildungsforum

Wer wir sind

Die Volkshochschule im Bildungsforum (VHS) ist das kommunale Weiterbildungszentrum der Landeshauptstadt Potsdam. Als modernes und lebendiges Haus der Erwachsenenbildung und Begegnung haben wir uns einen festen Platz in der Stadt erobert. Die rechtliche Grundlage für unsere Arbeit ist das Brandenburgische Weiterbildungsgesetz.

Das VHS-Team ist kompetent, engagiert und offen. Unsere Kursleiterinnen und Kursleiter sind fachlich qualifiziert, hochmotiviert und haben Freude am Lehren. Teamgeist, Aufgeschlossenheit, Verantwortungsbewusstsein, gegenseitigen Respekt, Professionalität und Qualität – all das finden Sie unter unserem Dach. Unsere Arbeit finanziert sich aus Zuwendungen der Stadt Potsdam, des Landes Brandenburg, aus Teilnehmerentgelten sowie aus eingeworbenen Drittmitteln.

Bildung für alle

1919 wurden in ganz Deutschland viele Volkshochschulen gegründet. Auch die VHS Potsdam blickt auf eine 100jährige Geschichte zurück. Vieles hat sich in den vergangenen Jahrzehnten verändert, aber der Auftrag ist gleichgeblieben: Bildung für alle!

Mit unserem Angebot möchten wir jede und jeden ansprechen – unabhängig von Alter, Bildungsstand, Herkunft oder Nationalität. Wir sorgen dafür, dass für alle etwas Passendes dabei ist und sind offen für Ihre Wünsche und Anregungen. Aktuelle gesellschaftliche, kulturelle, soziale und wirtschaftliche Themen greifen wir immer gern auf. Wir unterstützen Menschen auch dabei, (wieder) einen Zugang zur Arbeitswelt zu finden. In Kursen und offenen, kostenlosen Lerncafés an der VHS und in einzelnen Wohngebieten helfen wir allen, die Defizite im Lesen, Schreiben oder Rechnen haben, erste Schritte am PC erlernen oder ihre Deutschkenntnisse verbessern möchten. Übrigens ist unser Angebot nicht nur für Potsdamer Bürgerinnen und Bürger, sondern auch für Interessierte aus dem Umland und aus Berlin geöffnet. Und: Wir bieten auch Fortbildungen für Kursleitende und Firmen an.



Unser Angebot

Wir bieten einen methodisch differenzierten und abwechslungsreichen Unterricht in angenehmer Lernatmosphäre an. Hinzu kommen Vorträge, Exkursionen, Workshops und Ausstellungen zu ganz unterschiedlichen Themen. Unser Angebot umfasst die Bereiche Mensch & Gesellschaft, Kultur und Gestalten, Gesundheit, Sprachen, Beruf und Computer sowie Deutsch als Fremdsprache und Integration. Im Bereich Grundbildung bieten wir kostenlose Kurse im Lesen, Schreiben und Rechnen an.

Wer zu uns in die VHS kommt, kann seine Chancen auf dem Arbeitsmarkt, den wir zwecks Bedarfsermittlung stetig beobachten, verbessern. Wir bieten viele Kurse an, in denen die Teilnehmenden Qualifikationen und Kompetenzen erwerben, die ihnen den beruflichen (Wieder-)Einstieg erleichtern. In vielen Kursen erhalten Sie nach (erfolgreicher) Prüfung bundesweit anerkannte Abschlüsse und Zertifikate, die Sie etwa für Bewerbungen nutzen können.

Für Migrantinnen und Migranten bieten wir als zugelassener Träger des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge nicht nur Integrationskurse, sondern auch berufsbezogene Deutschkurse an.

Die aktive Mitarbeit im Regionalen Weiterbildungsbeirat der Stadt Potsdam sowie die Kooperation mit verschiedenen Organisationen und Einrichtungen bereichern unser vielfältiges Angebot. Wir gehen auch auf Bildungswünsche privater und öffentlicher Auftraggeber ein und setzen diese in maßgeschneiderte Bildungsangebote um.

Unsere Vision

Volkshochschule – das klingt für manche ganz schön altmodisch, ist es aber nicht! Wir haben einen Traum und glauben ganz fest daran, diesen durch mehr Bildung verwirklichen zu können. Gesellschaftliche Entwicklungen und Herausforderungen geben uns als VHS immer wieder Anlass, darüber nachzudenken, was wir wie bewirken wollen und können. Unsere Überzeugung war und ist: Bildung ist der Schlüssel zu (fast) allem.

Meinungsvielfalt und Toleranz

Überparteilichkeit, Meinungsvielfalt, Toleranz und Integration sind uns überaus wichtig. Wir sind der festen Überzeugung, dass sie Grundvoraussetzungen für eine friedliche Gesellschaft sind. Dazu möchten wir mit unserer täglichen Arbeit beitragen. Wer lernt, erweitert den eigenen Horizont, ist offen für Veränderungen im Denken und Handeln und gewinnt an Lebensqualität. Wer zu uns in die Volkshochschule kommt, lernt viele unterschiedliche Menschen kennen. Das freut uns, denn die VHS will das Stadtleben bereichern und dazu beitragen, dass Potsdam eine bunte und tolerante Stadt bleibt.



Inhalt

» Leitbild	2
» Kontakt	6
» Ausstellungen	8
» Anmeldung	10
» Junge VHS	11
» Vorträge im Live-Stream	14
» Bildungsfreistellung	16
» Kinofilme im Original	20
» Entgeltordnung	268
» Impressum	270
» Anmeldebogen	271



Mensch und Gesellschaft

» Politik und Zeitgeschehen	24
» (Zeit-)Geschichte	29
» Brandenburg und Potsdam	32
» Klima, Umwelt, Natur	36
» Kommunikation, Medien	38
» Philosophie	41
» Familie	42
» Psychologie	44
» Steuer, Finanzen, Versicherungen	46
» Recht, Verbraucherfragen	48
» Junge VHS	50



Kultur und Gestalten

» Literatur	54
» Kunst-/Kulturgeschichte	56
» Malen, Zeichnen und Drucken	64
» Formen und Gestalten	76
» Fotografie	80
» Junge VHS	83



Gesundheit

» Stressbewältigung, Entspannung, sanfte Bewegung	88
» Gesundheitssport für Ältere	99
» Bewegung, Fitness, Gesundheitsgymnastik	104
» Gesundheit und Psyche, Gesundheitspflege	109
» Ernährung	118
» Junge VHS	120



Sprachen

» Englisch	130
» Französisch	153
» Italienisch	159
» Spanisch	168
» Portugiesisch	180
» Polnisch	182
» Russisch	185
» Schwedisch	190
» Arabisch	193
» Japanisch	195
» Weitere Sprachen	197
» Sprachen für Studierende	198
» Junge VHS	201



Beruf und Computer

» Gästeführerlehrgang	209
» Berufliche Orientierung	212
» Kommunikation, Softskills	214
» Sprache im Beruf	218
» Smartphone	223
» EDV-Grundlagen	225
» Office-Anwendungen	228
» Linux	231
» Web-Design und Marketing	232
» Bildbearbeitung	233
» Junge VHS	235



Deutsch als Fremdsprache und Integration

» Integrations- und Berufssprachkurse	240
» Berufssprachkurse/Deutschkurse (A1-C1)	241
» Integrationskurse	250
» Deutsch-Test und Zertifikate	255
» Lernwerkstatt Deutsch	256



Grundbildung

» Grundbildungskurse	260
» GRUBISO	263
» Grundbildungszentrum	266



Verwaltungsbereiche

Leitung

Dr. Myrta Xhyra
0331 289-4561
myrta.xhyra@
rathaus.potsdam.de

Öffentlichkeitsarbeit

Maren Herbst
0331 289-4571
maren.herbst@
rathaus.potsdam.de

Stellv. Leitung

Dr. Ulrike Hasemann-Friedrich
0331 289-4562
ulrike.hasemann-friedrich@
rathaus.potsdam.de

Qualitätsbeauftragte

Anja Hendel
0331 289-4564
anja.hendel@
rathaus.potsdam.de

Sekretariat

Melanie Ferslev-Richter
0331 289-4578
melanie.ferslev@
rathaus.potsdam.de

Fachverfahrenskoordination

Matthias Ristow
0331 289-4565
matthias.ristow@
rathaus.potsdam.de

Projekte

Grundbildungszentrum - Leitung

Nicole Hagemann
0331 289-4574
nicole.hagemann@
rathaus.potsdam.de

Grundbildungszentrum - Projektassistenz

Kathrin Giersch
0331 289-4574
kathrin.giersch
@rathaus.potsdam.de

GRUBISO – Leitung

Maria Schulze
0331 289-6285
maria.schulze@
rathaus.potsdam.de

GRUBISO – Projektassistenz

Cindy Legler
0331 289-6287
cindy.legler@
rathaus.potsdam.de

Anmeldung

Sabine Kammin
0331 289-4569
sabine.kammin@
rathaus.potsdam.de

Karin Domke
0331 289-4566
karin.domke@
rathaus.potsdam.de

Finanzen

Controlling

Elke Schleue
0331 289-4560
elke.schleue@
rathaus.potsdam.de

Rechnungswesen

Stefanie Rom
0331 289-4573
stefanie.rom@
rathaus.potsdam.de



Mensch und Gesellschaft

Dr. Ulrike Hasemann-Friedrich
0331 289-4562
ulrike.hasemann-friedrich@
rathaus.potsdam.de

Maren Herbst
0331 289-4571
maren.herbst@
rathaus.potsdam.de

Melanie Ferslev-Richter
0331 289-4578
melanie.ferslev@
rathaus.potsdam.de

Kultur und Gestalten

Manuela Peglow
0331 289-4563
manuela.peglow@
rathaus.potsdam.de

Sabine Kammin
0331 289-4569
sabine.kammin@
rathaus.potsdam.de

Sprachen

Dr. Ulrike Hasemann-Friedrich
0331 289-4562
ulrike.hasemann-friedrich@
rathaus.potsdam.de

Karin Domke
0331 289-4566
karin.domke@
rathaus.potsdam.de

Gesundheit

Manuela Peglow
0331 289-4563
manuela.peglow@
rathaus.potsdam.de

Sabine Kammin
0331 289-4569
sabine.kammin@
rathaus.potsdam.de

Deutsch als Fremdsprache / Integration

Anja Hendel
0331 289-4564
anja.hendel@
rathaus.potsdam.de

Heike Dörder
0331 289-4577
heike.doerder@
rathaus.potsdam.de

N.N.
0331 289-4576
vhs-deutschkurse
@rathaus.potsdam.de

Beruf und Computer

Dr. Myrtan Xhyra
0331 289-4561
myrtan.xhyra@
rathaus.potsdam.de

Matthias Ristow
0331 289-4565
matthias.ristow@
rathaus.potsdam.de

Melanie Ferslev-Richter
0331 289-4578
melanie.ferslev@
rathaus.potsdam.de

Grundbildung

Nicole Hagemann
0331 289-4574
nicole.hagemann@
rathaus.potsdam.de

Kathrin Giersch
0331 289-4574
kathrin.giersch
@rathaus.potsdam.de

Maria Schulze
0331 289-6285
maria.schulze@
rathaus.potsdam.de

Cindy Legler
0331 289-4588
cindy.legler@
rathaus.potsdam.de



Ausstellungen

„Potsdam zur Blauen Stunde“

Vom 6. September bis 5. November 2021

ARCHITEKTUR-FOTOGRAFIE AUS KURSEN DER VHS

Die Stunde vor Sonnenaufgang und die Stunde nach Sonnenuntergang bieten in unseren Breiten ganz besonders schöne Lichtverhältnisse. Diese nutzten auch die Teilnehmenden unseres Fotokurses „Potsdam zur Blauen Stunde“, der seit 2019 regelmäßig von unserem Kursleiter Bernd Kröger angeboten wird. Wir freuen uns, Ihnen neue fotografische Eindrücke aus Potsdam zeigen zu können. Lassen Sie sich von den stimmungsvollen Aufnahmen und neuen Perspektiven auf die Stadt überraschen, die in mehreren VHS-Kursen entstanden sind.

**Geführter Rundgang am 6. September 2021
um 17 Uhr**

„Naturschutz in Bergbaufolgelandschaften“

Vom 11. November 2021 bis 21. Januar 2022

ARTENVIELFALT AM RANDE DES SPREEWALDES

Die vom jahrzehntelangen Braunkohleabbau geprägte Landschaft im Süden Brandenburgs hat sich in einigen Teilen zu großartigen Naturparadiesen entwickelt. Nach der politischen Wende 1989 und der Stilllegung eines Großteils der Tagebaue erwarb die Heinz Sielmann Stiftung in der Nähe des Spreewaldes große Flächen, die heute mit ihren neuen Seen, Wäldern und Dünen Lebensraum für viele Arten bieten. Dazu gehören etwa Sandlaufkäfer, Kreiselwespen, Kreuzkröten, Zauneidechsen und Wiedehopfe, aber auch Feldhasen und Wölfe. Spektakulär wird es im Herbst, wenn tausende Kraniche und zehntausende nordische Gänse die Bergbauseen als Schlafplätze nutzen.

*Die Ausstellung ist eine Leihgabe der
Heinz Sielmann Stiftung.*

**Fachvortrag zur Ausstellung am 11. November
2021 um 18 Uhr (nur mit Anmeldung)**



„Von Blumen und Landschaften“

Vom 20. November bis 15. Januar 2022

WERKE VON ANGELIKA WEILE

Angelika Weile leitet seit vielen Jahren in der VHS den Kurs „Malen wie Bob Ross“ und hat viele Teilnehmende für die besondere Nass-in-Nass-Ölmaltechnik des amerikanischen Malers begeistert. In dieser Ausstellung ist eine Auswahl ihrer eigenen Ölgemälde zu sehen, die sie im Laufe der Jahre kreiert hat. Es erwarten Sie eindrucksvolle Landschaften und schwungvolle Blumenbilder.

Eröffnung am 20. November 2022 um 11:30 Uhr



„Fremde im Land Brandenburg? Integration gestern und heute“

Vom 25. April bis 30. Juni 2022

Diese Wanderausstellung der Europa-Union Brandenburg, gefördert von der Landeszentrale für politische Bildung, gibt einen Überblick über historisch-europäische Wurzeln in Brandenburg. In den letzten Jahrhunderten suchten viele Tausend Flamen, Holländer, Hugenotten aus Frankreich, Juden, Niederländer, Schweizer, Böhmen, Russen und Polen in Brandenburg eine neue Heimat. Auch in früheren Zeiten war Integration keine leichte Aufgabe und brauchte Zeit. Dargestellt wird u.a. die bis ins 6. Jahrhundert hineinreichende Geschichte der Sorben, deren Integration kein „Selbstläufer“ war.

Fachvortrag zur Ausstellung am 13. Mai 2022 um 17:30 Uhr (nur mit Anmeldung)



„Träumereien aus Syrakus und Umgebung“

Vom 28. Januar bis 10. April 2022

EINDRÜCKE DER VHS-MALREISE NACH SIZILIEN

Syrakus ist einer der malerischsten und geschichtsträchtigen Orte der Welt. Spuren der Antike vermischt mit südlich-italienischem Flair geben der Stadt einen ganz besonderen Reiz. Syrakus ist ungewöhnlich reich an Motiven: barocke Kirchen, griechische Tempel, felsige Ufer, Boote im Hafen und eine ungeheure Vielzahl an Details. Die Teilnehmenden unserer Malreise nach Sizilien stellen ihre Malereien und Zeichnungen aus, zu denen sie ihr Aufenthalt in Syrakus sowie die Ausflüge in Traumorte der Umgebung inspiriert haben. Träumen Sie mit!

Eröffnung am 28. Januar 2022 um 17 Uhr



Anmeldung

Sie haben sich für einen (oder mehrere) unserer Kurse entschieden? Das freut uns!

Wie melde ich mich an?

Online: potsdam.vhs.de
per E-Mail: vhsinfo@rathaus.potsdam.de
per Fax: 0331 289-4575

Sie können sich auch gern persönlich anmelden!

Bitte beachten Sie, dass die Möglichkeit der persönlichen Anmeldung von der jeweiligen Pandemielage abhängig ist. Bitte informieren Sie sich vorab auf unserer Webseite.

Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigung und rechtzeitig vor Kursbeginn eine Rechnung, die Sie bitte per Überweisung begleichen.

Rückzieher?

Wenn Sie einen Kurs wider Erwarten doch nicht besuchen können, muss die Abmeldung auf jeden Fall schriftlich und spätestens 5 Werktage vor Kursbeginn erfolgen! Andernfalls muss das volle Kurs-Entgelt gezahlt werden..

Stornierung / Rücktritt

Der Rücktritt aus einem laufenden Kurs ist nur schriftlich und unter Vorlage der nötigen Belege möglich. Das Nichterscheinen im Kurs gilt nicht als Rücktritt. Auch mündliche Abmeldung oder Mails an die Kursleitung dürfen wir nicht akzeptieren.

Ermäßigungen

Senior*innen, Empfänger*innen von ALG I und II, Schüler*innen, Studierende, Auszubildende, Praktikant*innen und Au-pairs, Empfänger*innen von Grundsicherung oder Erwerbslosenrente sowie Asylbewerber*innen erhalten bei uns eine Ermäßigung.

Dafür müssen Sie uns einen entsprechenden Nachweis in Kopie vorlegen. Bitte beachten Sie, dass eine nachträgliche Ermäßigung nicht möglich ist.

Mit dem Kauf der VHS-Card erhalten Sie ebenfalls Ermäßigungen.

Sie haben Anregungen oder Kritik?

Dann sprechen Sie uns an! Sie erreichen uns mündlich, schriftlich oder per E-Mail unter vhsinfo@rathaus.potsdam.de

Entgeltordnung

Unsere Entgeltordnung finden Sie auf Seite 268 in diesem Heft und auf unserer Webseite vhs.potsdam.de.





● ● ● Junge VHS

Junge VHS? Das sind Kurse, die wir extra für Euch - Kinder und Jugendliche – anbieten und die bei uns in der Volkshochschule oder im Naturkundemuseum stattfinden.

Ihr könnt bei uns viel Interessantes entdecken und ausprobieren oder Euch auf wichtige Prüfungen vorbereiten. Schaut doch mal rein:

Kursnr.	Titel	Beginn	Seite
H21-2D210J	Fantastische Tierwesen und wo sie zu zeichnen sind	04.09.2021	84
H21-2D211J	Fantastische Tierwesen und wo sie zu zeichnen sind	02.10.2021	84
H21-2D212J	Fantastische Tierwesen und wo sie zu zeichnen sind	27.11.2021	84
H21-2D213J	Fantastische Tierwesen und wo sie zu zeichnen sind	04.12.2021	84
W22-2D214J	Fantastische Tierwesen und wo sie zu zeichnen sind	08.01.2022	84
W22-2D215J	Fantastische Tierwesen und wo sie zu zeichnen sind	26.02.2022	84
W22-2D216J	Fantastische Tierwesen und wo sie zu zeichnen sind	19.03.2022	84
W22-2D217J	Fantastische Tierwesen und wo sie zu zeichnen sind	02.04.2022	84
F22-2D218J	Fantastische Tierwesen und wo sie zu zeichnen sind	14.05.2022	84
F22-2D219J	Fantastische Tierwesen und wo sie zu zeichnen sind	25.06.2022	84



Kursnr.	Titel	Beginn	Seite
H21-2F005J	Nähen macht Spaß	27.10.2021	83
H21-2F006J	Nähen macht Spaß	12.10.2021	83
W22-2F005J	Nähen macht Spaß	09.02.2022	83
W22-2F006J	Nähen macht Spaß	19.04.2022	83
F22-2F005J	Nähen macht Spaß	27.04.2022	83
S22-2F006J	Nähen macht Spaß	12.07.2022	83
S22-2G018J	Hefte selbermachen	18.07.2022	85
S22-2G019J	Hefte selbermachen	18.07.2022	85
H21-3A200J	Yoga für Kinder und Jugendliche	26.10.2021	120
H21-3A201J	Yoga für Kinder und Jugendliche	26.10.2021	120
W22-3A200J	Yoga für Kinder und Jugendliche	11.01.2022	120
W22-3A201J	Yoga für Kinder und Jugendliche	11.01.2022	120
F22-3A200J	Yoga für Kinder und Jugendliche	26.04.2022	120
F22-3A201J	Yoga für Kinder und Jugendliche	26.04.2022	120
H21-3C105J	Selbstverteidigung für Mädchen	14.10.2021	121
S22-3C105J	Selbstverteidigung für Mädchen	14.07.2022	121



Endlich Ferien?

Unser Angebot an Ferienkursen wächst und wächst.
Aktuelle Infos: vhs.potsdam.de

Kursnr.	Titel	Beginn	Seite
H21-4Q103J	Mit den Augen besser hören - Gebärdensprache	09.09.2021	203
W22-4Q103J	Mit den Augen besser hören - Gebärdensprache	13.01.2022	203
F22-4Q103J	Mit den Augen besser hören - Gebärdensprache	28.04.2022	203
H21-4A165J	Fit für die Schule - Englisch A1	11.10.2021	201
W22-4A263J	Englisch für den MSA - Vorbereitung auf die mündliche Prüfung	20.01.2022	201
W22-4A265J	Englisch für den MSA - Vorbereitung auf die schriftliche Prüfung	11.04.2022	201
S22-4D165J	Spanisch in den Schulferien A1	11.07.2022	202
S22-4M117J	Japanisch nicht nur für Mangafans A1	18.07.2022	202
W22-4M117J	Japanisch nicht nur für Mangafans A1	11.04.2022	202
W22-4F361J	Zertifikat Polnisch B1/B2 - Vorbereitungskurs	19.02.2022	203
W22-4F363J	Zertifikat Polnisch B1/B2	26.02.2022	203
H21-5C205J	Bewirb Dich kreativ - Junge VHS	27.11.2021	236
W22-5D220J	10-Finger-System an zwei Vormittagen	01.02.2022	236
S22-5D220J	10-Finger-System an zwei Vormittagen	18.07.2022	236
W22-5C255J	Lampenfieber - Junge VHS	12.03.2022	236
H21-5D265J	Java für Anfänger*innen - Computerprogramme selbst schreiben	12.10.2021	237
H21-5D400J	Fit am PC - Einführung Ferienkurs (10-12 Jahre)	12.10.2021	237
H21-5D405J	Fit am PC - Excel & Word für die Schule - Ferienkurs (10-12 Jahre)	19.10.2021	237
H21-5D260J	Schülerreferate - erfolgreich mit PowerPoint	06.11.2021	237

Vorträge im Live-Stream

Auch in diesem Jahr haben wir für Sie viele spannende Vorträge hochkarätiger Wissenschaftler*innen und Fachleute zusammengestellt. Nutzen Sie die Gelegenheit, sich ganz bequem von zu Hause aus am Tablet, Smartphone oder PC aus mit vielen neuen Themen befassen.

Die Vorträge finden von 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr statt.

Die Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung

Das Angebot ist **kostenlos** und wird im Laufe des Programmjahres ständig erweitert (aktuelle Informationen dazu auf vhs.potsdam.de).

Bei Redaktionsschluss standen folgende Themen fest:

„Warum es kein islamisches Mittelalter gab. Das Erbe der Antike und des Orients“



Prof. Thomas Bauer, Universität
Münster
20.09.2021
(H21-1A903D)

„Das Risikoparadox – warum wir uns vor dem Falschen fürchten“



Prof. Ortwin Renn, IASS Potsdam
12.10.2021
(H21-1J001D)

„IT-Sicherheit – Herausforderungen für Wissenschaft und Gesellschaft“



Prof. Dr. Claudia Eckert, TU München
21.09.2021
(H21-5A001D)

„Unser Gesundheitssystem - fair und effizient“



Prof. Dr. Dr. Karl Lauterbach u. Prof.
Dr. Thomas Pogge, Yale University
19.10.2021
(H21-1D101D)

„Auf der Suche nach Eindeutigkeit. Wie die Flucht vor Ambiguität Gesellschaft und Kultur verändert“

Prof. Thomas Bauer, Universität Münster
22.09.2021
(H21-1D103D)

„Die Erziehung des Geschmacks. Eine unendliche Geschichte“



Prof. Dr. Ulrich Raulff, Institut für
Auslandsbeziehungen, Stuttgart
21.10.2021
(H21-1J903D)

„Die Realität des Risikos“



Prof. Dr. Julian Nida-Rümelin, LMU
München
27.09.2021
(H21-1C001D)

„Die Wiedererfindung der Nation. Warum wir sie fürchten und warum wir sie brauchen“



Prof. Aleida Assmann, u. Prof. Herfried Münkler,
Universitäten Konstanz/Berlin
29.10.2021
(H21-1D105D)

„Ein Elefant für den Papst. Die Entdeckung der neuen Welt und der Kurie in Rom“



Prof. Martin Zimmermann, LMU
München
01.10.2021
(H21-1A911D)



Live aus der VHS Potsdam

„Klimawandel und Klimapolitik“



Prof. Ottmar Edenhofer,
Potsdam-Institut für
Klimafolgenforschung,
02.12.2021
(H21-1G107D)

„Srebrenica 1993: ein europäisches Trauma“



Prof. Marie-Janine Calic, LMU
München
10.11.2021
(H21-1A905D)

„Adolph Menzels Kunst und Wirklichkeiten“



Dr. Joachim Kaak, Live aus der
Pinakothek München
11.11.2021
(H21-2C100D)

„Was ist Technik – und was ist der Mensch. Der Mensch im Spiegel der Technik“



Prof. Dr. Armin Grundwald, Universität
Karlsruhe
16.11.2021
(H21-1L901D)

„Femizide. Warum Männer Frauen töten und was wir dagegen tun müssen“



Margherita Bettoni,
Investigativjournalistin u. Autorin
25.11.2021
(H21-1A909D)

Die nötigen Zugangsdaten
erhalten Sie nach der
Anmeldung.

„Die resiliente Gesellschaft“



Prof. Markus Brunneimer, Princeton
University
09.12.2021
(H21-3C140D)

„Chinas große Umwälzung. Soziale Konflikte und Aufstieg im Weltsystem“



Prof. Felix Wemheuer, Universität Köln
10.12.2021
(H21-1D901D)

„Der Ursprung der Kooperation beim Menschen“



Prof. Felix Warneken, University of
Michigan
15.12.2021
(H21-1J905D)

„Malerfürst und barocke Üppigkeit – Peter Paul Rubens“



Dr. Mirjam Neumeister, Live aus der
Pinakothek München
16.12.2021
(H21-2C105D)

Schule in Zeiten von Corona - was kosten die Schulschließungen?



Dr. Katharina Werner, ifo Zentrum
München
20.12.2021
(H21-1D903D)



Bildungsfreistellung



Was ist Bildungsfreistellung?

Bildungsfreistellung oder Bildungsurlaub ist ein gesetzlicher Anspruch von Beschäftigten, um an einer anerkannten Veranstaltung der politischen, beruflichen oder kulturellen Weiterbildung teilzunehmen. Bildungsfreistellung eröffnet abhängig Beschäftigten einen Zeitraum, um sich weiterzubilden und damit neue Impulse für ihr Arbeits- und Alltagsleben zu bekommen.

Wer hat Anspruch?

Beschäftigte/Auszubildende, deren Arbeitsverhältnis seit mindestens 6 Monaten besteht. Nicht anspruchsberechtigt sind Beamt*innen, Soldat*innen und Richter*innen.

Dauer der Freistellung

10 Arbeitstage innerhalb zweier aufeinander folgender Kalenderjahre (laufendes und folgendes Jahr), d. h. je Kalenderjahr 5 Tage. Mit Zustimmung des Arbeitgebers besteht die Möglichkeit der Verblockung für berufliche Weiterbildung auf mehrere Jahre (Besuch 14-tägiges Seminar).

Kosten

Während der Bildungsfreistellung zahlt der/die Arbeitgeber*in den Lohn bzw. das Gehalt weiter. Arbeitnehmer*innen tragen die Kursgebühren, Ausgaben für Lehrmittel sowie die Kosten für Fahrten und Unterkunft.



KNr.	Titel	Beginn	Seite
Mensch und Gesellschaft			
W22-1A105B	Alte Texte lesen - Die Sütterlinschrift	11.02.22	31
F22-1A105B	Alte Texte lesen - Die Sütterlinschrift	03.06.22	31
Gesundheit			
H21-3A001B	Self-Care-Training - Besserer Umgang mit beruflichen Belastungen	05.10.21	88
H21-3A002B	Wege aus der Stressfalle - Stress ist relativ	01.11.21	88
W22-3A003B	Stressbewältigung durch Achtsamkeit	21.02.22	88
Sprachen			
H21-4A193B	Englisch für Wiedereinsteiger A1 - Intensivkurs	20.09.21	135
H21-4A393B	English B1 - Intensivkurs	25.10.21	135
H21-4A293B	Englisch A2/B1 - Intensivkurs	08.11.21	135
H21-4A195B	Englisch für Wiedereinsteiger A1 - Intensivkurs	22.11.21	135
H21-4A395B	English B1/B2 - Intensivkurs	06.12.21	150
H21-4A191B	Englisch Starter für Einsteiger A1 - Intensivkurs	13.12.21	134
W22-4A191B	Englisch Starter für Einsteiger A1 - Intensivkurs	14.03.22	134
W22-4A195B	Englisch für Wiedereinsteiger A1 - Intensivkurs	24.01.22	135
F22-4A195B	Englisch für Wiedereinsteiger A1 - Intensivkurs	25.04.22	135
F22-4A197B	Englisch für Wiedereinsteiger A1 - Intensivkurs	20.06.22	216
H21-4A291B	Englisch für Fortgeschrittene A2 - Intensivkurs	18.10.21	141
W22-4A297B	Everyday English Business Communication A2/B1 - Intensivkurs	28.03.22	142
W22-4A295B	Englisch kommunizieren in Büro und Alltag A2/B1	24.02.22	142
W22-4A393B	English B1 - Intensivkurs	28.02.22	149
W22-4A291B	Englisch für Fortgeschrittene A2 - Intensivkurs	21.02.22	141
F22-4A397B	Business Correspondence B1/B2 - Intensivkurs	02.05.22	150
F22-4A291B	Englisch für Fortgeschrittene A2 - Intensivkurs	16.05.22	141
F22-4A293B	Englisch A2/B1 - Intensivkurs	13.06.22	142
F22-4A295B	Englisch kommunizieren in Büro und Alltag A2/B1	23.06.22	142
S22-4A395B	English B1/B2 - Intensivkurs	11.07.22	150



Bildungsfreistellung

KNr.	Titel	Beginn	Seite
S22-4A291B	Englisch für Fortgeschrittene A2 - Intensivkurs	15.08.22	141
F22-4C193B	Italienisch A1/A2 - Intensivkurs	09.05.22	162
H21-4D191B	Spanisch A1 - Intensivkurs	01.11.21	173
H21-4D195B	Spanisch A1/A2 - Intensivkurs	15.11.21	173
H21-4D291B	Spanisch A2 - Intensivkurs	29.11.21	177
W22-4D191B	Spanisch A1 - Intensivkurs	17.01.22	173
W22-4D293B	Spanisch A2/B2 - Intensivkurs	07.03.22	177
W22-4D195B	Spanisch A1/A2 - Intensivkurs	21.03.22	173
W22-4D291B	Spanisch A2 - Intensivkurs	04.04.22	177
F22-4D191B	Spanisch A1 - Intensivkurs	02.05.22	173
F22-4D193B	Spanisch A1 - Intensivkurs	27.06.22	173
F22-4D195B	Spanisch A1/A2 - Intensivkurs	30.05.22	173
S22-4D195B	Spanisch A1/A2 - Intensivkurs	18.07.22	173
F22-4L191B	Arabisch A1 - Intensivkurs	25.04.22	193
S22-4C191B	Italienisch A1 - Intensivkurs	29.08.22	162
W22-4G191B	Russisch A1 - Intensivkurs	31.01.22	187
S22-4G191B	Russisch A1 - Intensivkurs	22.08.22	187
W22-4B191B	Französisch für Einsteiger A1 - Intensivkurs	31.01.22	155
W22-4B193B	Französisch A1 - Intensivkurs	11.04.22	155
W22-4C191B	Italienisch A1 - Intensivkurs	07.02.22	162
W22-4F191B	Polnisch A1	14.02.22	183
Beruf & Computer			
F22-5D500B	Effizientes Arbeiten im Büro mit Office 2016	09.05.22	228
F22-5D530B	Microsoft Office 2019 Excel - Grundwissen	02.06.22	229
S22-5D530B	Microsoft Office 2019 Excel - Grundwissen	14.07.22	229
F22-5D550B	Excel - Lösen komplexer Aufgabenstellungen	16.05.22	230
H21-5D500B	Effizientes Arbeiten im Büro mit Office 2019	01.11.21	228
S22-5D500B	Effizientes Arbeiten im Büro mit Office 2019	29.08.22	228
H21-5D530B	Microsoft Office 2019 Excel - Grundwissen	02.12.21	229
W22-5D530B	Microsoft Office 2019 Excel - Grundwissen	03.03.22	229



KNr.	Titel	Beginn	Seite
W22-5D540B	Excel - Auswertung großer Datenmengen	22.02.22	229
W22-5D500B	Effizientes Arbeiten im Büro mit Office 2019	14.02.22	228
W22-5D570B	PowerPoint im Beruf	28.03.22	230
H21-5D560B	Erfolgreicher kommunizieren und planen mit Outlook	22.11.21	230
S22-5D230B	Tastschreiben am PC kompakt	22.08.22	226
W22-5E010B	WordPress-Grundlagen. Moderne Webseite selbst erstellt	17.01.22	232
H21-5C224B	Einführung in die motivierende Gesprächsführung	11.11.21	218
W22-5C225B	Deeskalierende Gesprächsführung	09.02.22	218
W22-5C315B	Auf dem Laufenden bleiben - die aktuelle Rechtschreibung	14.02.22	222
F22-5C235B	Meine Stimme - eine akustische Visitenkarte	02.05.22	219



Geld sparen mit der **VHS-Card**

Wir verraten Ihnen wie



 vhs.potsdam.de

 0331 289-4566/4569



Kinofilme im Original

FILMMUSEUM POTSDAM



Einen Film in der Originalfassung zu sehen, ist nicht nur atmosphärisch, sondern auch eine wunderbare Gelegenheit, die eigenen Fremdsprachenkenntnisse zu testen.

In Zusammenarbeit mit dem Filmmuseum Potsdam bieten wir Ihnen ab Oktober jeden Monat einen besonderen Kinofilm im Original mit Untertiteln an. Nutzen Sie die Gelegenheit!

Alle Filme werden im Filmmuseum Potsdam gezeigt:

Breite Str. 1a/Marstall, 14467 Potsdam

Kartenreservierung: 0331-27181-12, ticket@filmmuseum-potsdam.de

Eintritt: 6,- Euro, ermäßigt 5,- Euro



Rosas Hochzeit *La boda de Rosa*

R: Icíar Bollain, D: Candela Peña, Sergi López, Nathalie Poza, E 2020, OmU, 100'

Kurz vor ihrem 45. Geburtstag beschließt Rosa, dass es Zeit für einen radikalen Wandel in ihrem Leben ist. Bisher war sie immer zuerst für andere da, ist für Kolleg*innen eingesprungen, hat den Vater betreut, sich um die Kinder des Bruders gekümmert. Knall auf Fall lässt sie ihr bisheriges Leben zurück, um sich im alten Schneiderladen ihrer Mutter in einem kleinen Küstenort den Traum vom eigenen Geschäft zu erfüllen. Doch die Nutznießer aus der Vergangenheit lassen nicht von ihr ab. Das Handy hört gar nicht mehr auf zu klingeln. Rosa beschließt, ein Zeichen zu setzen. Die turbulente, feministische Komödie besticht durch ihr herausragendes Ensemble.

Freitag, 15.10.2021, 19:30 Uhr



Emma

R: Autumn de Wilde, D: Anya Taylor-Joy, Johnny Flynn, Bill Nighy, GB 2020, OmU, 132'

England, Anfang des 19. Jahrhunderts: Die junge Emma Woodhouse, schön, klug und reich, führt in ihrem verschlafenen Ort die bessere Gesellschaft an. Obwohl es keine attraktivere Partie als Emma gibt, ist ihr der Richtige noch nicht begegnet. So verbringt sie ihre Zeit damit, andere zu verkuppeln. Aber trotz Emmas unbegrenzten Vertrauens in ihre Menschenkenntnis laufen ihre Verkuppelungen schief. Jane Austens Klassiker in einer modernen und lebensprühenden Verfilmung: stylisch, humorvoll, opulent.

Freitag, 19.11.2021, 19:30 Uhr



Corpus Christi *Boże Ciało*

R: Jan Komasa, D: Bartosz Bielenia, Aleksandra Konieczna, Eliza Rycembe, PL 2019, OmU, 116'

Der 20-jährige Daniel hat in seinem Leben bereits viel Mist gebaut. Als er einmal wieder in einer Jugendstrafanstalt sitzt, hat er eine spirituelle Erleuchtung. Er will Priester werden, was aufgrund seiner Vorstrafen unmöglich ist. Als er nach seiner Entlassung in eine Kleinstadt geschickt wird, um dort zu arbeiten, verkleidet er sich als Priester und stellt sich als neues Oberhaupt der Gemeinde vor. Mit der Ankunft des charismatischen Geistlichen beginnt sich das Dorf positiv zu verändern.

Freitag, 10.12.2021, 19:30 Uhr



Bohnenstange *Dylda*

R: Kantemir Balagov, D: Viktoria Miroshnichenko, Vasilisa PereLygina, Andrey Bykov, Russland 2019, OmU, 135'

Leningrad 1945: Die faschistische Belagerung ist vorüber, doch der Überlebenskampf geht weiter. Iya, eine junge Frau, hat den kleinen Sohn ihrer Freundin Masha durch den Krieg gebracht, dann geschieht ein tragisches Unglück. Als Masha in die zerstörte Stadt zurückkehrt und vom Tod ihres Sohnes erfährt, trauert sie nur kurz - zu groß ist ihr Hunger nach Leben und Zukunft. Sie will ein neues Kind, und da sie selbst nicht mehr schwanger werden kann, soll Iya ihr dabei helfen und ihre Schuld begleichen. Der Film feierte seine Premiere bei den Filmfestspielen in Cannes 2019 und wurde mit zahlreichen Preisen ausgezeichnet.

Freitag, 14.1.2022, 19:30 Uhr



Mishima – Ein Leben in vier Kapiteln

R: Paul Schrader, D: Ken Ogata, Masayuki Shionoya, Hiroshi Mikami, Japan/USA 1985, OmU, 121'

Der letzte Tag im Leben des berühmten japanischen Dichters Yukio Mishimas. Nach einem gescheiterten Putschversuch nahm dieser sich am 25. November 1970 durch rituellen Selbstmord das Leben. Kunstvoll verwoben wird die Schilderung mit biografischen Rückblenden sowie dramatisierten Auszügen aus Mishimas Romanen.

Freitag, 11.2.2022, 19:30 Uhr



Der Glanz der Unsichtbaren *Les Invisibles*

R: Louis-Julien Petit, D: Audrey Lamy, Corinne Masiero, Noémie Lvovsky, F 2019, OmU, 102'

Lady Di, Edith Piaf, Salma Hayek, Brigitte Macron: Die Besucherinnen des Tageszentrums für wohnungslose Frauen – L'Envol – nennen sich oft nach prominenten Vorbildern. Doch das L'Envol, Ankerpunkt ihres prekären Alltags, steht vor der Schließung. Drei Monate bleiben den Sozialarbeiterinnen Manu, Audrey, Hélène und Angélique, um ihren Schützlingen auf die Beine zu helfen. Mit dem Ensemble aus Schauspielerinnen und Frauen von der Straße ist der Film mitreißende Unterhaltung mit unvergesslichen Protagonistinnen.

Freitag, 11.3.2022, 19:30 Uhr



Liebes Tagebuch *Caro diario*

R: Nanni Moretti, D: Nanni Moretti, Jennifer Beals, Renato Carpentieri, I/F 1993, OmU, 101'

In drei Episoden inszeniert und spielt Nanni Moretti sich selbst: Auf der Vespa geht es quer durchs sommerliche und menschenleere Rom. Moretti spricht mit Fremden in der Stadt, streift durch sein Lieblingsviertel Garbatella und beobachtet das bunte Treiben in den Straßen. Bald wechselt er in ruhigere Gefilde und besucht die Inseln Lampari, Stromboli und Alicudi. Ein übler Juckreiz treibt Moretti schließlich in die Hände unzähliger Ärzte und eine etwas andere Tour beginnt: von der Dermatologie zur Chemotherapie über Allergietests und chinesische Heilkunst. Ein mit Intelligenz und Humor inszenierter, liebevoller Film. Eine Hommage an die Stadt Rom und Nanni Morettis Vespa.

Freitag, 15.4.2022, 19:30 Uhr



Mensch und Gesellschaft



Dr. Ulrike Hasemann-Friedrich
Programmbereichsleitung

0331 289-4562
ulrike.hasemann-friedrich@
rathaus.potsdam.de



Maren Herbst
Öffentlichkeitsarbeit

0331 289-4571
maren.herbst@
rathaus.potsdam.de



Melanie Ferslev-Richter
Verwaltung

0331 289-4578
melanie.ferslev@
rathaus.potsdam.de





Bundestagswahl und Geschlechterpolitik

Männer und Frauen sind gleichberechtigt“ heißt es im Grundgesetz. Trotz großer Fortschritte in den vergangenen Jahrzehnten gibt es heute noch viele gesellschaftliche Bereiche ohne vollständige Gleichberechtigung, Chancengleichheit und Selbstbestimmung der Geschlechter. Auch auf Bundesebene wird Frauen- und Geschlechterpolitik gemacht: In den Bundesministerien und im Bundestag entstehen Regelungen, die sich auf unser Geschlechterverhältnis auswirken. Die Bundestagswahl ist deshalb auch aus der Geschlechterperspektive interessant. Eine Mitarbeiterin des Autonomen Frauenzentrums Potsdam e.V. zeigt geschlechterpolitisch relevante Politikfelder auf, in denen konkrete Entscheidungen anstehen, zu denen Frauenverbände Forderungen für mehr Geschlechtergerechtigkeit formuliert haben. Ein weiteres Thema ist die Forderung nach einem ausgeglichenen Verhältnis der Geschlechter im Parlament. Brandenburg war das erste Bundesland mit einem Paritätsgesetz, das nach einem Urteil des Landesverfassungsgerichts jedoch wieder außer Kraft gesetzt wurde.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

H21-1D001

15.09.21

1x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum
entgeltfrei

Michaela Burkard

Deutschland vor der Wahl - Wie bunt wird unsere neue Regierung?

Schwarz-Grün, Grün-Schwarz, Kenia, Jamaica, Ampel? Kanzler oder Kanzlerin? Ist das Ergebnis der Bundestagswahl am 26.09.2021 schon am Wahlabend klar oder sorgen Überhangmandate plötzlich doch noch für Überraschungen? Wie zuverlässig sind Umfragen heute noch? Selten erschien eine Bundestagswahl so offen und variantenreich wie in diesem Jahr. Der Referent, langjähriger ARD-Korrespondent und Berichterstatter aus dem Hauptstadtstudio Berlin, erläutert Ihnen Hintergründe des aktuellen Urnengangs und beschreibt, warum in diesem Jahr vieles anders ist als in der Vergangenheit und welche Folgen bestimmte Konstellationen auf die Entwicklung in Deutschland und Europa haben könnten.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

H21-1D003

22.09.21

1x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum
entgeltfrei

Thomas Schmidt



Deutschland nach der Wahl - Aufbruch, Stillstand oder Kurswechsel?

Deutschland hat gewählt. Wo steht es nun, nach den (oder während der noch laufenden) Koalitionsverhandlungen? Innenpolitisch, in Europa, in der Welt? Die neue Regierungskoalition muss sich alten Herausforderungen stellen: Dem Erstarken des rechten Populismus, der Grossmannssucht der Putin-Autokratie, dem virulenten Expansionismus der Volksrepublik China. Wie steht es um die Zukunft der NATO? Wieviel Sicherheit kann eine Allianz mit den innenpolitisch zunehmend instabilen USA noch bieten? Der Referent, langjähriger ARD-Korrespondent und Berichterstatter aus dem Hauptstadtstudio Berlin, betrachtet mit Ihnen einige der großen Themen, die nach den langen Merkel-Jahren angegangen werden müssten.

Eine Anmeldung ist erforderlich

W22-1D005

13.01.22

1x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Thomas Schmidt

Europa nach der Bundestagswahl

Die Ära Merkel ist vorbei. Was bedeutet das Wahlergebnis vom 26. September 2021 für Europa und vor allem für Brandenburg? Macht jeder Mitgliedstaat in der Pandemiebekämpfung, was er für richtig hält? Wie werden die Gelder des Wiederaufbaufonds, immerhin 750 Milliarden Euro, eingesetzt? Diese Fragen beantwortet Ihnen der Vorsitzende der Europa-Union Brandenburg. Sie erfahren außerdem, ob wir weiterhin darauf angewiesen sind, dass sich immer alle Mitgliedstaaten einigen oder ob es auch andere Wege gibt.

Diese Veranstaltung findet in Zusammenarbeit mit dem Kreisverband Potsdam und Potsdam-Mittelmark der Europa-Union Deutschland e.V. statt.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

W22-1D007

10.02.22

1x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Wolfgang Balint



Wie lässt sich unser Gesundheitssystem fairer und effizienter gestalten?

«(••)» Vortrag im Live-Stream

Die Corona Krise hat uns deutlich vor Augen geführt, dass Pandemien nur global bekämpft werden können. Unabhängig vom Einkommen müssen alle Zugang zu Medikamenten oder Impfstoffen bekommen - aus ethischen Gründen aber auch aus Nützlichkeitsüberlegungen heraus. Wie kann ein Gesundheitssystem fairer und effizienter gestaltet werden? Durch welche Anreize kann auch die Pharmaindustrie hier einbezogen werden, ohne die die Entwicklung von Medikamenten oder Impfstoffe undenkbar wäre? Diese Fragen diskutieren der SPD-Politiker Karl Lauterbach und der Philosoph Thomas Pogge.

Karl Lauterbach (MdB) ist Mediziner und Gesundheitsökonom. Von 1992 bis 1993 war er Fellow der Harvard Medical School.

Thomas Pogge ist Professor für Philosophie und internationale Angelegenheiten (Philosophy and International Affairs) an der Yale University.

Die Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.

H21-1D101D

19.10.21

1x Di, 19:30 - 21:00 Uhr

2 U-Std, Live-Stream

entgeltfrei

Prof. Dr. Dr. Karl Lauterbach / Prof. Dr. Thomas Pogge

Auf der Suche nach Eindeutigkeit. Wie die Flucht vor Ambiguität Gesellschaft und Kultur verändert.

«(••)» Vortrag im Live-Stream

Während die Welt immer komplexer wird, ist gleichzeitig - nicht nur in westlichen Gesellschaften - ein Rückgang an Ambiguitätstoleranz festzustellen. Die Fähigkeit, Widersprüche auszuhalten, Ungewissheiten zu ertragen, andere Sichtweisen

gelten zu lassen, ist offensichtlich weltweit im Schwinden begriffen.

Dies hat nicht nur Auswirkungen auf die Gesellschaft, etwa auf die Akzeptanz von Demokratie, sondern auch auf jene Bereiche der Kultur, die auf Ambiguitätstoleranz angewiesen sind, ja dazu beitragen könnten diese in der Gesellschaft zu stärken wie Theater, Kunst und Musik. Auch ein auf möglichst schnelle und effiziente Ausbildung gerichtetes Bildungssystem lässt immer weniger Raum für spielerische Kreativität.

Thomas Bauer ist Professor für Arabistik und ein renommierter Islamwissenschaftler. 2013 wurde er von der Deutschen Forschungsgemeinschaft mit dem renommierten Leibniz-Preis ausgezeichnet.

Die Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.

H21-1D103D

22.09.21

1x Mi, 19:30 - 21:00 Uhr

2 U-Std, Live-Stream

entgeltfrei

Thomas Bauer

Die Wiedererfindung der Nation

«(••)» Vortrag im Live-Stream

Bei Intellektuellen steht der Begriff der Nation unter Generalverdacht. Doch wer sagt denn, dass Nation automatisch ethnische Homogenität und eine „Volksgemeinschaft“ bedeutet, die andere ausschließt?

Das ist die Sicht von Rechtsextremen, die den aufgegebenen Nationsbegriff inzwischen für sich erobert haben. Doch lässt sich nicht auch eine Form von Nation (wieder)finden, die sich als demokratisch, zivil und divers versteht und sich solidarisch auf die gewaltigen Zukunftsaufgaben einstellen kann? Diese und viele weiteren Fragen diskutieren die Literaturwissenschaftlerin Aleida Assmann, die 2018 mit dem Friedenspreis des Deutschen Buchhandels ausgezeichnet wurde, und der Politikwissenschaftler Herfried Münkler.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Gerda Henkel Stiftung statt.

Die Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.

H21-1D105D

29.10.21

1x Fr, 19:30 - 21:00 Uhr

2 U-Std, Live-Stream

entgeltfrei

Prof. Aleida Assmann / Prof. Herfried Münkler



Die Coronakrise als Gerechtigkeitskrise

Covid-19 ist nicht nur eine Gesundheits- und Wirtschaftskrise, sondern auch eine Gerechtigkeitskrise. Wie wurden und werden durch die Corona-Maßnahmen globale Ungerechtigkeiten verstärkt? Was hat die Entstehung und die Verbreitung des Virus mit Umweltgerechtigkeit zu tun? Wer bekommt Zugang zu Impfstoff und medizinischer Versorgung? Welche gesellschaftlichen Machtverhältnisse wurden durch Corona verschärft? Mit interaktiven Input- und Diskussionsmethoden können die Teilnehmer*innen ihre Perspektive einbringen und die durch die Pandemie ausgelösten Ungerechtigkeiten reflektieren.

In Zusammenarbeit mit BREBIT (Brandenburger Entwicklungspolitische Bildungs- und Informationstage). Gefördert vom Ministerium für Bildung, Jugend und Sport des Landes Brandenburg.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

H21-1D107

04.11.21

1x Do, 17:30 - 20:45 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Simon Jakob

Männer- und Frauenrollen in der arabischen Welt

Mit dem Zuzug vieler Geflüchteter sind auch Geschlechterrollen anderer Kulturen stärker ins Bewusstsein der deutschen Öffentlichkeit gerückt. Das ist häufig verbunden mit Irritationen und Emotionen auf beiden Seiten: Wo hört die Gleichberechtigung auf, und was bedeutet Gleichberechtigung in diesem Kontext? Wie sehen Frauen- und Männerrollen in der arabischen Welt aus, wo gibt es typische Unterschiede zu hiesigen Vorstellungen? Sind islamische Frauen mit Kopftuch unterdrückt? In diesem Workshop beschäftigen wir uns mit den Rollen von Mann und Frau im arabischen Raum und versuchen, auf diese Fragen erste Antworten zu geben.

W22-1D109

27.01.22

1x Do, 17:30 - 20:45 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

Ulrike Wolf

Freimaurerinnen in Deutschland

Mit der Gründung von Frauenlogen haben Frauen seit 1949 in Deutschland die Tradition freimaurerischen Arbeitens übernommen. Inzwischen gibt es mehr als 600 Freimaurerinnen in 32 Logen. Ein aufgeklärtes Denken und Handeln, Weltoffenheit, Toleranz, eine gute Diskussionskultur und die Freude an menschlichen Begegnungen und geistigen Auseinandersetzungen spielen in den Logen eine wichtige Rolle. Im Jahr 2012 wurde die erste Frauenloge auf dem Gebiet der ehemaligen DDR in Potsdam gegründet. Lassen Sie sich aus erster Hand von den engagierten Mitgliedern und der „Meisterin vom Stuhl“ der Potsdamer Freimaurerinnenloge „Märkisches Mosaik“ etwas über die Geschichte, Inhalte, Ziele der Loge sowie über Rituale und deren Bedeutung erzählen.

W22-1D111

24.02.22

1x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Charlotte Berndt

Populismus - Was ist das eigentlich?

Populistische Denkmuster und Parolen sind verführerisch, und wer sich ihnen entgegenstellen will, kann sich sehr schnell sehr hilflos fühlen. Warum ist das so? Ausgehend von den „Stammtischparolen“, die den Teilnehmenden schon begegnet sind, erarbeiten wir im Workshop Strukturen und Merkmale populistischer Denkweisen. Damit werden Voraussetzungen geschaffen, in beruflichen wie privaten Situationen Populismus schneller zu erkennen und besser auf Populisten reagieren zu können. Thematisiert werden ebenso einige strategische und rhetorische Möglichkeiten im Umgang mit populistischen Parolen.

Tipp: Vom 5. bis 12. März findet die Themenwoche „Meinungsbildung - Meinungsfreiheit“ im Bildungsforum statt.

W22-1D113

09.03.22

1x Mi, 17:30 - 20:45 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

Ulrike Wolf



Frauen: Die oft unsichtbare Mehrheit

Freiräume für Frauen und Mädchen zu schaffen sowie gegen Sexismus und Gewalt an Frauen in der Gesellschaft einzutreten, sind zentrale Aufgaben des Autonomen Frauenzentrums Potsdam e.V. Neben dem Frauenzentrum selbst betreibt der Verein in Potsdam ein Frauenhaus, eine Frauennotwohnung, eine Beratungsstelle und einen Mädchentreff; alle diese Bereiche wirken auch politisch in die Stadt hinein. Wie dringend brauchen wir heute noch diese frauenpolitische Arbeit? Wie sieht es mit den Lebens- und Arbeitsbedingungen von Frauen in Potsdam aus und warum sind Frauen, obwohl sie zahlenmäßig in der Mehrheit sind, oft so wenig sichtbar? In diesem Vortrag mit Diskussion erfahren Sie mehr über die Arbeit des Frauenzentrums und die Situation von Frauen in Potsdam. Außerdem erfahren Sie, warum ein Frauenhaus nicht nur ein Ort für Opfer von Gewalt, sondern auch für starke Frauen ist.

W22-1D115

23.03.22

1x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Michaela Burkard

Geschlechterrollen hinterfragen - ein Workshop für Frauen*

In diesem Workshop geht es darum, die eigene Position als Frau in der Gesellschaft näher zu betrachten: Was bedeuten für uns Glück und Erfolg? Und wie sind diese Vorstellungen durch Rollenerwartungen an uns als Frauen* geprägt? Gemeinsam wollen wir untersuchen, wie sich diese Rollenerwartungen auf uns auswirken, und wie wir diese oft selbst weitertragen. Durch das Sichtbarmachen und Reflektieren meist unbewusster Annahmen und Erwartungen wollen wir dazu kommen, uns in unserer Vielfalt und Verschiedenheit mehr anzuerkennen, wertzuschätzen und äußeren Druck abzubauen. Kein Weg ist vorgegeben und jede Frau* ist anders. Auf der Suche nach uns selbst können wir uns gegenseitig unterstützen. So kann jede individuell herauszufinden, was ihr im Leben wirklich wichtig ist. Anregungen gibt es dafür von einer Mitarbeiterin des Frauenzentrums Potsdam e.V.

W22-1D117

26.03.22

1x Sa, 10:00 - 13:15 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

Michaela Burkard



Was bringt uns die Europäische Union?

Europäisches Parlament, EU-Rettungsschirm, Wettbewerbsregeln, Verbraucherschutz, Agrarsubventionen - viele Verordnungen der Europäischen Union bestimmen unser alltägliches Leben. Ist die EU ein Bürokratiemonster oder handeln dort lauter kluge Köpfe in unserem Interesse? Wohin fließt unser Geld und was genau machen die Kommission, der Ministerrat und der Rat der Regionen? In diesem Vortrag des Vorsitzenden der Europa-Union Brandenburg lernen Sie die EU und ihre Institutionen besser kennen und verstehen. Außerdem haben Sie Gelegenheit zur Diskussion darüber, ob bzw. warum Brüssel für Brandenburg wichtig ist.

Diese Veranstaltung findet in Zusammenarbeit mit dem Kreisverband Potsdam und Potsdam-Mittelmark der Europa-Union Deutschland e.V. statt.

Eine Anmeldung ist erforderlich

F22-1D121

11.05.22

1x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Wolfgang Balint



Potsdamer Konferenz 1945. Die Neuordnung der Welt

Kuratorenführung zur Ausstellung

Im Sommer 1945 wurde im Schloss Cecilienhof Weltgeschichte geschrieben: Auf der Potsdamer Konferenz vom 17. Juli bis zum 2. August berieten die Vertreter der Siegermächte Truman, Stalin und Churchill (später Attlee) über die Zukunft Deutschlands und diskutierten die territoriale Neuordnung in Europa und der Welt. Der in Potsdam beschlossene Abwurf der Atombomben auf Hiroshima und Nagasaki zur Beendigung des Pazifikkrieges leitete das atomare Wettrüsten und den Beginn des Atomzeitalters ein. Vor dem Hintergrund des einsetzenden „Kalten Krieges“ wurden Einflusszonen zwischen Ost und West abgesteckt, die auch nach 75 Jahren die Welt von heute prägen.

Sie erhalten einen Einblick in die Konzeption und Gestaltung der Ausstellung und bekommen Hintergrundinformationen zu Exponaten und Personen.

Die Eintrittskarten werden individuell vor Ort erworben (14,00 Euro / 10,00 Euro ermäßigt). Die Teilnehmer*innenzahl ist begrenzt, eine Anmeldung bei der Volkshochschule ist erforderlich.

H21-1A001

01.10.21

1x Fr, 16:00 - 18:00 Uhr

2 U-Std, Schloss Cecilienhof, Eingang

entgeltfrei

Matthias Simmich



Auguste Victoria - Deutschlands letzte Kaiserin

Im April 2021 jährte sich der Todestag der letzten deutschen Kaiserin Auguste Victoria (1858-1921) zum 100. Mal. Als Gemahlin Kaiser Wilhelms II. war sie von 1888 bis 1918 die erste Dame im Staat. Auguste Victoria nahm somit den höchsten gesellschaftlichen Rang Deutschlands ein und war der Mittelpunkt des Kaiserreiches. Sie erlebte dessen Aufstieg und Untergang. Die Kaiserin erfreute sich durch ihr ausgeprägtes karitatives Engagement einer großen Beliebtheit. In dieser Zeit förderte sie den Bau von zahlreichen Kirchen und sozialen Einrichtungen. Der Erste Weltkrieg forderte Millionen Menschenleben, an seinem Ende brach die Monarchie 1918 zusammen. Wilhelm II. und Auguste Victoria gingen ins niederländische Exil, wo die ehemalige Kaiserin bald darauf verstarb. Dieses von Brüchen gekennzeichnete Leben wird im Vortrag beleuchtet.

W22-1A005

09.03.22

1x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Jörg Kirschstein



Schauprozesse und geheime Justizverfahren in der DDR

Eine psychisch auffällige Frau mit dunkler Herkunft wird durch die DDR-Propaganda zur „Faschistin“ stilisiert und als „Aufführerin“ vor Gericht gestellt. Ein Mann, der „Republikflucht“ beging, wird von seiner eigenen Tochter in die DDR zurückgeführt. Und ein Hauptmann der Staatssicherheit wird hingerichtet, weil er im stillen Kämmerlein davon träumte, ein großer Spion zu sein. In der frühen DDR verstand sich die Justiz als Instrument des politischen Systems und funktionierte in dessen Dienst. Es gab große Schauprozesse gegen „Volksfeinde“ und „Westspione“, aber auch streng geheime Justizverfahren und Willkürurteile, die man selbst den nächsten Angehörigen der Opfer verschwieg. An ausgewählten Beispielen wird in diesem Vortrag dargelegt, wie unter dem Druck des staatlichen Gebots, die Feinde des Sozialismus so drakonisch wie möglich zu bestrafen, die Gerechtigkeit auf der Strecke blieb.

W22-1A007

24.03.22

1x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Tanja Stern

Unglücksfälle und Katastrophen - Verschwiegene Skandale in der DDR

Vertuscht, verschwiegen, verborgen - in der schöngefärbten Welt des Sozialismus durfte es keine Skandale geben. Niemand wusste, dass ein kleiner Ort in Brandenburg 1977 beinahe zu einem Tschernobyl für Mitteleuropa geworden wäre. Niemand sprach darüber, dass durch den Fehler eines ehrgeizigen Arztes Tausende von jungen Müttern mit Hepatitis C infiziert wurden. Und niemand erfuhr, wie es zum Untergang des Öltankers „Böhlen“ gekommen war. Erst nach der Wende wurden diese Ereignisse erforscht und aufgearbeitet - Ereignisse, die sich hinter den Kulissen einer als heil gepriesenen Welt abspielten und die DDR-Medien nie erreichten.

F22-1A009

27.04.22

1x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Tanja Stern

Alte Texte lesen - Die Sütterlinschrift

In ihrer Familie gibt es Urkunden, Briefe, Tagebücher, Poesiealben oder Kochrezepte in alter deutscher Schrift, die Sie gerne entziffern möchten? Sie erforschen ein historisches Thema oder begeben sich auf familiäre Spurensuche, stoßen aber nur auf Dokumente, die Ihnen noch mehr Rätsel aufgeben? In diesem Kurs werden Sie, ausgehend von der Sütterlinschrift, die zwischen 1914 und 1941 an deutschen Schulen gelehrt wurde und als „Deutsche Schrift“ bekannt ist, das Lesen alter deutscher Handschriften üben. Sie lernen, die Sütterlinschrift zu lesen und zu schreiben. Der Einführungskurs konzentriert sich auf alte deutsche Handschriften des 20. Jahrhunderts. Im ersten Aufbaukurs widmen wir uns außerdem der alten deutschen Handschrift Kurrent. Gern können Sie eigene Schriftstücke mitbringen, die dann gemeinsam im Kurs entziffert werden.

Bitte mitbringen: Schreibheft (1. Klasse mit Lineatur) sowie Füllfederhalter

→ Einführungskurs

H21-1A101

19.11.21 – 26.11.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

2x Fr, 16:30 - 19:45

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,00 € / 30,70 €

Anett Kolaschinsky

→ Aufbaukurs 1

W22-1A101

11.02.22 – 18.02.22

Vorkenntnisse Sütterlin erforderlich

2x Fr, 16:30 - 19:45

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,00 € / 30,70 €

Anett Kolaschinsky

→ Aufbaukurs 2

W22-1A103

18.03.22 – 25.03.22

Vorkenntnisse Sütterlin u. Kurrent erforderlich

2x Fr, 16:30 - 19:45

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,00 € / 30,70 €

Anett Kolaschinsky



Alte Texte lesen - Die Sütterlinschrift

Bildungsfreistellung

In vielen Behörden gehört das Lesen von Schriftstücken (Akten, Urkunden, Karten, Grundbucheinträgen) in alter deutscher Schrift zum Alltag, so dass korrektes und schnelles Lesen dieser Zeugnisse vergangener Zeiten für die Arbeit unerlässlich ist.

In dem Kurs werden Sie ausgehend von der Sütterlinschrift, die zwischen 1914 und 1941 an deutschen Schulen gelehrt wurde und als „Deutsche Schrift“ bekannt ist, an zwei Tagen das Lesen alter deutscher Handschriften üben. Sie lernen, die Sütterlinschrift zu lesen und zu schreiben, wobei wir uns auf die alten deutschen Handschriften des 20. und ausgehenden 19. Jahrhunderts konzentrieren werden. Gerne können Sie eigene Schriftstücke mitbringen, die dann gemeinsam im Kurs entziffert werden.

Bitte mitbringen: Schreibheft (1. Klasse mit Lineatur) sowie Füllfederhalter

W22-1A105B

11.02.22 – 18.02.22

2x Fr, 8:30 - 13:45

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,20 € / keine Ermäßigung

Anett Kolaschinsky

F22-1A105B

03.06.22 – 10.06.22

2x Fr, 8:30 - 13:45

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,20 € / keine Ermäßigung

Anett Kolaschinsky

Auf den Spuren der Vorfahren

Eine Einführung in die Ahnenforschung

Wer waren meine Urgroßeltern? Und wo lebten deren Eltern und Großeltern? Familiengeschichtliche Forschungen haben wieder Konjunktur. In diesem Einsteigerkurs erlernen Sie geeignete Arbeitsmethoden zur selbstständigen Ahnenforschung und nützliches Handwerkszeug für erfolgreiche Recherchen. Sie lernen die wichtigsten genealogischen Quellen sowie ihre digitale oder analoge Nutzung kennen. Auch widmen wir uns der Frage, wie Sie Ihre Ergebnisse sachgerecht sichern und ansprechend präsentieren können.

W22-1A107

14.01.22 – 21.01.22

1x Fr, 16:30 - 18:00 Uhr, 1x Fr, 16:30 - 18:00 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

Dr. Johannes Leicht



Brandenburg in den „Goldenen Zwanzigern“

Um das Jahr 1930 erhielten die Kunden der Sparkasse Ostprignitz in Kyritz ein Würfelspiel, mit dem man eine Reise durch die Provinz Brandenburg unternehmen konnte. Start und Ziel war die im Zentrum der Provinz gelegene Reichshauptstadt Berlin. Die Spieler wählten als Reisemittel das Auto, das Motorrad, das Fahrrad oder den Bus. Dieses Spiel zeugt vom Aufbruch der Provinz in die Moderne. Neben dem Auto und der Straße waren der elektrische Strom und seine generelle Verfügbarkeit in der Fläche ebenfalls Sinnbild des Fortschritts. Er bedingte den Aufstieg des Massenmediums Radio und des drahtlosen Funks. Zudem waren die Erinnerungen an den Ersten Weltkrieg in den scheinbar goldenen zwanziger Jahren ständig präsent und fand ihren Ausdruck in den unzähligen Denkmälern, Gedenktafeln und anderen Erinnerungsstätten im Land. Dass dieses Gedenken auch Ausdruck einer tief gespaltenen Gesellschaft am Beginn der größten Wirtschaftskrise des Jahrhunderts war, erfahren Sie ebenfalls in diesem kurzweiligen Vortrag mit historischen Aufnahmen und Filmausschnitten.

Tipp: Vom 4. bis 16. September 2021 findet im Bildungsforum die Themenwoche „Brandenburg entdecken“ statt.

H21-1B001

16.09.21

1x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Thomas Wernicke

Von der Streusandbüchse zum Kulturland Brandenburg

Lassen Sie sich mitnehmen auf eine Erkundungstour durch Brandenburg: zu Landschaften, Schlössern, Klöstern, Persönlichkeiten, Naturparks, Museen, Denkmälern der Industriekultur und kulinarische Besonderheiten der Gegend zwischen Elbe und Oder. Schon Theodor Fontane meinte das Gegenteil, als er vom „Hässlichen und Komischen“ schrieb. Anhand von Bildern geht es kreuz und quer von Nord nach Ost, von Süd und nach West mit erstaunlichen Geschichten u.a. über Theodor Fontane und dem Loch Leven, Adelbert von Chamisso und „Peter Schlemihl“ oder Prinz von Homburg in Fehrbellin. Und Sie werden auch viel erfahren über Alleen und Seidenraupen, über ein technisches Meisterwerk im Barnimer Land, über den Chefdesigner Preußens

über Michael Kohlhaas in Jüterbog, Schloß Freienwalde und Elisa Radziwill sowie Hüte und Expressionismus.

Kommen Sie mit auf diese Reise und entdecken Sie, dass es in Brandenburg, so wie Fontane schrieb, „... auch nicht übel“ ist.

W22-1B003

12.01.22

1x Mi, 17:30 - 20:45 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

Birgit Ritschel

Migration in Brandenburg gestern und heute

Vortrag zur aktuellen Ausstellung

Die Geschichte Brandenburgs ist eng mit europäischer Migration verbunden. In den letzten Jahrhunderten suchten viele Tausend Flamen, Holländer, Hugenotten aus Frankreich, Juden, Niederländer, Schweizer, Böhmen, Russen und Polen in Brandenburg eine neue Heimat. Auch damals war Integration eine Herausforderung, die Zeit brauchte. Lassen Sie sich von dem Vorsitzenden der Europa-Union Brandenburg in die Ausstellung „Fremde im Land Brandenburg. Integration gestern und heute“ einführen und nutzen Sie die Gelegenheit zur Diskussion.

Diese Veranstaltung findet in Zusammenarbeit mit dem Kreisverband Potsdam und Potsdam-Mittelmark der Europa-Union Deutschland e.V. statt.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

F22-1B005

13.05.22

1x Fr, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Wolfgang Balint





Geschichte(n) hinter Straßennamen und FrauenOrten

Die Namensgebung rund um den Alten Markt sorgte im Herbst 2019 für Aufsehen und Diskussionen. Wer waren die politisch engagierten Frauen, nach denen jetzt Straßen benannt werden?

Im Kirchsteigfeld sind sie bereits fest als Straßennamen verankert: Richarda Huch, Nelly Sachs, Marie Juchacz. Wir beleuchten diese bedeutenden Persönlichkeiten und laufen gemeinsam los, um Frauenschicksale im Potsdamer Innenstadtbild kennenzulernen - eine Zeitreise der besonderen Art! Oft werden diese Orte übersehen oder liegen im Verborgenen. Durch viel persönliches Engagement wurden sie vor zehn Jahren erstmals durch „FrauenOrte“-Tafeln im Land Brandenburg sichtbar und erlebbar gemacht. Von der Seidenkultivateurin bis hin zur Stifterin des ersten Schwimmbades von Potsdam findet sich viel Spannendes, Nachdenkenswertes und Anregendes für Frauen (und Männer). Die Veranstaltung startet mit einem kleinen Vortrag, dann geht es mit einem Stadtspaziergang weiter.

H21-1B301

23.09.21

1x Do, 17:30 - 19:45 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

13,50 € / 11,50 €

Dörthe Kuhlmei

F22-1B301

04.05.22

1x Mi, 17:30 - 19:45 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

13,50 € / 11,50 €

Dörthe Kuhlmei

Babelsberg - Ein Schloss im innerdeutschen Grenzgebiet

Das im Stil der englischen Neugotik errichtete Schloss Babelsberg diente Kaiser Wilhelm I. (1797-1888) mehr als fünfzig Jahre lang als Sommerresidenz. Beim Gang entlang der Terrassen und durch das Schloss lernen Sie sowohl die königliche Geschichte als auch die vielfältige Nutzung des Hauses während der DDR-Zeit kennen. Der besondere Fokus dieser Führung wird auf die Zeit der deutschen Teilung gelegt, als sich Park und Schloss im innerdeutschen Grenzgebiet befanden. Darüber hinaus erfahren die Besucher*innen Einzelheiten über die geplante Sanierung der Innenräume des Schlosses.

Der Eintritt in das Schloss Babelsberg ist in der Kursgebühr enthalten.

H21-1B305

30.10.21

1x Sa, 14:30 - 16:45 Uhr

3 U-Std, Schloss Babelsberg

19,45 € / 17,45 €

Jörg Kirschstein

Potsdamer Mythen

Es geht in diesem Vortrag um jene historischen Ereignisse, die in der heutigen lokalen Geschichtsdebatte eng mit dem Namen Potsdam verbunden sind. Besonders sind hier zu nennen: das „Potsdamer Toleranzedikt“, der „Tag von Potsdam“ und die „Potsdamer Konferenz“ - drei Ereignisse von landesgeschichtlicher und sogar weltpolitischer Bedeutung.

Der Referent vermittelt die Hintergründe, wie es zur heute festen Verknüpfung dieser Ereignisse mit Potsdam kam und welchem narrativen Perspektivwechsel sie durch die Zeitläufe unterlagen. Gleichzeitig soll ein Blick auf Potsdam klären, welchen Anteil die Stadt selbst an diesen Ereignissen hatte und welche Zusammenhänge dazu führten, dass die drei genannten Themen die geschichtspolitischen Debatten der Gegenwart in der Kommune bestimmen.

F22-1B319

28.04.22

1x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Thomas Wernicke





Potsdam für „neue“ und „alte“ Potsdamer*innen

Sind Sie erst vor Kurzem nach Potsdam gezogen und haben endlich die Gelegenheit, sich mit Ihrer Heimatstadt näher vertraut zu machen? Sie haben sich schon immer einmal vorgenommen, mehr über die Stadt, in der Sie leben zu erfahren? Dann sind Sie in diesem fünfteiligen Kurs genau richtig!

Hier finden Sie die Antworten darauf, in welchen Schritten sich die Stadt entwickelt hat und wie die Hohenzollern sie beeinflussten. Sie erfahren, warum es in Potsdams Innenstadt auffällig breite und großzügige Freiflächen gibt oder warum die heutige Flaniermeile nicht das historische Zentrum ist. Aber auch die spannende Geschichte der Vorstädte kommt nicht zu kurz. Es wird erzählt, wie aus Obst- und Gemüseanbaugebieten vornehme Villenviertel entstanden, wann der südamerikanische Chimborazo einem Potsdamer Berg seinen Namen gab und was der Engländer John Barnett Humphrey mit dem Kulturstandort Schiffbauergasse zu tun hat.

Passend zur Jahreszeit werden im Dezember zusätzlich Weihnachtsgeschichten vom königlichen Hof und aus dem Potsdamer Alltag erzählt.

H21-1B307

03.12.21 – 11.12.21

2x Fr, 17:30 - 20:45, 2x Sa, 10:00 - 12:15, 1x So,
10:00 - 12:15

17 U-Std. VHS im Bildungsforum

82,60 € / 71,40 €

Birgit Ritschel

W22-1B307

18.02.22 - 05.03.22

2x Fr, 17:30 - 20:45, 2x Sa, 10:00 - 12:15, 1x So,
10:00 - 12:15

17 U-Std. VHS im Bildungsforum

82,60 € / 71,40 €

Birgit Ritschel

- 03.12.2021 / 17:30 - 20:45 Uhr / VHS im Bildungsforum
- 04.12.2021 / 10:00 - 12:15 Uhr / Obelisk Alter Markt
- 05.12.2021 / 10:00 - 12:15 Uhr / Schloss Cecilienhof
- 10.12.2021 / 17:30 - 20:45 Uhr / VHS im Bildungsforum
- 11.12.2021 / 10:00 - 12:15 Uhr / Wasserturm Restaurant am Hauptbahnhof / Friedrich-Engels-Straße

- 18.02.2022 / 17:30 - 20:45 Uhr / VHS im Bildungsforum
- 19.02.2022 / 10:00 - 12:15 Uhr / Obelisk Alter Markt
- 20.02.2022 / 10:00 - 12:15 Uhr / Schloss Cecilienhof
- 04.03.2022 / 17:30 - 20:45 Uhr / VHS im Bildungsforum
- 05.03.2022 / 10:00 - 12:15 Uhr / Wasserturm Restaurant am Hauptbahnhof / Friedrich-Engels-Straße

Die Teilnahme an Einzelveranstaltungen ist möglich. Karten hierfür erwerben Sie bitte vorab bei der VHS.



Von der ersten Klappe zur UNESCO-City of Film

FILMMUSEUM POTSDAM

Ende 2019 hat die UNESCO in Paris die Landeshauptstadt Potsdam in das „Creative Cities Network“ aufgenommen. Damit ist Potsdam die erste und einzige UNESCO-Filmstadt in Deutschland. Nationale und internationale Filme und Serien sowie Kooperationen und Erfindungen kommen immer häufiger aus Potsdam.

In diesem Vortrag geht es um die spannende Entwicklung von der ersten Klappe in Babelsberg über die Unternehmen Bioscop, Ufa und DEFA bis zum heutigen Studio Babelsberg in der Medienstadt und der Bedeutung Potsdams als „City of Film“. Freuen Sie sich auf bewegende Geschichten und Anekdoten sowie bahnbrechende Erfindungen aus Potsdam.

H21-1B321

29.09.21

1x Mi, 17:30 - 20:45 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

Sebastian Stielke

Babelsberg schreibt Filmgeschichte

Was Sie schon immer über das älteste Filmstudio der Welt wissen wollten

Sie haben den Vortrag „Von der ersten Klappe zur UNESCO-City of Film“ besucht und wollen tiefer in das Thema eintauchen? Sie haben sich schon immer gefragt, wo man in Potsdam überall Spuren des Films findet? Dann ist diese dreiteilige Veranstaltungsreihe für Sie genau richtig! Sie erfahren viele Hintergründe aus der über 100-jährigen Filmgeschichte des ältesten Filmstudios der Welt und über die frisch gekürte „City of Film Potsdam“.

Donnerstag 18.11.2021, 18:00 - 20:30 Uhr

Besuch der ständigen Ausstellung „Traumfabrik. 100 Jahre Film in Babelsberg“ im Filmmuseum. Mit zahlreichen Geschichten und überraschenden Hintergründen tauchen Sie interaktiv und anhand vieler Originalteile in die wechselvollen Zeiten des Babelsberger Filmgeländes ein.

Veranstaltungsort: Filmmuseum Potsdam, Treffpunkt Foyer/Kassenbereich (Breite Straße 1a)

Eintritt in die Ausstellung: 3,00 Euro bar vor Ort

Samstag, 20.11.2021, 10:00 - 12:15 Uhr

Führung durch die Medienstadt Babelsberg: Sie lernen die Unterschiede zwischen Studio Babelsberg, Filmpark Babelsberg und weiteren Institutionen kennen und erfahren Details zur Historie und Zukunft des Films „Made in Babelsberg“, der Medienstadt und dem Digital Hub.

Treffpunkt: Babelsberg, Kreuzung Stahnsdorfer Straße /Ecke August-Bebel-Straße

Sonntag, 21.11.2021, 10:00 - 12:15 Uhr

Bei einem Besuch des Viertels der Stars und Sternchen, der Villenkolonie Neubabelsberg, erfahren Sie alles über deren Entwicklung, Architektur, berühmte Namen und Geschehnisse aus Film, Wirtschaft, Politik, Architektur und Kultur und die „City of Film Potsdam“.

Treffpunkt: Bahnhof Griebnitzsee, Ausgang Wasserseite/Vorplatz Rudolf-Breitscheid-Straße 201

Die Teilnahme an Einzelveranstaltungen ist möglich. Karten hierfür erwerben Sie bitte vorab bei der VHS.

H21-1B323

18.11.21 – 21.11.21

1x Do, 18:00 - 20:30, 1x Sa, 10:00 - 12:15, 1x So, 10:00 - 12:15

9 U-Std, Filmmuseum Potsdam, Breite Straße 1a

46,60 € / 40,70 €

Sebastian Stielke





Amalie Dietrich - Botanikerin, Zoologin und Forschungsreisende

Concordia Amalie Dietrich (1821-1891) war eine bedeutende deutsche Naturforscherin und Forschungsreisende des 19. Jahrhunderts. Sie schaffte es, sich trotz dürftigster Schulbildung autodidaktisch fortzubilden und hochzuarbeiten. Die sächsische Botanikerin unternahm zu Fuß weite Reisen durch Deutschland und Österreich und wurde als erste Frau zur Forschungsarbeit nach Australien entsandt, wo sie mehrere neue Insekten- und Pflanzenarten entdeckte. Doch so erfolgreich sie im Beruf auch war, ihre Familie zerbrach an den Belastungen, die damit verbunden waren. Erfahren Sie anlässlich Ihres 200. Geburtstags mehr über den steinigen Weg dieser klugen und neugierigen Frau.

H21-1G101

07.10.21

1x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Tanja Stern



Klimawandel - Alle im selben Boot?



Welche Rolle spielt der Klimawandel für mich? Und was hat das Ganze mit globaler Gerechtigkeit zu tun? Ein Ausflug in weltweit bereits gelebte

Lösungen soll Lust auf Lebensentwürfe jenseits von reiner Kritik machen.

An diesem Abend wollen wir uns durch Diskussion und Thementische den Herausforderungen des Klimawandels in Brandenburg und der Welt widmen. Welche Rolle spielt ein sich veränderndes Klima für Brandenburg? Wie können wir eine zukunftsfähige Gesellschaft aufbauen? Was kann ich als einzelne Person wirklich erreichen? Welche Lösungen werden weltweit schon gesucht und gelebt? Von welchen Bewegungen können wir auch etwas für Brandenburg lernen?

Menschen, die weltweit aktiv gegen den Klimawandel kämpfen, inspirieren uns dazu, Lösungen für unsere Region zu finden.

In Zusammenarbeit mit BREBIT (Brandenburger Entwicklungspolitische Bildungs- und Informationstage). Gefördert vom Ministerium für Bildung, Jugend und Sport des Landes Brandenburg.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

H21-1G103

10.11.21

1x Mi, 17:30 - 20:45 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Marie Sauß



Live aus der VHS Potsdam

Naturschutz in Bergbaufolgelandschaften

Vortrag zur aktuellen Ausstellung

Nach jahrzehntelangem Braunkohleabbau, der bis heute anhält, wurden im Süden Brandenburgs Natur und Landschaft, aber auch Menschen und ihre Siedlungen dramatisch beeinflusst. Mit der politischen Wende 1989 wurde ein Großteil der Tagebaue stillgelegt. Riesige, nicht rekultivierte Flächen lagen brach, deren Potenzial als neuer Lebensraum für Tiere und Pflanzen von Naturschützern erkannt wurde. Heinz Sielmann erwarb mit seiner Stiftung große Flächen. Heute sind die Bergbauseen auch als Schlafplatz für tausende Kraniche und zehntausende nordische Gänse berühmt.

Der Leiter der Sielmanns Naturlandschaft Wanninchen (Luckau) stellt Ihnen die Landschaft vor und skizziert die Entwicklung von der ehemaligen Tagebaulandschaft am Rande des Spreewaldes hin zu einem Paradies für Arten, die in Kulturlandschaften kaum noch Überlebenschancen haben.

H21-1G105

11.11.21

1x Do, 18:00 - 19:30 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Ralf Donat

Nur ein Tropfen auf dem heißen Stein?

Resignieren und weitermachen wie bisher oder lieber doch aktiv werden? Wir haben ein Problem mit zu viel Plastikmüll. Carolin Schönborn, Inhaberin von Potsdams ersten verpackungsfreien Laden „maßVoll“, berichtet über ihr Projekt. Was sind ihre Beweggründe und Erfahrungen, welche Hürden und Chancen tun sich auf, wenn man in seinem unmittelbaren Umfeld „die Welt retten“ möchte? Lassen Sie sich auf ein inspirierendes Gespräch ein, das zum Nachdenken und Mitmachen ermuntert.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

F22-1G111

12.05.22

1x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Carolin Schönborn



Klimawandel und Klimapolitik

(((•))) Vortrag im Live-Stream aus der VHS

Mittlerweile gibt es aufgrund der erdrückenden wissenschaftlichen Evidenz keinen Zweifel mehr: Die Ursache des Klimawandels ist der Mensch. Noch ist die Zeit zum Handeln da, aber das uns zur Verfügung stehende Zeitfenster schließt sich. Nur ein von der gesamten Staatengemeinschaft getragenes globales Abkommen kann die Erderwärmung aufhalten. Vor allem die politischen Entscheidungsträger müssen erkennen, dass Instrumente wie eine CO2-Bepreisung oder ein Emissionshandel wirksame, gerechte Maßnahmen darstellen, von denen - wenn diese mit Sachverstand implementiert werden - alle Staaten profitieren können. Ist der EU Green Deal ein Schritt in die richtige Richtung?

Prof. Ottmar Edenhofer ist Direktor und Chefökonom am Potsdam-Institut für Klimafolgenforschung (PIK). Er berät als Experte für Umweltökonomik u.a. die OECD und die Vereinten Nationen.

Diese Veranstaltung wird live aus der VHS Potsdam gestreamt. Sie können online oder vor Ort dabei sein!

Eine Anmeldung ist erforderlich.

→ Bildungsforum

H21-1G107

02.12.21

1x Do, 19:30 - 21:00 Uhr

2 U-Std, Bibliothek, Am Kanal 47,

Veranstaltungssaal

entgeltfrei

Prof. Ottmar Edenhofer

→ Live-Stream

H21-1G107D

02.12.21

1x Do, 19:30 - 21:00 Uhr

2 U-Std, Live-Stream

entgeltfrei

Prof. Ottmar Edenhofer



Mit Körpersprache die eigene Wirkung optimieren

Manche Menschen strahlen Bedeutsamkeit und Präsenz aus, sobald sie einen Raum betreten. Andere wirken arrogant, wieder andere eher unauffällig. Woran liegt das? In diesem Kurs erhalten Sie Tipps, wie Sie Ihre Wirkung auf Andere optimieren können. In einem Mix aus Informationen und praktischen Übungen geht es um die wichtigsten Aspekte von Körpersprache und Stimmführung sowie darum, was Status ausmacht und wie er ausgedrückt wird.

H21-1F005

24.11.21

1x Mi, 17:30 - 20:45 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

Ulrike Wolf

Kritisieren, aber wie?

Jemanden zu kritisieren ist immer heikel. Wie kann man Kritik so formulieren, dass Sie für das Gegenüber möglichst wenig unangenehm ist? Wie kann man dazu beitragen, dass das Gegenüber sich die Kritik auch zu Herzen nimmt? In dieser Veranstaltung lernen Sie, worauf man beim Kritisieren achten muss und wie man selbst am besten auf Kritik reagiert.

W22-1F007

06.04.22

1x Mi, 17:30 - 20:45 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

Ulrike Wolf

Das Darknet - Chance oder Bedrohung?

Virtueller Drogen- und Waffenhandel, aber auch investigativer Journalismus und Plattform für Oppositionen: Das und vieles mehr findet im Darknet statt. Der Kurs bietet einen Ein- und Überblick über diesen großen Bereich im Internet sowie die Möglichkeit, selbstständig das Darknet legal und sicher zu erforschen.

H21-1F101

27.10.21

1x Mi, 17:30 - 20:45 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

Andreas Klisch



Hate Speech im Netz und digitale Zivilcourage

((())) Online-Training (ab 14 Jahren)

In diesem Argumentationstraining gegen Hass im Netz lernen die Teilnehmenden Strategien digitaler Zivilcourage kennen. Sie trainieren, Hasskommentare effektiv entgegen zu treten. Der Schwerpunkt des Trainings ist ein Online-Rollenspiel, in dem wir gemeinsam Handlungsansätze und Argumentationsstrategien im Umgang mit Hass im Netz erproben und reflektieren wollen. Wir üben, Angegriffene zu stärken und solidarisch zu intervenieren, Zuschauende zu aktivieren, sich gegen Hass zu positionieren und Angreifenden gewaltfrei Grenzen zu setzen.

Das Angebot wird vom Ministerium für Bildung, Jugend und Sport in Brandenburg gefördert. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

H21-1F103D

04.11.21

1x Do, 18:00 - 20:00 Uhr

3 U-Std, Webkonferenz

entgeltfrei

LOVE-Storm - Gemeinsam gegen Hass im Netz



Aktiv gegen Verschwörungserzählungen im Internet

(((•••))) Online-Training (ab 14 Jahren)

Verschwörungserzählungen sind so alt wie die Menschheit. Sie sind oft verweben mit antisemitischen, rassistischen und anderen menschenfeindlichen Motiven. Durch das Internet konnten sie sich in hoher Geschwindigkeit verbreiten. Gleiches gilt für Fake News, die oft an diese Erzählungen andocken.

In unserem Argumentationstraining erfahren Sie, wie Sie Verschwörungserzählungen, Fake News und Hasskommentaren effektiv entgegenzutreten können. Der Schwerpunkt des Trainings ist ein Online-Rollenspiel, in dem wir gemeinsam Handlungsansätze und Argumentationsstrategien im Umgang mit Verschwörungserzählungen erproben und reflektieren wollen. Ziele: Betroffene Menschen stärken, Zuschauende motivieren, sich gegen Hass zu positionieren und Angreifenden gewaltfrei Grenzen zu setzen.

Das Angebot wird vom Ministerium für Bildung, Jugend und Sport in Brandenburg gefördert. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

H21-1F105D

18.11.21

1x Do, 18:00 - 20:00 Uhr

3 U-Std, Webkonferenz

entgeltfrei

LOVE-Storm - Gemeinsam gegen Hass im Netz

Fake News

Ob Verschwörungstheorien im Zeitalter von Corona oder Meinungsmache rund um die Präsidentschaftswahlen in den USA - Fake News sind ein wichtiges Instrument, um Menschen bewusst zu degradieren und die Deutungshoheit über Ereignisse zu erlangen. In diesem Workshop geht es um das Erkennen seriöser Quellen und die Unterscheidung echter Nachrichten von Fake News. Sie erfahren, was im Netz erlaubt ist und wie Sie sich vor falschen Informationen schützen können. Dabei lernen Sie viel über Menschenwürde, Gesetze, Journalismus, aber auch die Grenzen des Rechtsstaates.

W22-1F111

09.02.22

1x Mi, 17:30 - 20:45 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

Julia von La Chevallerie

„Von da Vinci bis zum Mond“ - Eine Zeitreise durch die Realitäten

Wie wandelt sich die Wahrnehmung und Darstellung von Perspektiven und Räumen von der Mona Lisa über das 3D Kino bis hin zur Virtuellen Realität? In diesem Vortrag werden insbesondere die Meilensteine dieser Geschichte benannt und ein Ausblick auf und diverse Einsatzszenarien der Virtual Reality präsentiert. Am zweiten Veranstaltungstag begeben wir uns selbst in die „virtuelle Realität“.

W22-1F113

01.04.22 – 03.04.22

1x Fr, 17:30 - 19:00 Uhr, 1x So, 15:30 - 17:00 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

Andreas Klisch



Wie verlässlich sind Nachrichten aus aller Welt?

Das Internet ermöglicht uns blitzschnelle Recherchen aus (fast) allen Ecken der Welt. Viele Medien verabschieden sich deshalb und aus Kostengründen von ihren Auslandskorrespondenten. Anders sieht es beim öffentlich-rechtlichen Rundfunk aus, der durch die Rundfunkgebühren in einer finanziell besseren Situation ist. Wie Auslandsberichterstattung entstanden ist, wie sie sich inhaltlich verändert hat und warum die journalistische Berichterstattung vor Ort auch heute noch so wichtig ist, erläutert Ihnen Thomas Schmidt, der viele Jahre lang für die ARD aus New York berichtet hat.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

Tipp: Vom 5. bis 12. März 2022 findet im Bildungsforum die Themenwoche „Meinungsbildung - Meinungsfreiheit“ statt.

W22-1F109

10.03.22

1x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Thomas Schmidt

Die Macht der Nachrichten

Nicht zuletzt die Corona-Pandemie hat uns verdeutlicht, wie sehr wir auf seriöse Nachrichten angewiesen sind. Um besser verstehen zu können, was im Spannungsfeld zwischen umfassender Information, Gerüchteküche und Verschwörungstheorien passiert, lohnt sich der Blick hinter die Kulissen einer Zeitungsredaktion. Wer oder was gibt den Ausschlag bei der Entscheidung, welche Nachrichten es in die Tageszeitung oder auf die Webseite schaffen? Welche Rolle spielt die regionale Presse in der Demokratie? Wie hat die Digitalisierung das Nachrichtengeschäft verändert? Und welche Möglichkeiten haben Zeitungen angesichts von News und Fake News in den Sozialen Medien? Lassen Sie sich vom Chefredakteur der „Märkischen Allgemeinen Zeitung“ berichten.

H21-1F109

17.11.21

1x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Henry Lohmar



Blick hinter die Kulissen des rbb

Wie entstehen Nachrichten für Fernsehen und Radio? Wie erfolgt die Themenfindung und welche redaktionellen Schritte sind notwendig, bis die Nachricht auf Sendung geht? Auf diese und viele weiteren Fragen erhalten Sie beim Blick hinter die Kulissen des öffentlich-rechtlichen Rundfunk Berlin-Brandenburg eine Antwort. Und Sie erfahren viel Spannendes über die Studioteknik vom Greenscreen bis zum Teleprompter sowie zur Historie des rbb. Die Führung durch die Studios und Redaktionsräume des Senders in Berlin inklusive eines virtuellen Besuchs bei rbb 88.8 sowie der „Abendschau“ können Sie als Live-Stream bequem von zu Hause erleben. Für den Besuch der rbb-Studios in Potsdam treffen wir uns vor Ort. Hier wird täglich die Nachrichtensendung „Brandenburg aktuell“ produziert. Auch radioeins und das Jugendprogramm Fritz senden aus Potsdam.

Für die virtuelle Führung benötigen Sie lediglich ein internetfähiges Endgerät. Den Link erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung.

→ **Führung im Live-Stream**

H21-1F107D

23.11.21

1x Di, 18:00 - 19:00 Uhr

2 U-Std, Webkonferenz

entgeltfrei

→ **Führung vor Ort**

F22-1F107

10.05.22

1x Di, 17:00 - 18:30 Uhr

2 U-Std, rbb-Haupteingang, Marlene-Dietrich-

Allee 20

entgeltfrei



Die Realität des Risikos

«» Vortrag im Live-Stream

Menschen sind Gefahren ausgesetzt und viele dieser Gefahren sind von Menschen verursacht oder beeinflusst. Wir leben nicht heute erst in der „postmodernen Moderne“ (Ulrich Beck) in einer „Risikogesellschaft“, vielmehr war die Menschheit von jeher Risiken ausgesetzt und hat versucht, diese durch eigenes Tun günstig zu beeinflussen. Bevor Menschheitsgeißeln wie die Pest, die Pocken, Masern etc. durch Hygienemaßnahmen und Impfungen unter Kontrolle gebracht wurden, gehörten Epidemien zu den größten Menschheitsgefahren. Uns ist bewusst, dass es damit nicht vorüber ist. Kriege, Umweltzerstörung, Großtechnologien vernichten und gefährden Menschenleben, sind aber allein von Menschen verantwortet. Die Realität des Risikos zwingt uns zu einer rationalen Auseinandersetzung: Wie sollen wir auf Risiken reagieren und welche Rolle spielend dabei ethische Kriterien?

Julian Nida-Rümelin lehrt Philosophie und politische Theorie an der Ludwig-Maximilians-Universität in München.

Die Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.

H21-1C001D

27.09.21

1x Mo, 19:30 - 21:00 Uhr

2 U-Std, Live-Stream

entgeltfrei

Julian Nida-Rümelin



Weibsbilder - Simone de Beauvoir zum „Zweiten Geschlecht“

„Man wird zur Frau nicht geboren, sondern gemacht“ - dieser berühmte Satz aus dem Buch „Le Deuxième Sexe“ der französischen Philosophin Simone de Beauvoir lautet seltsam an, weil wir doch offensichtlich alle mit körperlichen Geschlechtsmerkmalen zur Welt kommen, wenngleich uns diese auch nicht immer eindeutig einem bestimmten Geschlecht zuweisen mögen. Der Vortrag skizziert die Grundgedanken des Buches von Simone de Beauvoirs vor dem Hintergrund der Philosophie von Jean-Paul Sartre, der modernen feministischen Philosophie und der Biografie der französischen Philosophin. Ist Beauvoirs kritischer Blick auf die Zweiteilung der Geschlechter heute noch gültig?

Appl. Prof. Dr. Marie-Luise Raters lehrt an der Universität Potsdam Philosophie und Lebensgestaltung-Ethik-Religionskunde.

H21-1C003

04.11.21

1x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Dr. Marie-Luise Raters



Unsere Freunde, die Pflanzen



Familien-Workshop

Wir entdecken spielerisch die Vielfalt von Saatgut, unser Zusammenleben mit den Pflanzen und lernen Menschen kennen, die diese Vielfalt schützen möchten. Durch das Ertasten und Einordnen von Saatgut nähern wir uns der Bedeutung der Pflanzen für die Landwirtschaft und unsere Ernährung. Anhand von Beispielen aus Kenia entdecken wir, dass Pflanzen auch für uns Menschen eine Menge bewirken können, sie sind wahre Superheldinnen. Dieses Erkenntnis werden wir mit einer kreativen Methode festhalten und Portraits unserer Pflanzen-Heldinnen gestalten.

Für Kinder von 5 bis 10 Jahren, Eltern und Interessierte aller Altersstufen.

In Zusammenarbeit mit BREBIT (Brandenburger Entwicklungspolitische Bildungs- und Informationstage). Gefördert vom Ministerium für Bildung, Jugend und Sport des Landes Brandenburg.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

H21-1H003

13.11.21

1x Sa, 10:00 - 15:15 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Marie Sauß

Wieviel Patchwork verträgt das Fest der Liebe?

Alle Jahre wieder stellen sich Patchwork-Familien die gleichen Fragen: Wie sollen die Feiertage gestaltet werden? Wann sind die Kinder bei welchen Eltern? Und wie läuft es mit den vielen Großeltern? Auch die Geschenke werfen viele Fragen auf. Daraus können Konflikte entstehen, die der eigentlichen Idee des Festes der Liebe im Wege stehen. Die Kursleitende berät seit vielen Jahren Angehörige aus Patchwork-Familien zu diesem Thema. An diesem Abend beleuchtet sie mit Ihnen das Konfliktpotenzial und gibt Tipps und Ideen für Ihre Planung, damit das Weihnachtsfest harmonisch verläuft. Vielleicht entsteht in diesem Jahr sogar eine Tradition, die Ihre Kinder gern übernehmen werden.

H21-1H005

18.11.21

1x Do, 18:15 - 20:45 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

13,50 € / 11,50 €

Mary C. Baßler



Streit schlichten zwischen kleinen Kindern

Wenn Kinder sich streiten, dann kann das auch für Erwachsene eine knifflige Sache sein. Soll man sich einmischen oder nicht? Worauf muss man achten? Der Kurs wendet sich an Erwachsene, die mit jüngeren Kindern (bis 6 Jahren) zu tun haben. Eltern, Tagesmütter und -väter, Erzieher*innen und alle Interessierten lernen hier die wichtigsten Grundsätze und Verfahrensweisen der Streitschlichtung kennen.

W22-1H007

19.01.22

1x Mi, 17:30 - 20:45 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

Ulrike Wolf

Familitisch - Miteinander ins Gespräch kommen

Für ein gutes Miteinander in der Familie braucht es Gespräche. Dafür fehlt nicht nur oft die Zeit, auch falsche Erwartungen, fehlender Informationsfluss oder unausgesprochene Bedürfnisse führen oft zu Streit. Auch Veränderungen im familiären Alltag stellen das Zusammenleben vor Herausforderungen. Der „Familitisch“ ist eine relativ einfache Möglichkeit, Themen innerhalb der Familie strukturiert an- und zu besprechen, bevor ein Streit entsteht. An diesem Abend erfahren Sie, wie ein solcher „Familitisch“ organisiert wird und welche Regeln notwendig sind. Geeignet für Familien mit Kindern ab 6 Jahren.

W22-1H011

17.03.22

1x Do, 17:30 - 20:45 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

Mary C. Babler

Smartphone, Snapchat, Instagram & Co.

In diesem Vortrag mit praktischen Beispielen geht es um die Kommunikation und Lebenswelten Jugendlicher. Welche Apps, Websites und Community-Plattformen sind im Trend? Darüber können sich Eltern und Berufsgruppen, die mit Jugendlichen arbeiten, informieren und diskutieren, wie man diesen - vielleicht für einen selbst ungewohnten - Kommunikationsformen begegnen kann.

W22-1H009

16.02.22

1x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Andreas Klisch



Das Risikoparadox - Warum wir uns vor dem Falschen fürchten

(((•))) Vortrag im Live-Stream

Nahezu täglich bringen uns die Medien neue Hiobsbotschaften: steigende Kriminalität, gentechnisch veränderte Lebensmittel oder Elektrosmog. Wird unser Leben nicht immer gefährlicher, unsicherer, risikoreicher? Ortwin Renn, international anerkannte Risikoforscher und renommierte Technik- und Umweltsoziologe, sagt „nein“. Die durchschnittliche Lebenserwartung steigt beständig, in vielerlei Hinsicht geht es uns immer besser. Wie fürchten uns vor „falschen“ Gefahren, verschließen aber die Augen vor Risiken, die uns und unsere Nachwelt erheblich bedrohen. Erfahren Sie, welche diese sind, warum wir sie unterschätzen und wie wir im Sinne der Nachhaltigkeit verantwortungsvoll damit umgehen können. Ortwin Renn ist Wissenschaftlicher Direktor am Institut für Transformative Nachhaltigkeitsforschung (Institute for Advanced Sustainability Studies, IASS) in Potsdam und Professor für Umwelt und Techniksoziologie an der Universität Stuttgart. Außerdem leitet er das Forschungsinstitut DIALOGIK. **In Zusammenarbeit mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech).** **Die Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.**

H21-1J001D

12.10.21

1x Di, 19:30 - 21:00 Uhr

2 U-Std, Live-Stream

entgeltfrei

Prof. Ortwin Renn

Der größte Gegner der Liebe ist die Bindungsangst

Eine lange glückliche Beziehung wünschen sich fast alle Menschen, aber bei sehr vielen klappt es einfach nicht. Sie verlieben sich anscheinend immer in die oder den Falschen. Bei anderen zerbricht die Beziehung genau dann, wenn sie inniger wird. Wenn Ihnen das bekannt vorkommt, dann haben Sie sich wahrscheinlich in einen Menschen verliebt, der aufgrund früherer Kränkungen große Angst vor Nähe hat oder Sie sind selbst von der Bindungsangst betroffen.

In diesem Vortrag erfahren Sie, wie man Bindungstängstliche erkennt, welche mögliche Ursachen für Bindungsangst sind und wie man diese überwinden kann. Menschen, die mit Bindungsängstlichen zusammen sind, erkennen, wie sie mit diesen umgehen können, um eine kleine Chance auf ein gemeinsames Leben zu haben.

W22-1J103

17.02.22

1x Do, 18:00 - 19:30 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Alexandra Fresenborg

Wie Traumata in der nächsten Generation wirken

Transgenerationale Weitergabe bezeichnet, dass (nicht selten ungewollte) Erfahrungen in der Regel unbeabsichtigt oder unbewusst von den Angehörigen einer Generation auf die Mitglieder einer nachfolgenden Generation übertragen werden. Im Vortrag lernen Sie wichtige Grundlagen der Traumaforschung kennen, erfahren, woran Sie Traumaweitergaben erkennen und welche Möglichkeiten Sie haben, aus der Spirale der Traumaweitergabe auszustiegen.

W22-1J101

20.01.22

1x Do, 18:00 - 19:30 Uhr

2 U-Std, VHS im

Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Alexandra Fresenborg /

Marie Vry





Erbschafts- und Schenkungssteuerrecht

Wer hat nicht schon einmal darüber nachgedacht, sein Vermögen an seine Angehörigen oder an einen besonderen Freund/eine besondere Freundin zu vererben oder zu verschenken? Was ist beim Vererben und Verschenken an Angehörige, Kinder oder Freunde zu beachten? Der Vortrag bringt Ihnen in leicht verständlicher Weise das Erbschafts- und Schenkungssteuergesetz näher.

H21-1E001

08.12.21

1x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Birgit Freiheit

Steuerpflicht für Rentner*innen?

Immer wieder stellen sich Rentner*innen die Frage: Muss ich eine Steuererklärung abgeben? Die Frage ist leider nicht pauschal zu beantworten. Wie hoch der steuerpflichtige Teil der Rente ist, hängt zum Beispiel vom Beginn der Rente ab. Wie wirken sich Rentenerhöhungen auf die Einkommensteuer aus? Viele Rentner*innen erzielen durch die Zuschläge für Kindererziehung (sogenannte Mütterrente) Einkünfte über den Grundfreibetrag und sind verunsichert, ob Steuern nachzuzahlen sind. Welche Aufwendungen können in der Steuererklärung geltend gemacht werden? Und in welcher Höhe? Der Vortrag stellt die unterschiedlichen Besteuerungsarten der einzelnen Renten dar und gibt einen Einblick in die Berechnung der Einkommensteuer für Rentner*innen.

W22-1E005

03.03.22

1x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Anett Moschner

Grundlagen der Gemeinnützigkeit

Welche steuerlichen Besonderheiten gelten bei gemeinnützigen Körperschaften? Was unterscheidet Spenden vom Sponsoring und warum ist die zeitnahe Mittelverwendung für den Erhalt der Gemeinnützigkeit so wichtig? Die Veranstaltung richtet sich sowohl an Gründer*innen gemeinnütziger Einrichtungen als auch an Organ- und Verwaltungsmitglieder bestehender Organisationen. Eingegangen wird auf einzelne steuerbegünstigte Zwecke, die Merkmale steuerbegünstigter Tätigkeiten sowie auf die einzelnen Sphären (ideeller Bereich, Zweckbetriebe, Vermögensverwaltung und steuerpflichtiger wirtschaftlicher Geschäftsbetrieb).

W22-1E007

07.04.22

1x Do, 16:45 - 19:15 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

13,50 € / 11,50 €

Anett Moschner



Umsatzsteuer in gemeinnützigen Einrichtungen

„Wir sind gemeinnützig - Umsatzsteuer geht uns nichts an“ ist ein weit verbreiteter Irrtum. Dieser Vortrag richtet sich an Organ- und Verwaltungsmitglieder gemeinnütziger Einrichtungen, die Leistungen erbringen und dafür Entgelte vereinnahmen. In der Veranstaltung werden die erbrachten Umsätze eingeteilt, umsatzsteuerfreie Leistungen erarbeitet und der richtige Steuersatz gefunden. Weiterhin wird die Kleinunternehmerregelung beleuchtet sowie der Vorsteuerabzug besprochen.

F22-1E009

19.05.22

1x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Anett Moschner



Reicht die gesetzliche Rente?

Immer wieder werden wir mit der Feststellung konfrontiert, dass unsere gesetzliche Rente nicht für große Sprünge reichen wird. Aber was können wir dagegen tun? In dieser Veranstaltung erhalten Sie einen Überblick darüber, wie hoch Ihre gesetzliche Rente nach allen Abzügen sein wird, wie groß Ihre Rentenlücke sein wird und welche Möglichkeiten der (privaten) Vorsorge Sie haben, um Ihren Lebensstandard im Alter zu erhalten. Wir betrachten auch, welche Erträge Riester-Renten, Betriebs-Renten und private Renten bringen können. Sie lernen, wie Sie sich schrittweise und ohne viel Aufwand automatisiert ein (ausreichend hohes) Vermögen aufbauen können, um auch im Ruhestand ein gutes finanzielles Auskommen zu haben oder sogar früher in Rente gehen können. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Das Mitbringen Ihrer letzten Renteninformation ist hilfreich, aber nicht erforderlich.

H21-1E101

03.11.21

1x Mi, 17:30 - 20:45 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

René Günther

Anleitung zum Crowdfunding

Mit Crowdfunding lassen sich kreative, kulturelle und gesellschaftliche Projekte, Produkte, Startups und vieles mehr finanzieren. Das Besondere daran ist, dass eine Vielzahl von Menschen ein Projekt finanziell unterstützt. In diesem Vortrag erfahren Sie anhand beispielhafter Kampagnen wie diese moderne Finanzierungsquelle, abseits von staatlichen Subventionen, genutzt werden kann.

W22-1E103

22.01.22

1x Sa, 09:30 - 12:45 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

Andreas Klisch

Vermögensaufbau mit ETFs

ETFs gelten inzwischen als gute Möglichkeit, sich schrittweise ein signifikantes Vermögen aufzubauen. Im Grundkurs erfahren Sie, wie diese Anlageform funktioniert und wie Sie es schaffen können, weitgehend automatisiert Vermögen aufzubauen, ohne sich zu sehr einschränken zu müssen. Sie erhalten eine Einführung in das passive Investieren mittels ETFs, lernen die enorme Kraft des Zinseszinses kennen und erfahren, welche Renditen unter Berücksichtigung der Inflation erreicht werden können.

Im Vertiefungskurs erfahren Sie, wie Sie mit speziellen, ausschüttenden ETFs und Dividendentiteln Schritt für Schritt ein monatliches, passives Zusatz-Einkommen aufbauen können. Wir untersuchen den großen Einfluss des Zinseszinses über lange Zeiträume. Außerdem erhalten Sie einen Überblick darüber, wie Sie die „richtigen“ ETFs oder Aktien finden, welche Steuern anfallen und wie Sie diese vermeiden können.

→ Grundkurs

W22-1E107

23.02.22

1x Mi, 17:30 - 20:45 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

René Günther

→ Vertiefungskurs

W22-1E109

16.03.22

1x Mi, 17:30 - 20:45 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

René Günther





Finanzplanung und Vermögensaufbau - Selbst ist die Frau!

Es ist nicht immer einfach, sich in der Welt der Finanzen zurechtzufinden. In diesem Workshop erhalten Sie hilfreiche Ansatzpunkte für die Gestaltung Ihrer Vermögenswerte. Themen sind: allgemeine Anlagemöglichkeiten, aktuelles Zinsniveau, Gehalt sowie Finanzen in der Partnerschaft. Wir besprechen auch, was zu berücksichtigen ist, wenn sich die Lebenssituation aufgrund von Kindern, Hochzeit, Scheidung, Erbfall ändert. Der Workshop hilft Ihnen, Ihre Finanzen unabhängig von Personen oder Situationen sinnvoll aufzustellen und eignet sich auch für junge Frauen als guter Einstieg, um sich von vornherein finanziell gut zu positionieren.

W22-1E111

17.03.22

1x Do, 15:45 - 17:15 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Eyleen Tischer

verbraucherzentrale

Brandenburg

Renteneintritt - Welche Versicherung benötige ich?

In Kooperation mit der Verbraucherzentrale Brandenburg e.V.

Mit dem Renteneintritt beginnt nicht nur ein neuer Lebensabschnitt, sondern es ergeben sich auch neue Fragen zum Versicherungsschutz. In diesem Vortrag erhalten Sie einen Überblick über die notwendigen Versicherungen für das Rentenalter. Außerdem werden Sie die Versicherungslandschaft besser kennenlernen, um sich auch zukünftig orientieren zu können.

W22-1E203

23.02.22

1x Mi, 15:00 - 16:30 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Sylvia Schönke



verbraucherzentrale

Brandenburg

Heizkostenabrechnung verstehen

In Kooperation mit der Verbraucherzentrale Brandenburg e.V.

Sie hatten bei der letzten Heizkostenabrechnung ein Guthaben? Wunderbar und abgelegt. Oder war doch eine Nachzahlung fällig, obwohl Sie geheizt haben wie immer? Abrechnungen können fehlerhaft sein. Wenn Sie wissen möchten, wo die Fehlerquellen liegen und welche Informationen sich noch in der Heizkostenabrechnung verstecken, sind Sie hier richtig. Außerdem gibt es Tipps für die Beurteilung des eigenen Verbrauchs. Die Teilnehmenden werden gebeten, ihre letzte(n) Betriebs- und Heizkostenabrechnung(en) zur Auswertung mitzubringen.

W22-1G001

26.01.22

1x Mi, 17:00 - 18:30 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

5,00 € / keine Ermäßigung

Dr. Andreas Schmeller

Sicher surfen und online einkaufen

In Kooperation mit der Verbraucherzentrale Brandenburg e.V.

Die digitale Welt ist aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken, denn sie bietet viele Vorzüge: So kann man von zu Hause aus bequem nach Produkten stöbern, Preise vergleichen, sich Waren liefern lassen oder auch den anstehenden Urlaub buchen. Die digitale Welt bietet eine schier endlose Zahl an Unterhaltungsprodukten, wie Filme, Spiele, elektronische Bücher und Musik, sowie Plattformen, um neue Leute kennenzulernen. In dieser Angebotsvielfalt lauern jedoch auch Daten- und Kostenfallen. In diesem Vortrag lernen Sie wichtige rechtliche Rahmenbedingungen kennen, erhalten Hinweise zu unzulässigen Klauseln im Kleingedruckten sowie Tipps zur Durchsetzung von Verbraucherrechten.

F22-1G003

11.05.22

1x Mi, 17:00 - 18:30 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Dunja Neukamp



Rechtsmedizin - Wie sieht die Praxis aus?

Vortrag mit Besichtigung im Brandenburgischen Landesinstitut für Rechtsmedizin

Sie erhalten in kompakter Vortragsform einen Überblick über die Aufgaben und vielfältigen Arbeitsweisen der Rechtsmedizin in Deutschland. Neben einem Überblick über die Arbeitsbereiche eines Rechtsmediziners sowie der Beantwortung der Frage, was einen Rechtsmediziner von einem Pathologen unterscheidet, erfahren Sie viel aus der Praxis: Was passiert genau bei einer Fundortbesichtigung und wie geht der Rechtsmediziner bei der Befunderhebung am Leichnam vor? All dies erfolgt anhand von Fallspielen.

Nur mit vorheriger Anmeldung bei der VHS.

Hinweis: Mindestalter 16 Jahre. Teilnehmende unter 18 Jahren nur in Begleitung erziehungsberechtigter Erwachsener.

H21-1E301

22.11.21

1x Mo, 17:00 - 18:30 Uhr

2 U-Std, Landesinstitut f. Rechtsmedizin,

Lindstedter Chaussee 6, Studenteneingang

8,00 € / keine Ermäßigung

Jacques Stoelben

W22-1E301

21.03.22

1x Mo, 17:00 - 18:30 Uhr

2 U-Std, Landesinstitut f. Rechtsmedizin,

Lindstedter Chaussee 6, Studenteneingang

8,00 € / keine Ermäßigung

Jacques Stoelben

Sie wollen sich in der digitalisierten
Welt besser zurechtfinden?



Dann nutzen Sie die vhs-App
Stadt | Land | DatenFluss





Mathematik für den MSA

● ● ● Junge VHS Ferienkurs (10. Klasse)

Dieser Kurs richtet sich an Schülerinnen und Schüler der 10. Klasse, die in wenigen Wochen ihre Mathematik MSA-Prüfung schreiben.

Neben der Wiederholung von mathematischen Grundlagen werden unter anderem lineare und quadratische Gleichungen, Rechnungen am Dreieck, wie Pythagoras und Trigonometrie, sowie die Strahlensätze anhand vieler Beispiele und Aufgaben behandelt. Mit Hilfe von MSA-Klausuren aus den Vorjahren werdet Ihr ideal auf die kommende Prüfung vorbereitet.

Der Kurs findet an den ersten vier Tagen als Online-Kurs statt, am letzten Tag treffen wir uns für eine Probeproofung in den Räumen der Volkshochschule.

Der Kurs findet auf der datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Ihr benötigt einen PC oder Laptop mit Internetverbindung, Kamera und Mikrofon. Alle nötigen Informationen erhaltet Ihr rechtzeitig vor Kursbeginn.

W22-1L001J

31.01.22 – 04.02.22

Lit.: Training MSA/eBBR 2022 - Mathematik -

Berlin/Brandenburg (Stark)

5 Tage 09:00 - 13:15 Uhr

25 U-Std, vhs.cloud / VHS im Bildungsforum

94,50 €

Antje Buchholz

Die unsichtbare Macht der Algorithmen

● ● ● Junge VHS Ferienkurs (12-15 Jahre)

Was sind eigentlich Algorithmen und wo begegnen wir ihnen in unserem Alltag? Mit diesen Fragen beschäftigen wir uns in diesem Workshop. In einem Experiment probieren wir aus, ob Algorithmen wirklich so neutral sind, wie sie auf den ersten Blick wirken. Wir schauen uns an Beispielen an, wie man sich die Fähigkeit von Algorithmen zunutze machen kann und lernen sowohl Chancen als auch Risiken der Nutzung kennen. Am Ende beschäftigen wir uns mit der Frage, wie wir mit Algorithmen so umgehen können, dass sie unser Leben positiv beeinflussen und helfen, eine gerechtere Welt zu schaffen.

W22-1L003J

12.04.22

1x Di, 10:00 - 15:15 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

21,00 €

Jani Makowski





Vom Schüler zum Millionär?

● ● ● Junge VHS (ab 14 Jahren)

Ihr denkt, bis zu Eurer Rente ist noch viel Zeit? Stimmt! Fakt ist aber auch, dass die Rente später für Euch kaum mehr als eine Basisabsicherung sein wird. Große Sprünge werden damit wohl nicht möglich. Aber wer heute die Weichen richtig stellt, kann sich ganz nebenbei ein Vermögen aufbauen und damit nicht nur finanziell abgesichert in Rente gehen, sondern auch schon einige Jahre früher „das süße Leben“ genießen. In diesem Workshop lernt Ihr alles rund um die Rente und findet heraus, wie ETFs und Aktien es Euch ermöglichen, ohne großen Aufwand per Handy Euer Angespartes zu vervielfachen. Das eigene Geld für sich arbeiten zu lassen während Ihr andere Dinge tut, klingt doch gut, oder?

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

W22-1E105J

19.02.22

1x Sa, 09:30 - 12:45 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

15,40 €

René Günther

Was hat das Internet mit unserem Klima zu tun?

● ● ● Junge VHS Ferienkurs (11-15 Jahre)

Die Lieblingsserie streamen, YouTube gucken oder mit Freund*innen über WhatsApp plaudern: All dies hat Auswirkungen auf das globale Klima. Ziel dieses Projekttages ist es, gemeinsam die Vor- und Nachteile der Digitalisierung für das Klima und unsere Umwelt zu erkennen.

Am Anfang überlegen wir, welche digitalen Medien wir kennen und wofür wir diese hauptsächlich nutzen. Mithilfe eines Memorys ergründen wir, welche Rohstoffe durch die Digitalisierung wo eingespart werden, und diskutieren, warum dies so ist. Anschließend schauen wir uns an, wie viele Ressourcen und Energien durch die Digitalisierung - bei der Herstellung von internetfähigen Endgeräten, deren Entsorgung und durch die Nutzung des Internets - verbraucht werden.

W22-1G109J

11.04.22

1x Mo, 10:00 - 15:30 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 €

Andrina Freitag





Kultur und Gestalten



Manuela Peglow
Programmbereichsleitung

0331 289-4563
manuela.peglow@
rathaus.potsdam.de



Sabine Kammin
Verwaltung

0331 289-4569
sabine.kammin@
rathaus.potsdam.de





Literatur im Gespräch

In Zusammenarbeit mit der Stadt- und Landesbibliothek Potsdam

Literatur ist nicht nur Kunst, sondern auch Produkt zeitgeschichtlicher Bedingungen. Sie entsteht und sie wirkt nie losgelöst von historischen und gesellschaftlichen Umständen. Und ist dennoch auch ein sinnlicher und sprachlicher Genuss. In einem offenen Gesprächskreis wird pro Abend über je ein Buch diskutiert, das alle gelesen haben sollten. Ziel ist es, gemeinsam der Wirkung von Literatur nachzuspüren sowie Bücher in Bezug auf aktuelle Debatten oder interessante Jubiläen zu entdecken.

Diese Bücher sind für die nächsten Termine ausgesucht worden:

30.09.21 Juli Zeh „Neujahr“

25.11.21 Anja Kampmann „Wie hoch die Wasser steigen“

Bücher für 2022 werden zur Veranstaltung im November vorgestellt und die Teilnehmenden entscheiden, welche Bücher besprochen werden.

Helen Thein-Peitsch, Leiterin der Bibliothek am Zentrum für Zeithistorische Forschung Potsdam, studierte Gender Studies und Jüdische Studien in Berlin und Potsdam und arbeitete die Nachlassbibliothek des ehemaligen Suhrkamp-Cheflectors Walter Boehlich auf.

H21-2A001

30.09.21

1x Do, 19:00 - 20:30 Uhr

2 U-Std, SLB, Zeitschriftenlounge, Am Kanal 47

5,00 € / keine Ermäßigung

Helen Thein-Peitsch

H21-2A002

25.11.21

1x Do, 19:00 - 20:30 Uhr

2 U-Std, SLB, Zeitschriftenlounge, Am Kanal 47

5,00 € / keine Ermäßigung

Helen Thein-Peitsch

W22-2A003

27.01.22

1x Do, 19:00 - 20:30 Uhr

2 U-Std, SLB, Zeitschriftenlounge, Am Kanal 47

5,00 € / keine Ermäßigung

Helen Thein-Peitsch

W22-2A004

17.03.22

1x Do, 19:00 - 20:30 Uhr

2 U-Std, SLB, Zeitschriftenlounge, Am Kanal 47

5,00 € / keine Ermäßigung

Helen Thein-Peitsch

F22-2A005

19.05.22

1x Do, 19:00 - 20:30 Uhr

2 U-Std, SLB, Zeitschriftenlounge, Am Kanal 47

5,00 € / keine Ermäßigung

Helen Thein-Peitsch

S22-2A006

25.08.22

1x Do, 19:00 - 20:30 Uhr

2 U-Std, SLB, Zeitschriftenlounge, Am Kanal 47

5,00 € / keine Ermäßigung

Helen Thein-Peitsch



Kreatives Schreiben

Wer hat Angst vor dem leeren Blatt? Sie nicht? Dann sind Sie hier richtig! In diesem Schreibkurs gehen wir gemeinsam auf die Suche nach Ihren Geschichten und Worten. Wir werden mit geleiteten Sprachspielen, kreativen Schreibübungen und einem Einblick in die Handwerkskiste des Schreibens Ihren inneren Schriftsteller bzw. Ihre innere Schriftstellerin hervorlocken. Lassen Sie sich auf das Experiment ein, schnappen Sie sich Stift und Papier und schreiben Sie, schreiben Sie, schreiben Sie... Denn wie schon Mark Twain wusste: „Schreiben ist leicht. Man muss nur die falschen Worte weglassen“.

H21-2B001

15.09.21 – 01.12.21

10x Mi, 17:00 - 19:15 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

130,00 € / 112,00 €

Angelina Streich

→ Fortgeschrittene

H21-2B002

13.09.21 – 15.11.21

10x Mo, 17:00 - 19:15 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

130,00 € / 112,00 €

Angelina Streich

W22-2B001

12.01.22 – 23.03.22

10x Mi, 17:00 - 19:15 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

130,00 € / 112,00 €

Angelina Streich

Kurzkrimi-Schreibwerkstatt

(((••))) Online-Kurs am Wochenende

Ein Wald oder ein Park, ein Bahnhof oder eine Bushaltestelle - was für Verbrechen könnten sich hier abspielen, welche Figuren mit hinreichend krimineller Energie fühlen sich wohl angezogen von solchen locations? In dieser Schreibwerkstatt sondieren wir mögliche Täter und Opfer, gewinnen verschiedenen Szenarien spannende und überraschende Wendungen ab. Mit Hilfe der Techniken des „Creative Writing“ entwerfen wir lebendige Figuren und dramaturgisch stimmige Plots. Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse erlernen in lockerer Atmosphäre die Tricks und Kniffe des Genres. Schritt für Schritt nähern wir uns einem packenden Kurzkrimi. Zwischendurch gibt es immer wieder „Offline“-Phasen für Schreibaufgaben, so dass man nicht nur vor dem Monitor sitzt.

Jörg Wolfradt ist Literaturwissenschaftler, zertifizierter Literaturpädagoge und hat zahlreiche Bücher, Hörspiele und Theaterstücke für Kinder und Jugendliche veröffentlicht.

Sie erhalten die Zugangsdaten nach Anmeldung.

W22-2B004D

12.03.22 – 13.03.22

Sa u. So, 10:00 - 16:30 Uhr

16 U-Std, Live-Stream

83,80 € / 72,30 €

Dr. Jörg Wolfradt

Textwerkstatt Kinderbücher schreiben

(((••))) Online-Kurs

Sie haben eine konkrete Idee für ein Bilderbuch oder ein Kinder- oder Jugendbuch im Kopf oder bereits etwas geschrieben? Dann sind Sie hier richtig. In dieser Textwerkstatt geht es um die Umsetzung Ihrer bereits vorliegenden konkreten Ideen oder eines ersten Textentwurfs in eine funktionierende Handlung, die spannend und unterhaltsam zugleich ist. Wir beschäftigen uns mit der Entwicklung stimmiger Figuren, arbeiten am Grundplot und an der Sprache (Dialoge, bildhaftes Erzählen). Wer schon vor Kursbeginn etwas zu Papier gebracht hat, kann am Samstagabend den Anfang des Textprojekts (max. 5.000 Zeichen inkl. Leerzeichen) einreichen. Sie erhalten dann am Sonntag ein individuelles Feedback des Kursleiters (Lesepause). Jörg Wolfradt ist Literaturwissenschaftler, zertifizierter Lese- und Literaturpädagoge und Lektor im Bereich „Kinderbuch/Belletristik“. Er hat zahlreiche Bücher, Hörspiele und Theaterstücke für Kinder und Jugendliche veröffentlicht.

Sie erhalten die Zugangsdaten nach Anmeldung.

H21-2B003D

06.11.21 – 07.11.21

Sa u. So, 10:00 - 16:30 Uhr

16 U-Std, Live-Stream

83,80 € / 72,30 €

Dr. Jörg Wolfradt

2022

Photographie.

Abstraktion.

Surrealismus.



Eine neue Kunst.
Photographie und Impressionismus
12. 2. – 8. 5. 2022

Die Form der Freiheit.
Internationale Abstraktion nach 1945
4. 6. – 25. 9. 2022

Surrealismus und Magie.
Verzauberte Moderne
22. 10. 2022 – 29. 1. 2023



Museum Barberini

Mit unserem Kooperationspartner, dem Museum Barberini, bieten wir Ihnen in der VHS regelmäßig Einführungen in die aktuellen Ausstellungen des Museums an, die durch eine Veranstaltung vor Ort in der Folgewoche vertieft werden. Sie sehen eine eindrucksvolle Präsentation der Ausstellung und können danach bis zur Schließung des Museums in Ruhe die Ausstellung besuchen. Vortrag und Führung werden von Kunsthistorikerinnen übernommen. Bitte beachten Sie, dass die Führung durch die Ausstellung eine Woche nach dem Vortrag nur möglich ist, wenn es die Pandemie-Lage erlaubt.

Für die Präsentation vor Ort fallen zusätzlich 3,00 Euro/Person und Eintritt in das Museum an. Teilnehmende des Kurses zahlen den ermäßigten Eintrittspreis ins Museum Barberini oder nutzen ihre Jahreskarte.

Weitere Informationen: www.museum-barberini.com, Tel: 0331 236 014 499.

Einführung in die Ausstellung „Impressionismus in Russland. Aufbruch zur Avantgarde“

Das Ende des 19. Jahrhunderts war künstlerisch eine Zeit des internationalen Aufbruchs. Russische Maler waren - oft auch durch Reisen in die Kunstmetropole Paris - von den Errungenschaften des Französischen Impressionismus beeindruckt. Die neuen Malweisen und Themen inspirierten sie. Das Malen im Freien, die neuen Motive, die Bedeutung des Augenblicks und vor allem das Studium des Lichts äußerten sich in ihren Werken. Die Ausstellung zeigt die vielseitigen Aspekte des Impressionismus in Russland und die Entwicklung der späteren russischen Avantgarde.

Für den Live-Stream am 1. November erhalten Sie die Zugangsdaten nach der Anmeldung.

→ in Präsenz (Vortrag+Führung)

H21-2C001

18.10.21 – 25.10.21

1x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr, 1x Mo, 17:00 - 17:45 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum
8,00 € / keine Ermäßigung
Verena Lührsen

→ im Live-Stream (nur Vortrag)

H21-2C001D

01.11.21

1x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr
2 U-Std, Live-Stream
5,00 € / keine Ermäßigung
Verena Lührsen

Einführung in die Ausstellung „Photographie und Impressionismus“

Im 19. Jahrhundert entwickelte sich die Photographie als neues Bildmedium parallel zur Vorläuferin der Freilichtmalerei. So verwundert es nicht, dass der Impressionismus als erster Malstil en plein air zahlreiche Bezüge zu diesem Medium aufweist. Diese Aspekte werden in der Ausstellung „Eine neue Kunst. Photographie und Impressionismus“ im Museum Barberini umfassend dargestellt. Im Einführungsvortrag werden neben den zentralen Themen und Fragestellungen der Ausstellung auch die Entstehungsgeschichte der Photographie sowie ihr Einfluss auf konkrete impressionistische Gemälde beleuchtet.

Für den Live-Stream am 21. März erhalten Sie die Zugangsdaten nach der Anmeldung.

→ in Präsenz (Vortrag+Führung)

W22-2C002

07.03.22 – 14.03.22

1x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr, 1x Mo, 17:00 - 17:45 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum
8,00 € / keine Ermäßigung
Dr. Claire Guinomet

→ im Live-Stream (nur Vortrag)

W22-2C002D

21.03.22

1x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr
2 U-Std, Live-Stream
5,00 € / keine Ermäßigung
Dr. Claire Guinomet

MUSEUM BARBERINI
POTSDAM



Große Namen der Kunstgeschichte

*Diese Reihe hat schon Tradition: Die Berliner Kunsthistorikerin Dr. Gerhild Komander stellt Ihnen Künstler*innen verschiedener Epochen vor, bringt Ihnen deren Werke näher und führt Sie in verschiedene Themen der Kunstgeschichte ein. Kommen Sie mit auf eine Reise in die Welt der Kunst.*



Verliebt in Deutschland - Lyonel Feininger zum 150. Geburtstag

Der Junge aus New York war begeistert von Deutschland und ertrug sich die Erlaubnis, in Hamburg zu studieren. Feininger arbeitete als freier Illustrator und Karikaturist bis er durch seine Reisen Kubisten und Brücke-Maler kennenlernte. Seine Gemälde waren sofort akzeptiert und wurden in der Sturm-Galerie in der Potsdamer Straße ausgestellt. Die Berliner Secession nahm ihn als Mitglied auf. Legendar wurden seine Fahrradreisen auf den Ostseeinseln und rund um von Weimar. 1919 rief Walter Gropius ihn an die Bauhaus-Schule. Feininger kam nach Weimar, bezog später mit seiner Familie eines der Meisterhäuser in Dessau und leitete bis 1932 die Druckwerkstätten des Bauhauses. Die Nationalsozialisten beendeten Feiningers glückliches und erfolgreiches Leben in Deutschland. In den USA fühlte er sich fremd. Seine Kunst setzte sich jedoch auch dort durch. Feiningers Werk spiegelt die Entwicklungen der Kunst seiner Zeit ebenso wie die starken Brüche, die die Menschen zwischen 1890 und 1955 erlebten.

H21-2C005

14.10.21

1x Do, 14:00 - 15:30 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

5,00 € / keine Ermäßigung

Dr. Gerhild H. M. Komander

Die Germanen - Ihr Name, ihre Herkunft, ihre Kunst

Sie waren kein Volk, sondern viele Völker. Woher ihr Name stammt, ist ungewiss. Die Germanen bildeten Siedlungs-, Kult- und Sprachgemeinschaften von Menschen auch unterschiedlicher Herkunft. Entsprechend vielfältig spiegelt ihre Kunst die sagenhaften und religiösen Vorstellungen. Vieldeutige Abstraktionen und konkrete Wiedergaben ihrer Welt in Tier- und Menschengestalt zieren wertvollen Schmuck und Gerätschaften, Kleidung und Gebrauchsgegenstände. Betrachten Sie etwa tausend Jahre Geschichte Europas aus dem Blickwinkel der Germanen.

H21-2C006

18.11.21

1x Do, 14:00 - 15:30 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

5,00 € / keine Ermäßigung

Dr. Gerhild H. M. Komander



Künstlerin, Insektenforscherin, Unternehmerin - Maria Sibylla Merian

Als Blumen- und Insektenmalerin ist sie weltweit berühmt geworden: Maria Sibylla Merian (1647-1717), die jüngste Tochter von Matthäus und Johanna Sybilla Merian. Der Vater ist Kupferstecher, der Stiefvater Maler. Da liegt es nahe, dass das Kind den eigenen Neigungen zur Kunst und Wissenschaft entsprechen darf. Sie beginnt, sich mit der Verwandlung der Raupen in Flügelwesen zu befassen, zeichnet und malt sie in ihrer natürlichen Umgebung - und wird berühmt. Ihr erstes Buch erscheint 1675. 1699 setzt Merian eine Reise nach Surinam durch. Ihre Beobachtungen erscheinen 1705 in einem prächtigen Band. Ihre Bilder faszinieren bis heute ein breites Publikum.

W22-2C007

20.01.22

1x Do, 14:00 - 15:30 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

5,00 € / keine Ermäßigung

Dr. Gerhild H. M. Komander

Verrückt nach Angelika... Die Malerin Angelika Kauffmann

Powerfrau und Influencerin würde sie in unseren Tagen genannt: Angelika Kauffmann, die als „weiblicher Raffael“ umschwärmt und verehrt wurde und 1807 ein Begräbnis erhielt, wie 300 Jahre zuvor Raffael selbst. „Die ganze Welt ist Angelika-verrückt“ hieß es zwischen London, Neapel und St. Petersburg. Ihre individuellen Porträts zwischen Klassizismus und Empfindsamkeit verschafften ihr größte Beliebtheit und 1762 - mit 21 Jahren - den Eintritt in die Kunstakademie in Florenz. Mit großem Mut wagte sie sich an die Königsdisziplin des Historienbildes und erntete noch größeren Applaus. Privat keineswegs immer glücklich erwies sich Angelika Kauffmann auch als hervorragende Geschäftsfrau. Sie gehörte zu den wenigen künstlerischen Persönlichkeiten des 18. Jahrhunderts und den sehr wenigen Künstlerinnen, deren Werk bis heute große Aufmerksamkeit erfährt.

W22-2C008

17.02.22

1x Do, 14:00 - 15:30 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

5,00 € / keine Ermäßigung

Dr. Gerhild H. M. Komander



Grandma Moses - eine Bäuerin malt den Alltag auf dem Lande

Anna Mary Robertson Moses (1860-1961) wächst in einer Bauernfamilie im Staat New York auf und verbringt ihr Leben als Bäuerin inmitten einer großen Familie. Als ihr viele tägliche Arbeiten durch Gelenkerkrankungen nicht mehr möglich sind, beginnt sie zu malen. Da ist sie 75 Jahre alt. Grandma Moses, wie sie zu Hause genannt wird, malt ihre Heimat durch alle Jahreszeiten, alle Alltäglichkeiten, in allen Einzelheiten und leuchtenden Farben.

Über die naive Malerei wird einerseits gespottet, andererseits wächst das Interesse an dieser Volkskunst. Der Kunstsammler Louis Caldor wirbt beharrlich für Grandma Moses' Kunst: 1940 werden drei ihrer Bilder im Metropolitan Museum of New York ausgestellt. Das ist der Beginn einer großen Kunstkarriere, die mit dem Tod der Malerin nicht endet.

W22-2C009

17.03.22

1x Do, 14:00 - 15:30 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

5,00 € / keine Ermäßigung

Dr. Gerhild H. M. Komander



Zwischen Realismus und Sozialkritik - Der Maler Ilja Repin (1844 - 1930)

Der Künstler Ilja Repin wuchs in der Ukraine auf, starb in Finnland und gilt als der international bekannteste in Russland arbeitende Maler. Er erlernte die Ikonenmalerei und studierte Kunst in St. Petersburg, besuchte die Kunstzentren Europas und studierte den Impressionismus in Paris. Doch seine Werke wurden kaum beachtet. Repin kehrte nach Russland zurück und bereiste die unterschiedlichen Regionen des Zarenreiches.

In seinen Gemälden führte er die im Ausland kennengelernten Techniken und Sichtweisen mit russischen Motiven zusammen und erneuerte die Kunst auf der Grundlage russischer Traditionen. Gerade deshalb übertrug ihm Zar Alexander III. die Leitung der Petersburger Kunstakademie. Realismus, impressionistische Lichtmalerei und eine zunehmend sozialkritische Haltung prägen das Werk Ilja Repins. Es umfasst Porträts der Zeitgenossen wie Pawel Michailowitsch Tretjakow und Alexander Puschkin ebenso Historien Gemälde, Landschaften und Bildnisse der arbeitenden Bevölkerung.

F22-2C010

28.04.22

1x Do, 14:00 - 15:30 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

5,00 € / keine Ermäßigung

Dr. Gerhild H. M. Komander



Gigantomanische Bauten des Stalinismus

Die gewaltigsten Denkmale, die schnellsten Flugzeuge, die höchsten, komfortabelsten Wohnkomplexe - die Vorzeigebauten des Sozialismus mussten immer Superlative sein und internationale Rekorde brechen. Besonders in der Frühzeit der sowjetischen Ära wurden gigantomanische Bauten zur Ausdrucksform einer Gesellschaft, die sich selbst als überlegen und hochinnovativ empfand. Wie die Praxis der Gesellschaft diesen Anspruch ad absurdum führte und die Gigantomanie als Lüge entlarvte, wird hier an markanten Beispielen geschildert.

H21-2C004

28.10.21

1x Do, 17:45 - 19:15 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Tanja Stern

Die Havel - Von der Quelle bis zur Mündung

Die Havel ist der bekannteste Fluss unserer Region. Man glaubt sie zu kennen, ist sie doch im schiffbaren Bereich um Berlin und Potsdam immer gegenwärtig. Doch durchfließt sie in einem weiten fast kreisförmigen Verlauf vier Bundesländer: Mecklenburg-Vorpommern, Brandenburg, Berlin und Sachsen-Anhalt. Hier liegt vieles unscheinbar im Verborgenen. Die Quelle und die Mündung liegen nicht weit voneinander entfernt.

Der Maler Olaf Thiede hat in 100 stimmungsvollen Gemälden den gesamten Verlauf des Flusses und seine Natur dargestellt. Unterteilt in die vier Jahreszeiten werden in diesem Bildervortrag die verschiedenen Stationen und Aspekte vorgestellt und viel Informatives und auch Unbekanntes berichtet. Zuvor gibt es einen interessanten historischen Rückblick.

Tipp: Vom 4. bis 16. September 2021 findet die Themenwoche „Brandenburg entdecken“ im Bildungsforum statt.

H21-2C015

09.09.21

1x Do, 17:45 - 19:15 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Olaf Thiede



Potsdam im Blick - Sichtbeziehungen der Potsdamer Innenstadt

Jeder in Potsdam kennt das Wort „Sichtachse“. Sofort fällt einem die Brandenburger Straße mit dem Blick zum Brandenburger Tor ein, doch dann wird es schon etwas schwieriger. Die barocke Innenstadt hat eine Vielzahl an Sichtbeziehungen zu bieten, nicht jede erschließt sich sofort, doch alle zusammen bilden ein durchdachtes, komplexes Ordnungssystem in hoher ästhetischer Qualität. Komposition, Proportion und Zahlenrhythmus spielen hierbei eine große Rolle - „Architektur wie Musik“. Der Bildvortrag des Potsdamer Malers Olaf Thiede erläutert die großen Zusammenhänge der Potsdamer Stadtkomposition mit vielen verständlichen Illustrationen.

H21-2C016

11.11.21

1x Do, 17:45 - 19:15 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Olaf Thiede

Potsdamer Baustile

Dieser Bildvortrag zeigt die Potsdamer Stadtarchitektur vom Barock über die Gründerzeit und den Expressionismus bis zur allgemeinen Moderne der Jetztzeit und erläutert an Hand von Einzelbeispielen, vielen Details und Einblicken die stilkundliche Entwicklung und die Bedeutung von Fassadenornamentik. Das Augenmerk gilt hierbei nicht den hinlänglich bekannten Kirchen und Schlössern, sondern den eher unauffälligen und unbekanntem bürgerlichen und gesellschaftlichen Gebäuden der Stadt.

W22-2C017

27.01.22

1x Do, 17:45 - 19:15 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Olaf Thiede

Zeichen in der Landschaft

Türme, Alleen, Sicht- und Sonnenachsen bilden ein weitläufiges gut durchdachtes Netzwerk an Orientierung und Ästhetik in der Potsdamer Kulturlandschaft. Die Wurzeln dieses Ordnungssystems lassen sich bereits auf die römische Antike und das Mittelalter zurückführen. Barock und Aufklärung sowie die Anfänge der Wissenschaft im 19. und frühen 20. Jahrhundert setzten symbolträchtige Zeichen in die Landschaft, die es zu deuten gilt. Der Grundgedanke von Harmonie und Symbiose zwischen Menschenwerk und Natur ist zeitlos und somit auch für unsere Zeit vorbildlich und hochaktuell.

W22-2C018

31.03.22

1x Do, 17:45 - 19:15 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Olaf Thiede





Adolph Menzels Kunst und Wirklichkeiten

((())) Vortrag im Live-Stream aus der Neuen Pinakothek

Adolph Menzel gilt als herausragender Vertreter des deutschen Realismus im 19. Jahrhundert. Unermüdlich zeichnend beobachtete er Menschliches und allzu Menschliches. 1996/97 verortete ihn die große Berliner Retrospektive daher auch im „Labyrinth der Wirklichkeit“.

Menzel, der die lithographische Anstalt des Vaters nach dessen Tod 1832 weiterführte, erwarb 1864 das Photographische Kunst- und Verlagsinstitut Gustav Schauer für seinen Bruder. Nach dessen Tod ein Jahr später unterstützte er auch hier seine Schwägerin in der Fortführung der Geschäfte.

Menzel war also bestens mit den vervielfältigenden und abbildenden Medien der Zeit vertraut, die seinen ökonomischen Erfolg sicherten und zugleich seinen Blick auf die Dinge des Lebens prägten. Dennoch hielt er persönlich an Malerei und Graphik fest. Suchte er vielleicht doch nach symbolischen Ausdrucksmöglichkeiten jenseits der bloßen Abbildung der Wirklichkeit?

Dr. Joachim Kaak ist Referent für Malerei und Plastik in der Neuen Pinakothek.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Neuen Pinakothek statt.

Die Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.

H21-2C100D

11.11.21

1x Do, 19:30 - 21:00 Uhr

2 U-Std, Live-Stream

entgeltfrei

Dr. Joachim Kaak

Malerfürst und barocke Üppigkeit - Peter Paul Rubens

((())) Vortrag im Live-Stream aus der Alten Pinakothek

Peter Paul Rubens gehört zu den bedeutendsten Künstlern aller Zeiten, zugleich wirken seine Bildwelten aus heutiger Sicht aus der Zeit gefallen: Die Dynamik, das Schönheitsideal, die Darstellung von Erotik und Gewalt - all das entspricht nicht mehr unbedingt den modernen Sehgewohnheiten und auch nicht dem gegenwärtig herrschenden Schönheitsempfinden. Wohl kaum ein Künstleroeuvre löst so zuverlässig heftige und sich diametral gegenüberstehende Emotionen aus.

Die Rubens-Sammlung in der Alten Pinakothek gehört zu den bedeutendsten weltweit. Der zentrale Rubens-Saal mit seinen weltbekanntesten Meisterwerken gehört zu den Höhepunkten jedes Besuchs in der Alten Pinakothek. Die monumentalen Formate lösen Überwältigung und Bewunderung, aber nicht immer Begeisterung aus. Warum ist das so?

Dr. Mirjam Neumeister ist Oberkonservatorin und Sammlungsleiterin Flämische Barockmalerei in der Alten Pinakothek.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Alten Pinakothek statt.

Die Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.

H21-2C105D

16.12.21

1x Do, 19:30 - 21:00 Uhr

2 U-Std, Live-Stream

entgeltfrei

Dr. Mirjam Neumeister



Malreise 2022: Finale Ligure - Malreise an die Palmenriviera

Im Mittelpunkt dieser Reise steht das Malen und Zeichnen „en plein air“ an einigen der malerischsten Orte Liguriens. Ausgangspunkt ist Finale Ligure, einer der sympathischsten und abwechslungsreichsten Ferienorte an der Palmenriviera. Unsere Unterkunft, das Hotel Florenz, ein ehemaliges Kloster, liegt nur wenige Meter entfernt von einem der schönsten „Borghi“ Italiens, dem mittelalterlichen, beschaulichen Finalborgo und nur 20 Minuten Fußweg entfernt von Strandbad Finale Marina. Auf der Außenterrasse des Hotelrestaurants treffen wir uns zum Frühstück und Abendessen. Unsere Arbeiten besprechen wir im Palmenhof. Zum Programm gehört darüber hinaus eine ausführliche Beschäftigung mit Bildgestaltung, Aquarell-, Acryl- und Zeichentechniken sowie mit den kulturgeschichtlichen Besonderheiten Liguriens. Geplant ist weiterhin ein Zeichenspaziergang zu den Burgen in unmittelbarer Nähe sowie Ausflüge in die malerischen Küstenorte Noli, Varigotti, Laigueglia, Albenga und Rapallo sowie die Besichtigung historischer Kirchen.

Kosten:

Übernachtung 480,00 Euro pro Person im Doppelzimmer mit Frühstück
 Einzelzimmerzuschlag 15,00 Euro pro Nacht
 Halbpension kann dazugebucht werden (auch tageweise) für 14,00 Euro pro Person

Für das Besichtigungsprogramm, Transferkosten (außer vom und zum Flughafen) und Organisation fallen 210,00 Euro beim Kursleiter an.

An- und Abreise erfolgen individuell
 19.09.2022; Abreise: 01.10.2022. Genaue Absprachen und Informationen erfolgen auf einer Vorbereitungsveranstaltung im Januar/Februar 2022, zu der Sie schriftlich eingeladen werden.

Andreas Kramer studierte Grafik und Malerei an der Hochschule für Kunst und Design Halle, Burg Giebichenstein sowie Malerei an der Accademia di Belle Arti in Venedig. Seit 1993 ist er als Dozent für Malerei, Zeichnung, Aquarell, Holzschnitt, Künstlerbuch und Gestaltungslehre tätig, u.a. am Centro Internazionale di Grafica in Venedig, an der Universität Osnabrück und Kaposvar, der Thüringischen Sommerakademie sowie der Volkshochschulen in Berlin, München und Potsdam.

H22-2D101

20.09.22 – 30.09.22

Anreise: 19.09.2022;

Abreise: 01.10.2022

64 U-Std, Italien, Finale Ligure

263,00 € / 224,60 €

Andreas Kramer



Kreativ sein - Zeichnen und Malen am Vormittag

Zeichnen lernen kann jeder! Entdecken Sie Ihre eigene Kreativität und die Lust aufs Ausprobieren. Aquarell, Tempera, Kreide, Feder, es gibt die unterschiedlichsten Techniken, mit denen Stimmungen, Eindrücke, Motive bildnerisch dargestellt werden können. Mit dem Zeichnen nach der Natur, vom Stillleben bis zur Landschaft, vom Porträt bis zur Figur werden im Kurs Kenntnisse über Komposition, Farbe, Form und Perspektive vermittelt.

Bitte mitbringen: Farben, Pinsel, Bleistifte und Papier DIN A3.

→ 14tägig

H21-2D102

08.09.21 – 01.12.21

6x Mi, 10:15 - 12:15 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Monika Durchholz

→ 14tägig

H21-2D103

15.09.21 – 08.12.21

6x Mi, 11:00 - 13:00 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Monika Durchholz

→ 14tägig

W22-2D102

09.02.22 – 15.06.22

9x Mi, 10:15 - 12:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Monika Durchholz

→ 14tägig

W22-2D103

16.02.22 – 22.06.22

9x Mi, 11:00 - 13:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Monika Durchholz



Malen macht Spaß! Malen, Zeichnen und Gestalten

Dieser Kurs bietet all denen Gelegenheit zur künstlerischen Betätigung, die vormittags über freie Zeit verfügen. Vergessen Sie für gut zwei Stunden Ihre Alltagsorgen und entwickeln Sie Ihre Fähigkeiten weiter. Wir beginnen mit leichten Übungen aus dem Bereich des Naturstudiums und streben selbstständiges Arbeiten an. Inwieweit Sie die Angebote der Kursleiterin für sich in Anspruch nehmen, entscheiden Sie selbst. Die Freude am Malen und Zeichnen steht im Vordergrund. Alle Altersgruppen und Niveaustufen sind willkommen.

Bitte mitbringen: Farben, Pinsel, Bleistifte und Papier DIN A3.

H21-2D105

09.09.21 – 09.12.21

12x Do, 09:15 - 11:30 Uhr

36 U-Std, VHS im Bildungsforum

154,60 € / 133,00 €

Beret Hamann

H21-2D106

09.09.21 – 09.12.21

12x Do, 12:00 - 14:15 Uhr

36 U-Std, VHS im Bildungsforum

154,60 € / 133,00 €

Beret Hamann

W22-2D105

13.01.22 – 07.04.22

12x Do, 09:15 - 11:30 Uhr

36 U-Std, VHS im Bildungsforum

154,60 € / 133,00 €

Beret Hamann

W22-2D106

13.01.22 – 07.04.22

12x Do, 12:00 - 14:15 Uhr

36 U-Std, VHS im Bildungsforum

154,60 € / 133,00 €

Beret Hamann

F22-2D105

28.04.22 – 30.06.22

9x Do, 09:15 - 11:30 Uhr

27 U-Std, VHS im Bildungsforum

117,70 € / 101,50 €

Beret Hamann

F22-2D106

28.04.22 – 30.06.22

9x Do, 12:00 - 14:15 Uhr

27 U-Std, VHS im Bildungsforum

117,70 € / 101,50 €

Beret Hamann



Zeichnen und Aquarellmalen

Aquarellmalen gibt uns die Möglichkeit sehr individuell Bilder zu gestalten. Die Kombination aus Wasser und Farbe ermöglicht den Malenden experimentell verlaufend oder auch ganz gezielt Bilder zu erstellen. Jede Kurseinheit ist einem eigenen Thema gewidmet, um zeichnerische Grundlagen und die Vermittlung der Techniken im Aquarell zu besprechen.

Inhalte:

- Landschaft und Natur
- Figur im Bild
- Licht und Schatten
- kreative Techniken
- Malen vor Ort: was ist zu beachten
- Architektur leichtgemacht
- Tiere
- Collagen
- Nass in Nass Technik
- Abstrakte Malerei
- Porträt
- Experimentelles Aquarell.

Der Kurs eignet sich für Anfänger*innen und Fortgeschrittene.

Bitte mitbringen: Aquarellpapier DIN A4 300 g, an den Seiten verleimt, Aquarellpinsel klein, mittel, groß nach Belieben, Aquarellfarben (Grundkasten reicht aus), Bleistifte B2, Radiergummi

H21-2D110

06.09.21 – 06.12.21

12x Mo, 10:00 - 12:15 Uhr

36 U-Std, VHS im Bildungsforum

154,60 € / 133,00 €

Melanie Zimmermann

W22-2D110

10.01.22 – 04.04.22

12x Mo, 10:00 - 12:15 Uhr

36 U-Std, VHS im Bildungsforum

154,60 € / 133,00 €

Melanie Zimmermann

F22-2D110

25.04.22 – 04.07.22

10x Mo, 10:00 - 12:15 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

130,00 € / 112,00 €

Melanie Zimmermann



Experimentelles Zeichnen und Malen

Dieser Kurs gibt Ihnen Raum zum Experimentieren.

Wir zeichnen, malen, kolorieren, collagieren und probieren Mischtechniken aus. Sie lernen themenbezogen Grundlegendes zum Zeichnen, zu Komposition und Farbenlehre kennen. Die Themen besprechen wir gemeinsam, eigene können umgesetzt werden. Dabei kommen unterschiedlichste Materialien wie Bleistifte, Kohle, Farbstifte, Pastell- oder Ölkreiden, Tusche, Aquarell- oder Temperafarben zum Einsatz.

Bitte zum ersten Termin mitbringen: Zeichenkarton DIN A3, Bleistifte, Kohle, Mischpalette, Schwamm, Pinsel und Temperafarben.

→ am Vormittag

H21-2D115

07.09.21 – 07.12.21

12x Di, 10:00 - 12:15 Uhr

36 U-Std, VHS im Bildungsforum

154,60 € / 133,00 €

Beret Hamann

→ am Abend

H21-2D116

07.09.21 – 07.12.21

12x Di, 18:00 - 20:15 Uhr

36 U-Std, VHS im Bildungsforum

154,60 € / 133,00 €

Beret Hamann



Zeichnen - Aquarellieren - Kolorieren

In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit verschiedenen Methoden der farbigen Umsetzung einer Zeichnung. Immer ausgehend von einer Zeichnung kolorieren wir mit farbigen Tuschen, Farbstiften aller Art (Pastell- oder Ölkreiden, Sepiakreiden, Farbstiften) und Aquarellfarben. Mischtechniken werden ausprobiert. Zeichenübungen und Grundlegendes zur Farblehre sind inbegriffen. Die Motivwahl wird mit den Teilnehmenden abgestimmt. Stilleben, Landschaft, Figürliches... alles ist möglich.

Bitte mitbringen: Zeichenkarton DIN A3, Aquarellpapier DIN A3, Bleistifte, Kohle, farbige Stifte oder Kreiden nach Vorliebe, Aquarellfarben, schwarze Tusche oder Sepiatusche, kleine Mischpalette und Schwamm.

→ am Vormittag

W22-2D117

11.01.22 – 05.04.22

12x Di, 10:00 - 12:15 Uhr

36 U-Std, VHS im Bildungsforum

154,60 € / 133,00 €

Beret Hamann

→ am Abend

W22-2D118

11.01.22 – 05.04.22

12x Di, 18:00 - 20:15 Uhr

36 U-Std, VHS im Bildungsforum

154,60 € / 133,00 €

Beret Hamann

Objektzeichnen

Der fortlaufende Kurs bietet eine intensive Auseinandersetzung mit der Wahrnehmung und dem Betrachten von Gegenständen bezüglich ihrer Räumlichkeit und Farbtonungen. Durch die Darstellung verschiedener Objekte wird ein reichhaltiges, zum Experimentieren anregendes Spektrum angeboten. Beim genauen Beobachten wird oft „herumgemogelt“. Selbst Hilfsmittel wie Projektionen schaffen weder Klarheit noch Sicherheit in der Abbildung, wenn die zeichnerischen Grundlagen einem nicht bewusst sind. Wir werden mit Blei- und Farbstiften zeichnerisch Lichtverhältnisse, Kontraste, Größenverhältnisse untersuchen, uns eine gewisse routinierte Sicherheit in der Betrachtung und der bildnerischen Umsetzung von Objekten erarbeiten, lernen Gesehenes zeichnerisch neu zu ertasten und auf unsere eigene Art umzusetzen.

Bitte mitbringen: DIN A4 oder A3 Zeichenblock, Bleistifte in verschiedenen Härtegraden z.B. 8B, 6B, 2B, HB, H und 2H, Buntstifte, Anspitzer, Radiergummi, auch Knetradiergummi wenn vorhanden.

F22-2D120

25.04.22 – 20.06.22

8x Mo, 18:00 - 20:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Jörg Schönrock



Zeichnen beginnt im Kopf - Illustrations- und Zeichentechniken

In diesem Grundlagenkurs machen wir eine bunte Reise durch unterschiedliche Zeichenstile und wechselnde Themen.

Inhalte:

wie beginne ich ein Bild, wo fange ich an?

- Grundlagentechniken: Menschen/Porträt, Landschaft, Stillleben, Illustration, Tiere, Architektur, Kinder
- kreative Techniken
- Übungen für einen entspannten Zeichenstil

Der Kurs ist für Anfänger*innen und Fortgeschrittene geeignet.

Bitte am ersten Abend mitbringen: DIN A4 Blätter, Bleistifte HB, B2, B6 sowie Radiergummi.

H21-2D125

19.11.21 – 27.11.21

2x Fr, 17:45 - 19:45 Uhr, 2x Sa, 10:00 - 15:00 Uhr

17 U-Std, VHS im Bildungsforum

78,00 € / 67,60 €

Melanie Zimmermann



Zeichnen im Museum Barberini

MUSEUM BARBERINI POTSDAM

In Zusammenarbeit mit dem Museum Barberini

In diesem Kurs der Volkshochschule Potsdam wird im Museum Barberini vor Originalen gezeichnet. Hierbei werden sowohl Werke der Ausstellung „Eine neue Kunst. Photographie und Impressionismus“ als auch impressionistische Gemälde der Sammlung Hasso Plattner zeichnerisch erkundet. Schwerpunkte bilden die Auseinandersetzung mit Aufbau, Komposition und Lichtregie der ausgestellten Kunstwerke, woraufhin eigene Zeichnungen entstehen. Der Kurs richtet sich an alle, die gern zeichnen oder mit dem Zeichnen beginnen möchten.

Das Material wird bereitgestellt.

Der Eintritt ins Museum ist nicht im Kursentgelt enthalten. Bitte nutzen Sie Ihre Jahreskarte oder erwerben Sie ein reguläres Eintrittsticket pro Termin. Weitere Informationen unter www.museum-barberini.com, Tel: 0331 236 014 499

W22-2D130

30.03.22 – 06.04.22

2x Mi, 16:45 - 18:45 Uhr

5 U-Std, Museum Barberini, Humboldtstraße 5/6

21,30 € / 18,10 €

Dr. Claire Guinomet

Comic-Cartoon-Zeichnen leicht gemacht

Aus den ersten lockeren Skizzen entstehen fertige Karikaturen. Es werden Schritt für Schritt alle Tricks und Kniffe gezeigt. Neben der Vermittlung der Techniken und Grundlagen steht vor allem der Spaß an der eigenen Kreativität im Vordergrund. Sie erhalten viele praktische Tipps zu folgenden Schwerpunkten: Entwicklung einer Comicfigur, Strichmännchen und Kopfformen, geometrische Figuren, 3D-Zeichnen, Charaktere, Bewegungen, Situationen, Gestik und Mimik, Tiere karikieren. Dieser Kurs ist für Jung und Alt geeignet. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte mitbringen: Zeichenpapier DIN A4 oder A3, Bleistifte in verschiedenen Stärken, Radiergummi.

H21-2D135

06.11.21

1x Sa, 11:00 - 16:00 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

24,60 € / 21,00 €

Kemal Can

W22-2D135

19.03.22

1x Sa, 11:00 - 16:00 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

24,60 € / 21,00 €

Kemal Can



Architektur gekonnt zeichnen

In diesem Kurs erarbeiten Sie sich mittels zeichnerischer Übungen die Grundlagen des Architekturzeichnens. Im Mittelpunkt steht die Auseinandersetzung mit der Perspektive, Körperlichkeit und Räumlichkeit. Horizontlinie, Fluchtpunkte, fallende und steigende Linien, bergauf und bergab sind die Schwerpunkte. So erlernen Sie die Voraussetzungen, um vor der Natur zu zeichnen und zu malen.

Bitte mitbringen: Zeichenblock DIN A3, Bleistifte HB - 3B, großes 40 cm-Lineal.

W22-2D140

19.01.22 – 23.02.22

5x Mi, 18:15 - 20:30 Uhr

15 U-Std, VHS im Bildungsforum

68,50 € / 59,50 €

Andreas Kramer

Architekturzeichnen in Potsdams Mitte

Ein Kurs für alle, die in unserer Stadt vor der Natur zeichnen wollen. Architekturzeichnen bedeutet, die Fähigkeit zu entwickeln, Häuser und Häuserpartien, Straßen, Brücken und Plätze in ihrer architektonischen Gestalt darzustellen und dabei die Proportionen, räumliche Tiefe und Perspektive zu berücksichtigen. Wir zeichnen jede Woche an einem anderen Ort in Potsdams Mitte.

Erster Treffpunkt: Obelisk am Alten Markt (bei Regen am Eingang des Museums Barberini).

Bitte mitbringen: Zeichenblock DIN A3 oder A4, Bleistifte HB - 3B, Radiergummi, feste Unterlage, Hocker.

F22-2D145

01.06.22 – 22.06.22

3x Mi, 17:30 - 20:30 Uhr

12 U-Std, vor Ort

55,00 € / 47,80 €

Andreas Kramer



Urban Sketching - Mit dem Skizzenbuch unterwegs

Urban Sketching ist eine leicht zu erlernende Maltechnik, die den Malenden die Möglichkeit gibt, mit einfachen schnellen Skizzen vor Ort eine Art zeichnerisches Tagebuch anzufertigen. Ziel dieses Kurses ist vor allem, den eigenen Stil zu finden und in diesem weiter gefördert zu werden.

Folgende Themenschwerpunkte werden wir bei der Auswahl unserer Motive setzen:

- Architektur und Perspektive leicht gemacht
- Landschaften mit Licht und Schatten
- Darstellung von Figuren und Szenen im Bild, um eine kleine Geschichte zu erzählen
- kreative Techniken im Bild
- das Reiseaquarell und seine Möglichkeiten

Bitte mitbringen: Aquarellfarbe oder Stifte, Pinsel, Aquarellpapier DIN A5 oder Skizzenbuch für Aquarellfarbe sowie einen Hocker. Der Kurs findet im Freien statt, bitte auf entsprechende Kleidung achten.

F22-2D150

18.06.22 – 25.06.22

2 Sa, 10:00 - 15:00 Uhr

12 U-Std, vor Ort

56,20 € / 49,00 €

Melanie Zimmermann



Naturstudien - Zeichnen und Malen im Museum



Naturkundemuseum
Potsdam

In Zusammenarbeit mit dem Naturkundemuseum Potsdam

Tiere, Felle, Federn, Skelette und Präparate regen zum künstlerischen Ausdruck an. An sechs Abenden können Sie Naturstudien betreiben, sich Ihren ausgewählten Ausstellungsstücken künstlerisch nähern und mit Bleistift, Rötel, Kreiden, Wachs oder auch Aquarellfarben umsetzen.

Bitte mitbringen: Zeichenblock DIN A4 oder A3 und Material nach Wahl am ersten Abend. Ein Stuhl wird vom Museum bereitgestellt. Zusätzlich zur Kursgebühr zahlen Sie bitte vor Ort 3,00 Euro/ Termin Eintritt in das Museum.

H21-2D155

26.10.21 – 07.12.21

7x Di, 17:00 - 18:30 Uhr

14 U-Std, Naturkundemuseum Potsdam, Breite Straße 13

63,00 € / 54,60 €

Lothar Klank

W22-2D155

08.02.22 – 29.03.22

8x Di, 17:00 - 18:30 Uhr

16 U-Std, Naturkundemuseum Potsdam, Breite Straße 13

71,00 € / 61,40 €

Lothar Klank

Befreiendes künstlerisches Arbeiten

Was treibt mich an zu malen? Was macht mich glücklich? Was kann ich gut und wo fühle ich mich sicher? Um dieses entdecken zu können, bilden wir für sechs Wochen einen Malkreis, der uns stärkt und fördert. Verschiedene spannende Techniken und Methoden, wie das Verlassen gewohnter Positionen oder die Kombination ungewöhnlicher Herangehensweisen, zeigen uns unseren eigenen Weg, zu Bildern zu kommen, egal, ob wir schon lange malen oder gerade erst beginnen. Wir erfahren Farbwirkungen, arbeiten in Serien und beschäftigen uns mit Perspektive. Bei all dem steht die Leichtigkeit im Vordergrund. Lernen Sie, Ihre vorhandenen Ressourcen zu nutzen und Ihren persönlichen Ausdruck zu wahren.

Bitte mitbringen: Farben (es genügt ein Schulmalkasten mit 24 Farben), Pinsel, Bleistift, Fineliner, Schere und einen DIN A3 Block (120g/mg). Für zusätzliches Material fallen ca. 2,00 Euro an, die bei der Kursleiterin bezahlt werden.

H21-2D160

08.11.21 – 13.12.21

6x Mo, 18:00 - 20:15 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,80 € / 70,00 €

Sabine Braun

W22-2D160

28.02.22 – 04.04.22

6x Mo, 18:00 - 20:15 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,80 € / 70,00 €

Sabine Braun



Experimentieren mit Aquarellfarben

Im Kurs werden Grundlagen und Techniken der Aquarellmalerei vermittelt. Wir beschäftigen uns mit Lasuren, Farbverläufen und experimentieren mit dem Farbauftrag. So entstehen unter anderem Bilder in der Schablonentechnik und Blütenformen mit dem Schwamm. Der Kurs richtet sich an Anfänger*innen und Teilnehmende mit Vorkenntnissen in der Aquarellmalerei.

Bitte mitbringen: Bleistift, Aquarellfarben, Aquarellpapier DIN A4 oder A3, verschiedene Pinsel und Lappen.

H21-2D165

06.09.21 – 01.11.21

6x Mo, 18:00 - 20:15 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,80 € / 70,00 €

Ilka Zofia Neumann

W22-2D165

10.01.22 – 21.02.22

6x Mo, 18:00 - 20:15 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,80 € / 70,00 €

Ilka Zofia Neumann

Aquarell malen - Grundlagenkurs

Die Aquarellmalerei gibt uns die Möglichkeit, sehr individuell Bilder zu gestalten. Die Kombination aus Wasser und Farbe ermöglicht experimentell mit Farbverläufen zu arbeiten oder auch ganz gezielt Motive darzustellen.

Themenschwerpunkte:

- Landschaft und Natur
- Boote und Wasser
- Figur im Bild
- Lebendigkeit des Bildes durch Szenen
- Kreative Techniken im Bild
- Architektur leicht gemacht
- Tiere im Bild
- experimentelle Malerei
- theoretische Grundlagen der Malerei passend zum Thema

Der Kurs ist für Anfänger*innen und Fortgeschrittene geeignet.

Bitte mitbringen: Aquarellpapier DIN A4, 300 g, an den Seiten verleimt, Aquarellpinsel klein, mittel, groß nach Belieben, Aquarellfarben (Grundlagenkasten reicht aus), Bleistift B2, Radiergummi.

W22-2D170

18.02.22 – 26.02.22

2x Fr, 17:45 - 19:45 Uhr, 2x Sa, 10:00 - 15:00 Uhr

17 U-Std, VHS im Bildungsforum

76,70 € / 66,50 €

Melanie Zimmermann





Schritt für Schritt zum Aquarell

In diesem Kurs lernen Sie die typischen Eigenschaften der Aquarellmalerei kennen und erproben die verschiedenen Möglichkeiten des Farbauftrages. Sie erlernen Schritt für Schritt Bildthemen (Stilleben, Natur, Architektur und Landschaft) zu erarbeiten. Die Vermittlung von Komposition und Farbenlehre, Proportionen, Perspektiven, Licht und Schatten sind Bestandteile des Kurses. Teilnehmende mit Vorkenntnissen perfektionieren ihre Technik und probieren Neues aus.

Bitte mitbringen: Bleistift, Aquarellfarben, Aquarellpapier DIN A4 oder A3, verschiedene Pinsel und Lappen.

→ am Vormittag

F22-2D175

26.04.22 – 28.06.22

10x Di, 10:00 - 12:15 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

130,00 € / 112,00 €

Beret Hamann

→ am Abend

F22-2D176

26.04.22 – 28.06.22

10x Di, 18:00 - 20:15 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

130,00 € / 112,00 €

Beret Hamann

Malen mit Acrylfarben

Acrylfarbe ist leicht zu handhaben und bietet vielseitige Gestaltungsmöglichkeiten. Sie ist mit Wasser verdünnbar und lässt sich sowohl lasierend als auch deckend oder als Struktur mit dem Spachtel auftragen. Der Umgang mit Acrylfarben, verschiedene Techniken, Bildaufbau, Farbwahl und Perspektive werden vermittelt und das Gelernte u. a. auf der Basis von Fotos umgesetzt.

Der Kurs eignet sich für Anfänger*innen und Teilnehmende mit Vorkenntnissen.

Bitte mitbringen: verschiedene Fotos mit Landschafts- und Architekturmotiven, Acrylfarben (Cadmiumgelb, warmes und kaltes Rot, Ultramarinblau, Cyan- bzw. Cölinblau, Weiß und Schwarz), Flachpinsel (verschiedene Größen), Acrylmalblock, Spachtel, Lappen und Wassergefäß.

H21-2D180

04.11.21 – 16.12.21

7x Do, 17:30 - 20:30 Uhr

28 U-Std, VHS im Bildungsforum

121,80 € / 105,00 €

Andreas Kramer

W22-2D180

10.02.22 – 24.03.22

7x Do, 17:30 - 20:30 Uhr

28 U-Std, VHS im Bildungsforum

121,80 € / 105,00 €

Andreas Kramer



Landschaftsmalerei

Online-Kurs

Sie malen zu Hause und sind über Videokonferenz mit dem Kursleiter und den anderen Teilnehmenden verbunden! Im Mittelpunkt des Kurses steht die Landschaft. Auf ganz spielerische Art und Weise geht es um ganz verschiedene Aspekte des Themas: von der Motivsuche über die Bildkomposition, von Naturlandschaften über Stadtlandschaften zu Landschaftsdetails wie Pflanzen oder Spiegelungen im Wasser. Wir malen realistisch, impressionistisch oder expressionistisch und beschäftigen uns natürlich auch mit Maltechniken. Den Teilnehmern steht es dabei frei mit welcher Technik sie arbeiten möchten: Acryl-, Aquarell-, Ölmalerei, Pastell oder Collage.

Sie erhalten die Zugangsdaten nach der Anmeldung.

Materialempfehlungen: Verschiedene Fotos mit Landschafts- und Architekturmotiven.

Farbauswahl: Kadmiumgelb, Magenta, Karminrot, Krapplack, Ultramarinblau, Cyanblau, Preussischblau, Van-Dyck-Braun, Chromoxydgrün, Ocker und Weiß (außer bei Aquarell, sowie Pinsel (verschiedene Größen), Acryl- oder Aquarellmalblock, Spachtel, Lappen, Wassergefäß, Pappteller

H21-2D185D

02.11.21 – 14.12.21

7x Di, 14:30 - 17:30 Uhr

28 U-Std, Live-Stream

119,00 € / 102,20 €

Andreas Kramer





Malen wie Bob Ross

Sie werden in die Nass-in-Nass-Ölmaltechnik des amerikanischen Malers Bob Ross eingeführt, der mit verblüffender Einfachheit und seiner komplexen Malweise realistische Bilder erschafft. Unter genauer Anleitung der zertifizierten Mallehrerin Angelika Weile gestalten Sie Schritt für Schritt Ihr Ölbild nach einem Bob Ross-typischen Motiv auf Keilrahmen 40 x 50 cm nach Vorgabe der Kursleiterin. Auch wenn Sie noch nie mit einem Pinsel künstlerisch gearbeitet haben, werden Sie mit etwas Übung und Ausdauer schnell diese Maltechnik erlernen und eigene Motive künstlerisch umsetzen können.

Das Material (Kosten: 30,00 Euro bei der Kursleiterin zu zahlen) wird gestellt. Bitte mitbringen: eine Papierküchenrolle und eine Packung Babyfeuchttücher zur Reinigung.

→ Meereslandschaft

H21-2D190

25.09.21

1x Sa, 09:00 - 15:45 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,90 € / 31,50 €

Angelika Weile

→ Landschaft

W22-2D193

15.01.22

1x Sa, 09:00 - 15:45 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,90 € / 31,50 €

Angelika Weile

→ Blumen

H21-2D191

06.11.21

1x Sa, 09:00 - 15:45 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,90 € / 31,50 €

Angelika Weile

→ Meereslandschaft

W22-2D194

19.02.22

1x Sa, 09:00 - 15:45 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,90 € / 31,50 €

Angelika Weile

→ Meereslandschaft

H21-2D192

20.11.21

1x Sa, 09:00 - 15:45 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,90 € / 31,50 €

Angelika Weile

→ Blumen

W22-2D195

12.03.22

1x Sa, 09:00 - 15:45 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,90 € / 31,50 €

Angelika Weile

→ Landschaft

F22-2D196

11.06.22

1x Sa, 09:00 - 15:45 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,90 € / 31,50 €

Angelika Weile



Stilleben malen mit Ölfarben

Lernen Sie auf der Grundlage einfacher geometrischer Motive Schritt für Schritt mit Ölfarben ein Stilleben zu gestalten: Obst oder Gemüse mit Schalen oder Körben in einer dekorativen Zusammenstellung. Hier spielt die Maltechnik die entscheidende Rolle. Schritt für Schritt wird die Vorgehensweise einfach erklärt. Sie gehen mit einem vollständigen Ölbild auf Leinwand 30 x 40 cm nach Hause. Das Motiv wird von der Kursleiterin vorgegeben.

Das Material (Kosten: 30,00 Euro bei der Kursleiterin zu zahlen) wird gestellt. Bitte mitbringen: eine Papierkuchenrolle und eine Packung Babyfeuchttücher zur Reinigung.

H21-2D197

04.12.21

1x Sa, 09:00 - 15:45 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,90 € / 31,50 €

Angelika Weile

F22-2D198

07.05.22

1x Sa, 09:00 - 15:45 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,90 € / 31,50 €

Angelika Weile

Druckwerkstatt - Die Monotypie

Die Monotypie als einfachste Hochdrucktechnik auf Glas wird Ihnen in allen Facetten vermittelt. In diesem Kurs probieren Sie die unterschiedlichen Möglichkeiten der Monotypie aus; von rein linearen bis hin zu großzügigen farbflächigen Druckgrafiken können Sie experimentieren. Diese Technik lässt sich auch ohne viel Aufwand zu Hause fortführen. Gern können Sie sich Bildmotive, die Sie grafisch umsetzen wollen, mitbringen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Das Druckmaterial (Kosten: 10,00 Euro, zu zahlen bei der Kursleiterin) wird gestellt. Bitte mitbringen: weiche Bleistifte und Skizzenpapier.

W22-2D205

22.01.22

1x Sa, 10:00 - 16:00 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,00 € / 30,70 €

Beret Hamann

Einführung in die Chinesische Tuschemalerei und Kalligrafie

Durch das Üben von Motiven, die meistens symbolische Bedeutung haben, tauchen die Kursteilnehmenden schrittweise in die Welt der alten chinesischen Malerei ein. Es werden auch kalligrafische Schriftzeichen vorgestellt, die mit den gemalten Motiven in Verbindung stehen. Anhand unterschiedlicher Maltechniken (z. B. der spontanen Xieye-Technik) zeigt Ihnen die Künstlerin Wang Lan, wie man mit dem Pinsel die Schönheit der Motive auf Reispapier ausdrückt. Vorkenntnisse im Malen oder Zeichnen sind nicht nötig. Es besteht auch die Möglichkeit, sich während des Kurses nur mit einem Thema, Tuschemalerei oder Kalligrafie, zu beschäftigen.

Bitte mitbringen: Pinsel, Reispapier, Reibstein, Stangen- oder Flaschentusche (im Asia-Laden erhältlich), kleinen Teller, Becher oder Glas und eine Zeitung als Unterlage. Die Materialien können auch bei der Kursleiterin gekauft werden (ca. 3,00 bis 10,00 Euro).

H21-2D200

20.11.21

1x Sa, 09:00 - 15:00 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,00 € / 30,70 €

Lan Wang

W22-2D200

02.04.22

1x Sa, 09:00 - 15:00 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,00 € / 30,70 €

Lan Wang





Porträtmodellieren

Was zeichnet einen Menschen aus? Was unterscheidet den einen von anderen? Beim Modellieren eines Porträts in Ton gehen wir diesen Fragen nach. Die Arbeit mit einem Modell ermöglicht uns, Proportionen, Formverhältnisse und charakteristische Züge einer Person plastisch festzuhalten. Am Freitag wird aus Ton eine Büste kleineren Formats hohl aufgebaut. Am Samstag folgt die Arbeit mit dem Modell. Die entstandenen Porträts können im Anschluss gebrannt werden. Werkzeug wird gestellt.

Die Material-, Modell- und Brennkosten von 40,00 Euro bei 6 Teilnehmenden (bei mehr Teilnehmenden verringert sich der Betrag) sind bei der Kursleiterin zu zahlen.

W22-2E001

11.02.22 – 12.02.22

Fr, 18:00 - 21:00 Uhr

Sa, 09:00 - 16:00 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,00 € / 53,10 €

Adelheid Fuss

Aktmodellieren nach Modell

Ein Workshop für alle, die sich für plastisches Arbeiten und Naturstudium interessieren. Bei der Arbeit mit einem Modell entstehen an diesem Wochenende kleine Aktfiguren. Proportionen, Formverhältnisse und charakteristische Züge einer Person werden in Ton festgehalten. Die entstandenen Akte können später gebrannt werden. Das benötigte Werkzeug wird gestellt.

Die Material-, Modell- und Brennkosten von 40,00 Euro bei 6 Teilnehmenden (bei mehr Teilnehmenden verringert sich der Betrag) sind bei der Kursleiterin zu zahlen.

W22-2E002

25.02.22 – 26.02.22

Fr, 18:00 - 21:00 Uhr

Sa, 09:00 - 16:00 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,00 € / 53,10 €

Adelheid Fuss



Workshop Holzbildhauerei in der Uckermark

Das „Kunsthau Hohenwalde“, ca. 1,5 Autostunden von Potsdam entfernt, bietet viel Platz zum Arbeiten, aber auch zum Entspannen. An drei Tagen können sich maximal 8 Teilnehmende unter professioneller und individueller Anleitung in der Holzbildhauerei erproben. Es bleibt aber auch Zeit, die herrliche Natur zu genießen, zu baden oder am Abend gemeinsam am Lagerfeuer zu sitzen. Unterkünfte stehen in begrenzter Anzahl (drei Zwei-Bett-Zimmer mit gemeinsamem Bad und Küche) im Kunsthau zur Verfügung. Gern vermitteln die Kursleitenden auch Unterkünfte im Nachbarort. Die Verpflegung kann vor Ort gestellt werden; alles Weitere nach Absprache.

Die Materialkosten betragen je nach Größe ab 20,00 Euro, die vor Ort am ersten Abend zu zahlen sind. Für die Verpflegung und Unterkunft fallen zusätzliche Kosten an. Weitere Informationen auch unter: www.kunsthauhohenwalde.de.

F22-2E005

20.05.22 – 22.05.22

Fr, 17:00 - 18:30 Uhr

Sa, 09:00 - 18:00 Uhr

So, 09:00 - 15:15 Uhr

19 U-Std, Kunsthau Hohenwalde,

Hohenwalde 15, 17268 Milmlersdorf

130,50 € / 112,00 €

Astrid Mosch / Thomas Tiegel



Schneidern für kreative Köpfe - Grundkurs

In diesem Kurs für Anfänger*innen und Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen erlernen Sie die Grundkenntnisse im Nähen und den Umgang mit der Nähmaschine. Sie erhalten Tricks und Tipps fürs Schneidern und lernen Wissenswertes über die verschiedenen Stoffe. Genäht werden können verschiedene Taschenmodelle, Federtaschen, Schlauchschals, Schürzen und einfache Stücke, wie ein gerader Rock oder Accessoires. Sie lernen auch, wie man Hosen kürzt, Flicker aufnäht oder einen Reißverschluss einnäht. Die Kursleiterin ist gelernte Damenmaßschneiderin mit langjähriger Berufserfahrung.

Bitte mitbringen: ein kleines Heft und Stifte, Stecknadeln, Zentimetermaß, Nähgarn, Stoffe (kein Jersey). In begrenztem Umfang stehen Nähmaschinen zur Verfügung. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie eine Nähmaschine benötigen.

H21-2F001

08.09.21 – 27.10.21

6x Mi, 18:00 - 21:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / 131,80 €

Anke Roth

W22-2F001

02.03.22 – 06.04.22

6x Mi, 18:00 - 21:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / 131,80 €

Anke Roth

F22-2F001

27.04.22 – 01.06.22

6x Mi, 18:00 - 21:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / 131,80 €

Anke Roth

Schneidern für kreative Köpfe - Fortgeschrittenenkurs

In diesem Kurs bekommen Sie Tricks und Tipps beim Schneidern, Sie üben das Maßnehmen am eigenen Körper und lernen nebenbei Wissenswertes über Stoff- und Maschinenkunde. Oder sind Sie schon fast Profi? Dann erweitern Sie Ihre Kenntnisse und Fertigkeiten. Genäht werden können eine Hose, Rock, Kleid oder ein anderes Teil. Bringen Sie gerne Ihre Projekte mit. Die Kursleiterin ist gelernte Damenmaßschneiderin mit langjähriger Berufserfahrung und unterstützt Sie gerne bei der Umsetzung Ihrer Ideen.

Bitte mitbringen: ein kleines Heft und Stifte, Stecknadeln, Zentimetermaß, Nähgarn, Stoffe (wenn es geht kein Jersey, nur wer schon Erfahrung mit dieser Stoffart hat). In begrenztem Umfang stehen Nähmaschinen zur Verfügung. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie eine Nähmaschine benötigen.

H21-2F002

03.11.21 – 08.12.21

6x Mi, 18:00 - 21:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / 131,80 €

Anke Roth

F22-2F002

08.06.22 – 06.07.22

5x Mi, 18:00 - 21:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

129,00 € / 111,00 €

Anke Roth





Edelsteinbild gestalten

In diesem Workshop erschaffen Sie ein Edelsteinbild. Es geht nicht um Perfektion, sondern darum, Freude daran zu haben mit Edelsteinsplittern ein Bild zu gestalten. Es geht auch darum, über diese Beschäftigung zur Ruhe zu kommen. Verwendet werden unterschiedlichste Steine in vielen Farben.

Das Material wird bereitgestellt. Die Materialkosten betragen 8,00 Euro für Edelsteinsplitter und Bilderrahmen und sind bei der Kursleiterin zu bezahlen. Bitte mitbringen: eine Stopfnadel und eine Pinzette.

H21-2G001

28.10.21

1x Do, 17:45 - 20:45 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

16,40 € / 14,00 €

Gundula Schielicke



Weihnachtsschmuck aus Böhmischem Hohlglasperlen

Aus hohlgeblasenen Glasperlen wird seit mehr als hundert Jahren in Böhmen ganz besonderer Weihnachtsschmuck gefertigt. Die Glasperlen sind hauchzart wie Christbaumkugeln gefertigt, aber nur wenige Millimeter groß. Auf Draht gereiht fertigen wir daraus Anhänger im Stil der 1920er Jahre. Es entstehen bezaubernde filigrane Gebilde, kostbar und zeitlos - ein Weihnachtsschmuck zum Verlieben.

Die böhmischen Hohlglasperlen sind immaterielles Kulturerbe der Tschechischen Republik und wurden 2020 aufgenommen in die UNESCO-Liste des immateriellen Kulturerbes.

Werkzeuge werden von der Kursleiterin gestellt. Material (ca. 12,00 Euro) kann über die Kursleiterin bezogen oder selbst mitgebracht werden.

H21-2G005

12.11.21

1x Fr, 17:30 - 20:30 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

16,40 € / 14,00 €

Freya Elsweiler

Weihnachtliche Waldwerkstatt

Was wären Vorweihnachtszeit und Weihnachtsfest ohne duftende und glitzernde Dekoration? An diesem Abend können Sie Ihre Tischdekoration aus Naturmaterialien als Kranz- oder Gesteckvariante unter fachkundiger Anleitung herstellen.

Das Material (15,00 Euro) wird bereitgestellt und ist bei der Kursleiterin zu bezahlen.

Bitte mitbringen: Gartenschere, Messer, Kerzen und - wenn vorhanden - Heißklebepistole.

H21-2G010

19.11.21

1x Fr, 18:30 - 20:45 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

13,50 € / 11,50 €

Christina Vierke



Dosen & Schachteln

Sie möchten Schmuck, Münzen und andere schöne oder wertvolle Dinge gut lagern? Dann sind Sie hier richtig. Schmuckkassetten, Schmetterlingskästen oder Showboxen für den Modellbau werden seit Jahrhunderten aus Pappe, Papier, Leinen oder Leder hergestellt. In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden, wie man derartige Boxen, Schachteln und Dosen berechnet, das Material richtig zuschneidet, den Rohkörper erstellt und mit verschiedensten Materialien bezieht. Wir benutzen Buchbinderleinen, schöne Papiere und dünne Kunstlederimitate. Wer möchte, kann eigene Bezugsstoffe mitbringen.

Das Werkzeug wird gestellt. Materialkosten von 10,00 Euro/Person werden beim Kursleiter bezahlt.

H21-2G015

13.11.21

1x Sa, 09:00 - 16:00 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,80 € / 28,00 €

Sved Uwe Dressler



Buchbinden - Japanische Bindung

In diesem Kurs lernen Sie asiatische Buchbindetechniken kennen. Diese unterscheiden sich im Material, welches wir teilweise durch europäisches ersetzen, und in der Art der Bindung. Mehrere einseitig bedruckte, bemalte oder unbearbeitete Papierbogen werden zu einer asiatischen Bindung verarbeitet. Bei der klassischen japanischen Methode werden Bogen gefalzt oder zusammengelegt. Eine asiatische Bindung lässt viel Kreativität zu. Vor allem, wenn loses Blattwerk verarbeitet werden soll. Der Reiz liegt in der Einfachheit trotz Vielfältigkeit. Nach Wunsch kann der Einband gestaltet werden. Sie können die Ergebnisse als Zeichen-, Mal-, Schreib- oder Gästebuch verwenden. Auch Fotoalben lassen sich mit dieser Technik gut realisieren.

Das Werkzeug wird gestellt. Materialkosten von 5,00 bis 10,00 Euro pro Person werden beim Kursleiter bezahlt. Es kann auch eigenes Material mitgebracht werden.

W22-2G016

22.01.22

1x Sa, 09:00 - 16:00 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,80 € / 28,00 €

Sved Uwe Dressler

Klassisches Buchbinden

In diesem Kurs lernen Sie die theoretischen und praktischen Grundzüge der Herstellung eines Buches kennen. Nach einer Vorstellung der Materialien und Werkzeuge und einer Einführung in das klassische Buchbinden beginnen wir damit, wie Papierbogen gefalzt werden. Dann kommt die eigentliche Tätigkeit: das Heften. Mehrere Lagen dieser Bogen werden zu einem Buchblock angebracht. Das Kapitalband und das Zeichenband werden angeleimt. In der Folge stellen wir den Einband her, der zur Fertigstellung mit dem Buchblock durch den Vorsatz verbunden wird. Bei der Einbandgestaltung können die Teilnehmenden ihrer Kreativität freien Lauf lassen und ein selbst gebundenes Skizzenbuch, Tagebuch oder Gästebuch mit nach Hause nehmen.

Die Werkzeuge werden gestellt. Materialkosten nach Bedarf 10 bis 15 Euro pro Person werden beim Kursleiter bezahlt.

W22-2G017

19.03.22 – 26.03.22

2x Sa, 09:00 - 16:00 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Sved Uwe Dressler



Fotografie - Grundlagenkurs

Der Umgang mit der Spiegelreflexkamera beginnt im manuellen Modus erst richtig Spaß zu machen. Farben werden intensiver und dem kreativen Ausdruck sind keine Grenzen gesetzt. Wir möchten uns mit verschiedenen Themenfeldern bildlich auseinandersetzen und dabei Schritt für Schritt vom automatischen den manuellen Modus für uns entdecken. Spaß und Freude an der bildlichen Auseinandersetzung mit der Umwelt ist ein wichtiger Schwerpunkt des Kurses. Anfänger sind herzlich willkommen! Folgende Inhalte werden dabei vermittelt: Grundlagen ISO und Blende, kreativer Umgang mit dem Weißabgleich, Bildkomposition und Landschaft, Makro, Personen im Bild, Kinder, Tiere, Architektur, Schwarz-Weiß-Fotografie, Bewegungsbilder, Überblick über Bildbearbeitungsprogramm und ihre Möglichkeiten.

H21-2H001

25.09.21 – 02.10.21

2x Sa, 10:00 - 15:00 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

56,20 € / 49,00 €

Melanie Zimmermann

Fotografie Grundlagen - Mit der Kamera unterwegs in Potsdam

Wir wollen Potsdam mit der Kamera erkunden. Dabei liegt der Schwerpunkt auf Architektur und Landschaft. Folgende Inhalte werden dabei vermittelt: Grundlagen ISO und Blende, kreativer Umgang mit dem Weißabgleich, Bildkomposition, Landschaft und Spiegelungen, Architektur und Straßenelemente, Schwarz-Weiß-Fotografie, kreative Fotografie, von der Automatik zum manuellen Modus.

W22-2H002

25.03.22 – 26.03.22

1x Fr, 17:30 - 19:45 Uhr, 1x Sa, 10:00 - 15:00 Uhr

9 U-Std, vor Ort

43,00 € / 37,60 €

Melanie Zimmermann



Digitale Fotografie für Ein- und Umsteiger*innen

Der Kurs richtet sich an Fotograf*innen, die gerade erst begonnen haben, mit ihrer Spiegelreflex-Kamera Bekanntschaft zu schließen. Es geht um die grundlegende Handhabung der Kamera und die Nutzung der Motiv- und Kreativ-Programme. Die Bildbearbeitung ist Thema des letzten Kursabends. Lernen Sie, Blende, Belichtungszeit und ISO-Einstellung gezielt für die Bildgestaltung und Effekte einzusetzen. Bei zwei Exkursionen haben Sie Gelegenheit, das Gelernte anzuwenden und Fragen zur Bedienung Ihrer Kamera zu stellen.

Bitte mitbringen: Ihre Kamera samt Gebrauchsanleitung.

H21-2H005

13.09.21 – 01.11.21

6x Mo, 18:30 - 20:45

2x Sa, 14:00 - 17:00

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Bernd Kröger

W22-2H005

21.03.22 – 16.05.22

6x Mo, 18:30 - 20:45 Uhr

2x Sa, 15:30 - 18:30 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Bernd Kröger



Kameratechnik für Spiegelreflex- und Systemkameras

In diesem Kurs geht es darum, Ihre Spiegelreflex- oder Systemkamera besser kennen zu lernen. Wir beschäftigen uns mit den verschiedenen Bedienelementen der Kamera. Der Kurs versetzt Sie in die Lage, Einstellungen an der Kamera gezielt vorzunehmen, um Ihre Bildidee umzusetzen. Verlassen Sie sich nicht weiter auf die Vollautomatik, sondern arbeiten Sie mit den Kreativprogrammen Ihrer Kamera. Wir werden uns durch die Menüs der Kamera arbeiten und besprechen, wozu die vielen Einstellungen dienen und wie man sie optimal einsetzt.

Bitte mitbringen: Ihre Kamera und die Gebrauchsanleitung.

H21-2H006

06.11.21

1x Sa, 09:00 - 16:00 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,80 € / 28,00 €

Bernd Kröger

W22-2H006

26.03.22

1x Sa, 09:00 - 16:00 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,80 € / 28,00 €

Bernd Kröger

Urlaubsfotografie

Sie erhalten Tipps und Hinweise zu Kameraeinstellung und Bildgestaltung bei der Urlaubsfotografie. Zunächst geht es um die richtige Einstellung Ihrer Kamera. Voraussetzung ist, dass man Belichtungszeit und Blende an der Kamera einstellen kann. Schwerpunktthemen sind Architektur- und Landschaftsfotografie. Weitere Themen sind Nachtaufnahmen und Fotos bei Kunstlicht in geschlossenen Räumen. Bei zwei Exkursionen machen wir Architektur- und Landschaftsfotos. Eine Auswahl von Bildern der Teilnehmenden wird ausführlich besprochen. Am letzten Abend werden wir unsere Bilder mit dem Programm Photoshop Elements bearbeiten.

H21-2H007

08.11.21 – 13.12.21

5x Mo, 18:30 - 20:45 Uhr

1x Sa, 14:00 - 17:00 Uhr

1x Sa, 12:00 - 15:00 Uhr

23 U-Std, VHS im Bildungsforum

101,30 € / 87,50 €

Bernd Kröger

F22-2H007

28.04.22 – 09.06.22

5x Do, 18:30 - 20:45 Uhr

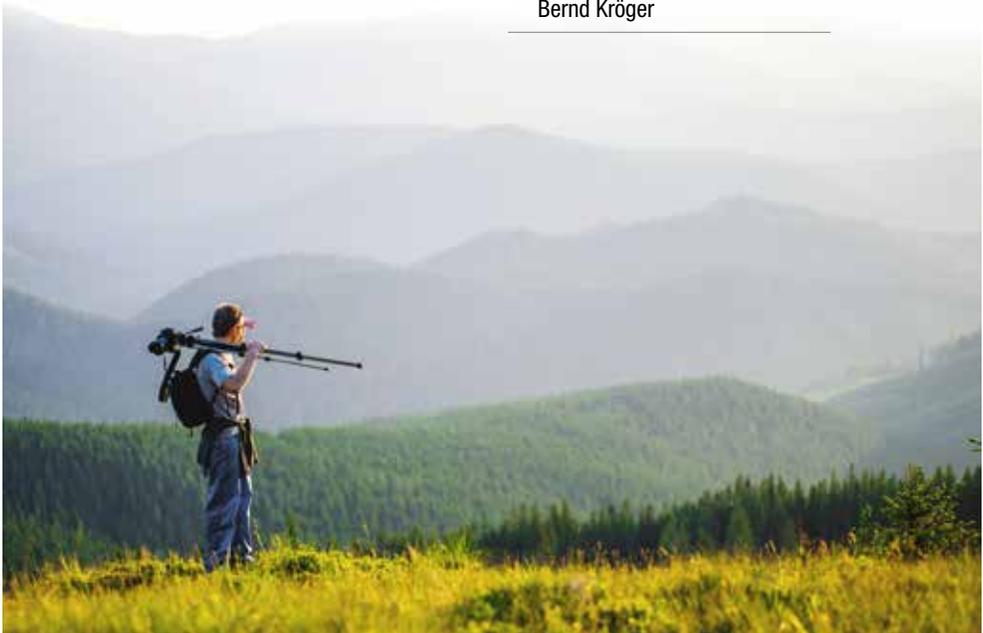
1x Sa, 18:00 - 21:00 Uhr

1x Sa, 16:00 - 19:00 Uhr

23 U-Std, VHS im Bildungsforum

101,30 € / 87,50 €

Bernd Kröger





Bildgestaltung und Technik

Dieser Kurs richtet sich an Fotofreund*innen, die sich mit der Fotografie schon ein wenig beschäftigt haben und ihre Kenntnisse vervollständigen wollen. Wir beschäftigen uns mit der Bedienung der Kamera und mit den Einstellungen für eine kreative Bildgestaltung. Sie lernen, die anerkannten Gestaltungsregeln anzuwenden und bei Bedarf auch zu brechen. Die erste Exkursion findet im Potsdam statt. Wir werden die interessantesten Gebäude in der Innenstadt fotografieren. Eine zweite Exkursion führt uns in die Biosphäre Potsdam, wo wir uns mit der Makrofotografie beschäftigen werden.

Bitte mitbringen: Ihre Kamera und die Gebrauchsanleitung. Bitte beachten Sie, dass für die Exkursion in die Biosphäre Potsdam Eintritt vor Ort gezahlt werden muss.

W22-2H008

10.01.22 – 21.02.22

6x Mo, 18:30 - 20:45 Uhr

1x Sa, 14:30 - 17:30 Uhr

1x Sa, 10:00 - 13:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Bernd Kröger

F22-2H008

23.05.22 – 04.07.22

6x Mo, 18:30 - 20:45 Uhr

1x Sa, 18:00 - 21:00 Uhr

1x Sa, 10:00 - 13:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Bernd Kröger

Potsdam zur Blauen Stunde

Architekturfotografie

Die Stunde vor Sonnenaufgang und die Stunde nach Sonnenuntergang bietet in unseren Breiten ein ganz besonderes Licht. Die Sonne ist hinter dem Horizont verschwunden, aber der Himmel strahlt blau. Bei diesem Licht lassen sich die besten „Nachtaufnahmen“ machen. Der Himmel ist noch nicht schwarz, aber die Gebäude sind bereits beleuchtet. Wir wollen uns diesem Motiv mit Kamera und Stativ annähern. Wir besprechen alle notwendigen Einstellungen an der Kamera und einige gestalterische Regeln. Bei der Exkursion werden wir das Gelernte anwenden und später die Bilder am PC perfekt bearbeiten. Spannende Motive warten auf Sie! Sie sollten Ihre Kamera schon etwas kennen. Es sollte kein Problem sein, eine bestimmte Blende oder Belichtungszeit einzustellen. Alle Kameras, bei denen man die Automatik abschalten kann, sind geeignet.

Bitte bringen Sie Ihre Kamera mit.

W22-2H009

28.02.22 – 14.03.22

3x Mo, 18:30 - 20:45 Uhr

1x Sa, 16:00 - 19:00 Uhr

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

60,30 € / 52,50 €

Bernd Kröger



Tipp

6. September bis 5. November
2021 in der VHS:

Ausstellung „**Potsdam zur
Blauen Stunde**“ mit Fotos aus
früheren Kursen





Nähen macht Spaß

● ● ● Junge VHS (10-14 Jahre)

In diesem Kurs lernst Du das Nähen von Anfang an: vom Umgang mit der Nähmaschine bis zum fertig genähten ersten Stück. Wir nähen kleine Projekte wie Schlüsselanhänger, Taschen, Turnbeutel - ganz nach Deinen Ideen und Wünschen.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial, Stoffe, Schere, Garn, Stecknadeln, Zentimetermaß, Kreide. Nähmaschinen sind in begrenztem Umfang vorhanden. Bitte gebt bei der Anmeldung an, ob Ihr eine Nähmaschine benötigt.

H21-2F005J

27.10.21 – 01.12.21

6x Mi, 15:30 - 17:45 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

100,60 €

Anke Roth

W22-2F005J

09.02.22 – 16.03.22

6x Mi, 15:30 - 17:45 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

100,60 €

Anke Roth

F22-2F005J

27.04.22 – 01.06.22

6x Mi, 15:30 - 17:45 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

100,60 €

Anke Roth

Nähen macht Spaß

● ● ● Junge VHS Ferienkurs (10-14 Jahre)

→ Herbstferien

H21-2F006J

12.10.21 – 14.10.21

3 Tage 10:00 - 12:15 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

53,80 €

Anke Roth

→ Osterferien

W22-2F006J

19.04.22 – 21.04.22

3 Tage 10:00 - 12:15 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

53,80 €

Anke Roth

→ Sommerferien

S22-2F006J

12.07.22 – 14.07.22

3 Tage 10:00 - 12:15 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

53,80 €

Anke Roth





Fantastische Tierwesen und wo sie zu zeichnen sind

● ● ● **Junge VHS in Zusammenarbeit mit dem Naturkundemuseum Potsdam**



Im Naturkundemuseum kommen kleine Künstler*innen den Tieren ganz nah. Auch scheue Bewohner halten für Euch ganz still und laufen nicht weg, bevor ein Bild beendet ist. Den spannenden Streifzug mit Papier, Pinsel und Stiften begleitet die Potsdamer Künstlerin Katrin Neubert. Schaut genau hin und lasst Eurer Fantasie freien Lauf. **Für Kinder von 8 bis 14 Jahren. Skizzenheft und Lieblingsstifte dürfen gern mitgebracht werden. Material und Museumseintritt sind im Entgelt bereits enthalten.**

→ Füchse, Wölfe, Wilde Hühner - Skizzen in Farbe

H21-2D210J

04.09.21

1x Sa, 11:00 - 12:30 Uhr

2 U-Std, Naturkundemuseum Potsdam, Breite

Straße 13

11,20 €

Katrin Neubert

→ Gut maskiert und perfekt getarnt!

Tiere als Verkleidungskünstler

W22-2D215J

26.02.22

1x Sa, 11:00 - 12:30 Uhr

2 U-Std, Naturkundemuseum Potsdam, Breite

Straße 13

11,20 €

Katrin Neubert

→ Schädel, Spinnen, Fledermäuse

- Tiere mit Gruselfaktor

H21-2D211J

02.10.21

1x Sa, 11:00 - 12:30 Uhr

2 U-Std, Naturkundemuseum Potsdam, Breite

Straße 13

11,20 €

Katrin Neubert

→ Flüge im Nest! Lustige Küken zeichnen!

W22-2D216J

19.03.22

1x Sa, 11:00 - 12:30 Uhr

2 U-Std, Naturkundemuseum Potsdam, Breite

Straße 13

11,20 €

Katrin Neubert

→ Malt Vorratskammern und ihre Besitzer

H21-2D212J

27.11.21

1x Sa, 11:00 - 12:30 Uhr

2 U-Std, Naturkundemuseum Potsdam, Breite

Straße 13

11,20 €

Katrin Neubert

→ Kraniche und japanische Federzeichnungen

W22-2D217J

02.04.22

1x Sa, 11:00 - 12:30 Uhr

2 U-Std, Naturkundemuseum Potsdam, Breite

Straße 13

11,20 €

Katrin Neubert

→ Rentier, Reh und Elch -

Winterliche Waldbewohner

H21-2D213J

04.12.21

1x Sa, 11:00 - 12:30 Uhr

2 U-Std, Naturkundemuseum Potsdam, Breite

Straße 13

11,20 €

Katrin Neubert

→ Falter, Spinnen, Spanner und Raupen gestalten

F22-2D218J

14.05.22

1x Sa, 11:00 - 12:30 Uhr

2 U-Std, Naturkundemuseum Potsdam, Breite

Straße 13

11,20 €

Katrin Neubert

→ Aus Linien und Strichen

wächst flauschiges Fell

W22-2D214J

08.01.22

1x Sa, 11:00 - 12:30 Uhr

2 U-Std, Naturkundemuseum Potsdam, Breite

Straße 13

11,20 €

Katrin Neubert

→ Schildkröten, Krabben, Krebse

- gepanzerte Tiere malen

F22-2D219J

25.06.22

1x Sa, 11:00 - 12:30 Uhr

2 U-Std, Naturkundemuseum Potsdam, Breite

Straße 13

11,20 €

Katrin Neubert



Hefte selberrachen

●●● Junge VHS Ferienkurs (8-14 Jahre)

In diesem Kurs lernt Ihr ein altes Handwerk kennen. Ihr erfahrt etwas über den Aufbau sowie die theoretischen und praktischen Grundzüge zur Herstellung eines Heftes. Nebenbei gibt es spannende Informationen über Papier und das Handwerk des Buchbindens sowie über Materialien und Werkzeuge. Wir falzen Papier, bereiten den Umschlag vor und gehen vorsichtig mit Nadel und Faden um. Ist der Umschlag eingenäht, könnt Ihr Euer Heft mit einem Etikett versehen und gestalten. Dabei könnt Ihr Euren kreativen Fähigkeiten und Ideen freien Lauf lassen. Ihr beendet den Kurs mit mehreren fertigen Heften, die für eigene Geschichten und Bilder, als Geschenk oder als Notizhefte Verwendung finden.

Werkzeuge und Material werden bereitgestellt und sind im Kursentgelt enthalten. Alle Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

S22-2G018J

18.07.22 – 22.08.22

1x Mo, 09:00 - 12:00 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

12,00 €

Sved Uwe Dressler

S22-2G019J

18.07.22 – 22.08.22

1x Mo, 13:00 - 16:00 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

12,00 €

Sved Uwe Dressler



Gesundheit





Manuela Peglow
Programmbereichsleitung

0331 289-4563
manuela.peglow@
rathaus.potsdam.de



Sabine Kammin
Verwaltung

0331 289-4569
sabine.kammin@
rathaus.potsdam.de



Tip

Kreativ entspannen:
Edelsteinbild gestalten
S. 78

Self-Care-Training - Besserer Umgang mit beruflichen Belastungen

Bildungsfreistellung

Ständig wachsende berufliche Anforderungen führen oft zu psychischen Belastungen und Leistungseinbußen bis hin zu krankheitsbedingten Ausfällen. Self-Care-Training bedeutet, für sich selbst zu sorgen und etwas für den Selbstschutz zu tun. Dieser umfasst die Fähigkeit, sich schnell aus negativen Stimmungen befreien zu können. Mit Hilfe von praxisnahen Bewältigungsstrategien können das Entstehen sowie die Reduzierung von empfundenem Stress und Negativstimmungen nachhaltig beeinflusst werden. Sie erhalten konkrete Ansatzpunkte für Ihre persönlichen Selbststeuerungsstrategien, um Stress im beruflichen Alltag zu vermeiden. Techniken aus dem Mentalen Training sowie Bewegungs-, Atem- und Entspannungsübungen werden vermittelt. Zusätzlich erhalten Sie Tipps zur Umsetzung von gesundheitsfördernden Vorsätzen.

Bitte mitbringen: dicke Socken.

H21-3A001B

05.10.21 – 07.10.21

3 Tage 08:30 - 16:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / keine Ermäßigung

Holger Arnold

Wege aus der Stressfalle - Stress ist relativ

Bildungsfreistellung

Ist Stress angeboten oder erlernt? Wann und worauf reagieren wir mit Stress? Warum reagieren wir so, wie wir reagieren? Unser Arbeitsleben ist eine tägliche Herausforderung. Es besteht u. a. darin, die permanente Flut an Informationen zu verarbeiten, Relevantes zu filtern, auf Umsetzbarkeit zu prüfen und ins Tun zu kommen. Jeder reagiert anders auf Druck und Belastungen. Schnell entsteht negativer Stress. Wenn wir Stress erkennen und wissen, wie wir damit souverän umgehen können, gehen wir entspannter durch Beruf und Alltag. Wir werden im Kurs ein grundlegendes Verständnis für das Thema Stress entwickeln und Methoden kennenlernen, Stress bei sich selbst zu erkennen und entsprechend darauf zu reagieren.

H21-3A002B

01.11.21 – 05.11.21

5 Tage 09:00 - 14:15 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Anne Pake

Stressbewältigung durch Achtsamkeit

Bildungsfreistellung

MBSR (Mindfulness-Based Stress-Reduction) - Stressbewältigung durch Achtsamkeit - ist ein einfaches, weltanschaulich neutrales und wirksames Achtsamkeitstraining, um Stress abzubauen und das Wohlbefinden zu fördern. Sie erlernen einfache Methoden, wie den Body-Scan (eine Körperwahrnehmungsübung), die Sitzmeditation und Übungen aus dem Hatha Yoga. Unterstützt durch theoretische Einheiten zum Thema Stress, Stressforschung, Achtsamkeit im Alltag und Kommunikation hilft das Training, einen angemessenen Umgang mit alltäglichen Stresssituationen zu finden, neue Handlungsmöglichkeiten zu entdecken und mehr Gelassenheit und Lebensfreude zu erfahren.

Bitte mitbringen: eine Decke, warme Socken und bequeme Kleidung.

W22-3A003B

21.02.22 – 25.02.22

5 Tage 09:15 - 14:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Jonas Hessling



Stressbewältigung durch Achtsamkeit

Der Kurs ist eine Einladung zur Ruhe zu kommen und mittels des Trainings der Achtsamkeit zu mehr Gelassenheit, einer bewussteren Lebensführung und einer langfristigen Stressreduzierung zu finden. Mehr noch, es ist die Möglichkeit wieder mehr Lebendigkeit und Lebensfreude zu kultivieren und den Herausforderungen von Beruf und Alltag selbstfürsorglich, selbstbewusst und mit einer Prise Humor zu begegnen. Dazu werden systematisch Meditations- und Achtsamkeitsverfahren gemeinsam erkundet. Lassen Sie sich mitnehmen auf eine Entdeckungsreise des Körpers und des Geistes und verbinden Sie beide in einfachen Übungen aus dem Hatha Yoga. So können Sie mit der Zeit gelassener mit den kleinen und großen Katastrophen des Alltags umgehen. Jonas Hessling ist Psychologe und ausgebildeter MBSR-Meditationslehrer.

Bitte mitbringen: Legere Kleidung und (wenn vorhanden) Yogamatte und eine Meditationsunterlage (Kissen, Hocker).

W22-3A005

18.03.22 – 20.05.22

8x Fr, 17:30 - 19:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Jonas Hessling

Lebenskraft und Leichtigkeit durch Entspannung und Achtsamkeit

In Harmonie mit unseren körperlichen Bedürfnissen zu leben - das macht uns nicht nur fühlbar fit, sondern stärkt auch unsere Seele. Bewegung und Entspannung tun der Psyche gut und eine gesunde Ernährung beeinflusst unsere Stimmung positiv. Stress entsteht häufig von selbst, Entspannung muss meist aktiv herbeigeführt werden. In diesem Kurs lernen Sie Methoden kennen, die ihre Fähigkeit zur Entspannung (re-)aktivieren und sich mühelos in Ihren Alltag einfügen lassen. Auch durch die Kraft Ihrer Gedanken und Überzeugungen verfügen Sie über eine Möglichkeit, Ihr Leben positiver und gesünder zu gestalten. Hier erlernen Sie, die Bedeutung zwischen aufbauenden und destruktiven Gedanken zu unterscheiden und die Lebenskraft für sich zu nutzen.

Bitte mitbringen: lockere Kleidung und dicke Socken.

Tipp: Vom 6. bis 13. November findet die Themenwoche „Gesundheit“ im Bildungsforum statt.

H21-3A010

13.11.21

1x Sa, 10:00 - 15:30 Uhr

7 U-Std, VHS im Bildungsforum

34,30 € / 29,30 €

Jacqueline Delius

Stressprävention - Stress ist relativ

Ist Stress angeboren oder erlernt? Wann und worauf reagieren wir mit Stress? Warum reagieren wir so, wie wir reagieren? Jeder reagiert genetisch bedingt anders auf Druck und Belastung. Wenn wir Stress erkennen und wissen, wie wir damit souverän umgehen können, gehen wir entspannter durch Beruf und Alltag.

W22-3A015

28.01.22

1x Fr, 17:00 - 20:15 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

19,60 € / 16,70 €

Anne Pake





Resilienz - Die psychische Widerstandskraft des Menschen

Resilienz umschreibt die Fähigkeit, nach Krisen und Schicksalsschlägen wieder aufzustehen und gestärkt aus der Situation hervorzutreten. In einer zunehmend komplexen und dynamischen (Arbeits-)welt ist diese Fähigkeit von großer Bedeutung. In diesem Workshop lernen Sie das Resilienz-Zirkel-Training® kennen und erfahren, wie Sie sich von erstarrten Reaktionsmustern lösen und Ihr Handlungsspektrum Schritt für Schritt erweitern können. Das integrative Resilienz-Zirkel-Training® basiert auf der Stärkung von insgesamt acht Resilienzfaktoren, die wir auf mentaler, körperlicher und interaktioneller Ebene aktivieren. Finden Sie heraus, wie Sie Ihre Beweglichkeit und Flexibilität stärken und zugleich tiefe Verwurzelung, Stabilität und Standhaftigkeit für mehr Lebensfreude erfahren.

Bitte mitbringen: lockere Kleidung und dicke Socken.

H21-3A020

05.11.21 – 06.11.21

1x Fr, 18:00 - 21:00 Uhr, 1x Sa, 10:00 - 15:30 Uhr
10 U-Std, VHS im Bildungsforum

56,00 € / 48,80 €

Ariane Füchtner



Einfache Techniken der Wohlfühl-Massage

Ein Tageskurs für Paare, der einen einfachen Einstieg in die gegenseitige Wohlfühl- und Entspannungsmassage gibt. Im Mittelpunkt steht die Vermittlung einfacher, effektiver Techniken aus Shiatsu, Akupressur und klassischer Massage, die bekleidet und in vielen Variationen angewendet werden können. Außerdem lernen Sie Übungen für die eigene Körperwahrnehmung, zur Einstimmung und zur Selbstmassage kennen. Zunächst steht der Rücken im Fokus, doch auch Kopf, Arme, Beine, Hände und Füße werden mit einbezogen. Die Teilnehmenden massieren sich gegenseitig. Skript mit Anleitung und Massageöl werden gestellt.

Bitte mitbringen: lockere Kleidung, dicke Socken und eine Decke.

W22-3A025

22.01.22

1x Sa, 10:00 - 16:00 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

39,20 € / 33,40 €

Nadine Neuner

Einführung in die Fußreflexzonen-Massage

Am Fuß befinden sich ca. 10.000 Nervenenden und hier spiegelt sich über sogenannte Reflexzonen unser gesamter Körper wider. Die gezielte Massage dieser Reflexzonen kann als pure Entspannungsmethode oder zur Linderung vieler „Alltagswehwehchen“ wie Kopfschmerzen, Verdauungsproblemen oder Schlafstörungen eingesetzt werden. Die Fußreflexzonenmassage ist eine uralte Kunst, ein wunderbares Handwerkszeug und eine einzige Wohltat. Sie lernen die Reflexzonen kennen und massieren sich gegenseitig unter Anleitung, so dass Sie befähigt werden, die Massage bei sich und in der Familie anzuwenden. Sie erhalten ein umfassendes Skript.

Bitte mitbringen: eine Decke.

W22-3A026

26.02.22

1x Sa, 10:00 - 16:00 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

39,20 € / 33,40 €

Nadine Neuner



Lymphdrainage

Der Kurs vermittelt das Basiswissen der Lymphdrainage zur präventiven Selbst- und Partnerbehandlung oder als Wellness-Massage. Sanfte, streichend kreisende Massagegriffe fördern den Fluss der Lymphe und damit die Ausscheidung belastender Ablagerungen aus dem Körper. Gesundheit und Wohlbefinden werden gefördert. Die tiefenwirksame Reinigung des Bindegewebes ist besonders hilfreich bei Schwellungen, Hauterkrankungen (Unreinheiten, Rötungen), Gelenksbeschwerden, Muskelschmerzen, Verspannungen, Kopfschmerzen, chronischen Entzündungen, und Cellulite.

Kontraindikationen der Lymphdrainage:

- Ausgeprägte Arteriosklerose, Gefäßausstülpungen oder -verengungen, Thromboseeigung
- Starke Herzschwäche
- Krebserkrankung
- Akute Entzündungen durch Pilze, Bakterien oder Viren
- TBC-befallene Lymphknoten
- Akuter Gichtanfall, akute Gelenkentzündung
- Akute allergische Reaktion
- Schwangerschaft, Stillzeit

W22-3A030

19.02.22

1x Sa, 11:00 - 14:30 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

19,60 € / 16,70 €

Dorothee Grotmann

Autogenes Training

Autogenes Training ist eine Entspannungsmethode, mit der man in Stress- und Anspannungssituationen unkompliziert zur Ruhe finden kann. Es wurde in den 1920er und 1930er Jahren von dem Berliner Psychotherapeuten Johannes Heinrich Schultz als Entspannungsverfahren aus der Hypnose heraus entwickelt. Im Kurs werden Sie aufeinander aufbauend die einzelnen Übungen der Grundstufe kennen- und anwenden lernen und so zu einer Tiefenentspannung kommen. Ziel ist es, dass Sie die Methode in Ihren Alltag integrieren können.

Bitte mitbringen: lockere Kleidung, dicke Socken, Decke.

W22-3A040

14.01.22 – 11.03.22

8x Fr, 17:30 - 19:00 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

85,40 € / 73,90 €

Anke Papenbrock

Einführung in die Meditation

Bei der Meditation geht es darum, die Gedanken zur Ruhe zu bringen. Sie hilft, im Alltag zu entspannen und mit Stress besser umzugehen. Lassen Sie den Stress des Alltags hinter sich und erleben Sie die wohltuende entspannende Wirkung von Meditation.

Bitte mitbringen: lockere Kleidung und dicke Socken.

H21-3A035

24.09.21 – 08.10.21

3x Fr, 17:45 - 19:15 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

29,40 € / 25,10 €

Gundula Schielicke





Feldenkrais: Beweglicher Körper - wacher Geist

Sie wollen etwas für Ihr Wohlbefinden und Ihre Beweglichkeit tun? Sie möchten Ihr Körpergefühl verfeinern, um sich sicherer und selbstbewusster zu fühlen und Ihre Lebensqualität zu verbessern? Die Feldenkrais-Methode ist ein geeignetes Mittel, um diese Ziele zu erreichen. Bei den Bewegungsaktionen erkennen und erweitern Sie auf behutsame Weise Ihre Verhaltens- und Bewegungsmuster, so dass Sie sich am Ende einer Feldenkrais-Stunde leichter und freier bewegen können. Die Atmung bekommt mehr Raum und Sie fühlen sich auf selbstverständliche Art und Weise aufgerichtet. Der Unterricht findet am Boden liegend oder sitzend statt. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Neugier genügt!

Bitte mitbringen: lockere Kleidung, dicke Socken und Matte, falls vorhanden.

H21-3A045

10.09.21 – 10.12.21

12x Fr, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Antonia Kaps

W22-3A045

14.01.22 – 25.03.22

9x Fr, 17:30 - 19:00 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,80 € / 70,00 €

Antonia Kaps

F22-3A045

29.04.22 – 01.07.22

9x Fr, 17:30 - 19:00 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,80 € / 70,00 €

Antonia Kaps





QiGong

QiGong ist eine uralte aus China stammende Kunst, mit der die Lebenskraft aktiviert, genährt und harmonisiert und die Selbstheilungskräfte gefördert werden. Mit äußerer und innerer Bewegung finden Sie zur Regeneration der Lebenskraft (Qi), zu wachsender Ruhe, Stabilität und Lebensfreude. Mit verschiedenen Bewegungs- und Entspannungsübungen lernen Sie das Zusammenspiel von gelassener Atmung, langsam fließenden Bewegungen und gelenkter Aufmerksamkeit. Sie können die Vertiefung der Atmung und die Harmonisierung des Herz-Kreislaufsystems erleben. Damit werden Ihre Ressourcen gestärkt und erweitert, die Sie für die Erholung und die stressreduzierte Gestaltung des Alltags einsetzen können. Sie werden vieles finden, was Freude macht, interessant und spannend ist, wohltut und Ihre Gesundheit fördert.

Bitte lockere Kleidung und dicke Socken mitbringen.

H21-3A050

08.09.21 – 08.12.21

12x Mi, 10:15 - 11:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Joachim Wirtz

H21-3A051

09.09.21 – 09.12.21

12x Do, 18:45 - 20:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Joachim Wirtz

W22-3A051

13.01.22 – 07.04.22

12x Do, 18:45 - 20:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Joachim Wirtz

W22-3A050

12.01.22 – 06.04.22

12x Mi, 10:15 - 11:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Joachim Wirtz

F22-3A050

27.04.22 – 29.06.22

8x Mi, 10:15 - 11:45 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

85,40 € / 73,90 €

Joachim Wirtz

F22-3A051

28.04.22 – 23.06.22

6x Do, 18:45 - 20:15 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

56,20 € / 49,00 €

Joachim Wirtz



→ Fortgeschrittene

H21-3A052

08.09.21 – 08.12.21

12x Mi, 08:30 - 10:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Joachim Wirtz

→ Fortgeschrittene

W22-3A052

12.01.22 – 06.04.22

12x Mi, 08:30 - 10:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Joachim Wirtz

→ Fortgeschrittene

F22-3A052

27.04.22 – 29.06.22

8x Mi, 08:30 - 10:00 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

85,40 € / 73,90 €

Joachim Wirtz



Sanfter Hatha-Yoga

Durch Körperübungen, die Dehnung und Kräftigung der Muskulatur in Rücken, Bauch, Becken und Füßen lernen Sie, Ihren Körper bewusster wahrzunehmen und auf Ihre Bedürfnisse zu achten. Das Erleben des Atems als Verbindungsglied zwischen Körper und Geist hilft Anspannungen aufzulösen und den Geist zu beruhigen.

Die achtsam ausgeführte Yoga-Praxis verhilft zu mehr körperlicher Gesundheit, Ruhe und Ausgeglichenheit. Geeignet für Anfänger*innen und Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen.

Bitte lockere Kleidung, dicke Socken, eine Decke, an heißen Tagen ausreichend zu trinken und eine Matte mitbringen.

H21-3A055

06.09.21 – 06.12.21

12x Mo, 16:00 - 17:30 Uhr
24 U-Std, VHS im Bildungsforum
124,60 € / 107,30 €
Elisabeth Wessel

H21-3A056

06.09.21 – 06.12.21

12x Mo, 17:45 - 19:15 Uhr
24 U-Std, VHS im Bildungsforum
124,60 € / 107,30 €
Elisabeth Wessel

W22-3A055

10.01.22 – 04.04.22

12x Mo, 16:00 - 17:30 Uhr
24 U-Std, VHS im Bildungsforum
124,60 € / 107,30 €
Elisabeth Wessel

W22-3A056

10.01.22 – 04.04.22

12x Mo, 17:45 - 19:15 Uhr
24 U-Std, VHS im Bildungsforum
124,60 € / 107,30 €
Elisabeth Wessel

F22-3A055

25.04.22 – 04.07.22

10x Mo, 16:00 - 17:30 Uhr
20 U-Std, VHS im Bildungsforum
105,00 € / 90,60 €
Elisabeth Wessel

F22-3A056

25.04.22 – 04.07.22

10x Mo, 17:45 - 19:15 Uhr
20 U-Std, VHS im Bildungsforum
105,00 € / 90,60 €
Elisabeth Wessel



Hatha-Yoga

Für Frauen

Körperübungen helfen Ihnen, Verspannungen u.a. im Schulter- und Nackenbereich, Rücken, Bauch und Beckenbereich zu lösen, die entsprechende Muskulatur zu kräftigen und Ihre Beweglichkeit zu fördern. Geübt werden sowohl dynamische Bewegungsfolgen als auch klassische Haltungen, angepasst an die individuellen Voraussetzungen der Teilnehmerinnen. Das Erleben des Atems als Bindeglied zwischen Körper und Geist verhilft Ihnen zu mehr Bewusstheit im Umgang mit sich selbst und Ihren Bedürfnissen. Die achtsam ausgeführte Yoga-Praxis unterstützt die Erfahrung von innerer Ruhe und Ausgeglichenheit. Geeignet für Anfängerinnen und Teilnehmerinnen mit Vorkenntnissen.

Bitte lockere Kleidung, dicke Socken, eine Decke, an heißen Tagen ausreichend zu trinken und eine Matte mitbringen.

H21-3A057

06.09.21 – 06.12.21

12x Mo, 19:30 - 21:00 Uhr
24 U-Std, VHS im Bildungsforum
124,60 € / 107,30 €
Elisabeth Wessel

W22-3A057

10.01.22 – 04.04.22

12x Mo, 19:30 - 21:00 Uhr
24 U-Std, VHS im Bildungsforum
124,60 € / 107,30 €
Elisabeth Wessel

F22-3A057

25.04.22 – 04.07.22

10x Mo, 19:30 - 21:00 Uhr
20 U-Std, VHS im Bildungsforum
105,00 € / 90,60 €
Elisabeth Wessel



Hatha-Yoga

Für Männer

Yoga für Männer? Ja! Yoga war ursprünglich ein Übungssystem, das (nur) für Männer entwickelt wurde. Es überrascht daher nicht, dass die Kombination aus Asanas (Körperhaltungen), Pranayama (Atemtechniken) sowie Entspannungs- und Meditationstechniken auch bei Männern Stress abbauen, sowie Körper und Geist regenerieren, erfrischen und einander in Einklang bringen. Für Anfänger und Teilnehmer mit Vorkenntnissen.

Bitte lockere Kleidung, dicke Socken, eine Matte und evtl. eine Decke mitbringen.

H21-3A060

08.09.21 – 08.12.21

12x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Jens Gebke

W22-3A060

12.01.22 – 06.04.22

12x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Jens Gebke

F22-3A060

27.04.22 – 29.06.22

10x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,00 € / 90,60 €

Jens Gebke

Hatha-Yoga

Hatha-Yoga ist eine körperorientierte Yoga-Form. Stress, falsche Körperhaltung, zu wenig Bewegung oder seelische Belastung führen oft zu körperlichen Verspannungen. In diesem Kurs lernen Sie, durch richtiges Atmen und Dehnen Verspannungen abzubauen und erweitern Ihr Wahrnehmungsvermögen. Durch die Koordination von bewusst langsam ausgeführten Körper- und Atemübungen wird ein neues Körperbewusstsein entwickelt und kann in den Alltag mit hineingenommen werden. Der Kurs richtet sich an gesunde Menschen. Im Zweifelsfall lassen Sie sich bitte von Ihrem Arzt beraten. Der Kurs ist für Anfänger*innen und Fortgeschrittene geeignet.

Bitte eine Decke, Matte, lockere Kleidung und dicke Socken mitbringen.

H21-3A065

07.09.21 – 07.12.21

12x Di, 17:45 - 19:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Stefan Krüger

W22-3A065

11.01.22 – 05.04.22

12x Di, 17:45 - 19:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Stefan Krüger

F22-3A065

26.04.22 – 28.06.22

10x Di, 17:45 - 19:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,00 € / 90,60 €

Stefan Krüger



Jathara-Yoga - Yoga für den Bauch

Dieser Kurs bietet eine Alternative zum langen Sitzen im Berufsalltag. Er beinhaltet wirkungsvolle Übungsreihen für die Bauchmuskulatur und die inneren Organe. Dazu werden fließende Yogapositionen geübt, die mit bestimmten Atemübungen praktiziert werden und die Muskeln dehnen und kräftigen. Am Kursende sorgt Yoga Nidra für eine erholsame Tiefenentspannung. Sie lernen psychologische und philosophische Hintergründe des Yoga kennen. Alle Übungselemente entstammen dem traditionellen indischen Yoga.

Bitte eine Decke, lockere Kleidung und warme Socken mitbringen.

H21-3A066

07.09.21 – 07.12.21

12x Di, 19:30 - 21:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Stefan Krüger

W22-3A066

11.01.22 – 05.04.22

12x Di, 19:30 - 21:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Stefan Krüger

F22-3A066

26.04.22 – 28.06.22

10x Di, 19:30 - 21:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,00 € / 90,60 €

Stefan Krüger

Hatha-Yoga

Für den Rücken

Yoga bietet zahlreiche Techniken gegen Rückenbeschwerden und Stress. Die Übungen, auch Asanas genannt, lösen Verspannungen der Muskeln, halten die Wirbelsäule beweglich, lindern Haltungsschäden und wirken Schmerzen entgegen. Dehnen und Entspannen, bewusstes Atmen, Kräftigung der Muskeln und eine aufmerksame Wahrnehmung des eigenen Körpers gehören zu jeder Yogastunde. Hatha-Yoga ermöglicht es, Körper, Geist und Seele in ihrer Ganzheit zu erleben. Die Übungen können Sie in Ihr eigenes tägliche Übungsprogramm zu Hause aufnehmen.

Bitte lockere Kleidung, dicke Socken, Matte und evtl. Decke mitbringen.

H21-3A075

08.09.21 – 08.12.21

12x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Christian Stötzner

W22-3A075

12.01.22 – 06.04.22

12x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Christian Stötzner

F22-3A075

27.04.22 – 29.06.22

10x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,00 € / 90,60 €

Christian Stötzner





Klassischer Yoga

Sie erlernen Körper- und Atemübungen, die kräftigen und zu mehr Beweglichkeit führen, die helfen, Ihre Haltung zu verbessern und Verspannungen abzubauen. Sie dienen der allgemeinen Harmonisierung und Stärkung der Lebensenergien. Die Körperstellungen (Asanas) wirken auf allen Ebenen (Körper, Geist und Seele) und verbessern unser Wahrnehmungsvermögen und damit unsere Fähigkeit, uns für neue positive Verhaltensweisen auf allen Ebenen zu entscheiden. Sie tanken durch dynamische Bewegungsabläufe und Atemübungen neue positive Kraft und erleben, wie Lebensfreude und innere Stille wachsen können.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken, eine Decke, Matte und Trinkwasser mit.

H21-3A070

07.09.21 – 14.12.21

13x Di, 17:45 - 19:15 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

134,40 € / 115,70 €

Edel Hausch

W22-3A070

11.01.22 – 05.04.22

12x Di, 17:45 - 19:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Edel Hausch

F22-3A070

26.04.22 – 28.06.22

10x Di, 17:45 - 19:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,00 € / 90,60 €

Edel Hausch

→ **nur mit mind. 1-jähriger Yogapraxis**

H21-3A071

07.09.21 – 14.12.21

13x Di, 19:30 - 21:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

134,40 € / 115,70 €

Edel Hausch

→ **nur mit mind. 1-jähriger Yogapraxis**

W22-3A071

11.01.22 – 05.04.22

12x Di, 19:30 - 21:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Edel Hausch

→ **nur mit mind. 1-jähriger Yogapraxis**

F22-3A071

26.04.22 – 28.06.22

10x Di, 19:30 - 21:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,00 € / 90,60 €

Edel Hausch



CANTIENICA®-Yoga

Die CANTIENICA®-Methode wurde von der Schweizerin Benita Cantieni entwickelt, einer bekannten Pionierin vor allem in der Erforschung des Beckenbodentrainings. Sie begründet ihre Thesen auf lebendigem mess- und wahrnehmbarem Körpergebrauch, der uns auf ganz natürliche Weise Gesundheit, Wohlbefinden und eine schöne Ausstrahlung verleiht. Andrea Tresch aus Luzern passte diese Grundlagen an fließende Bewegungen an und bildet diplomierte YogalehrerInnen dazu aus, die Methode beim Unterrichten anzuwenden. Die wirkende Spiraldynamik erschafft hierbei eine unvergleichliche Aufspannung und Stabilität, was mehr Sicherheit in Yogaübungen sowie in jede erdenkliche Alltagsbewegung bringt, ohne an Leichtigkeit einzubüßen. Bewusste yogische Atemlenkung und eine zarte aber wirksame Knochenausrichtung kreieren dabei neuen Handlungsspielraum in allen Dornröschenschlaf-Gelenken. Lebensenergie findet so zurück in ihren natürlichen Fluss und regt Heilungsprozesse auf vielen Ebenen an.

Der Kurs eignet sich für Anfänger*innen und Yogis mit wenig Erfahrungen.

Bitte mitbringen: lockere Kleidung, dicke Socken, Decke und wenn vorhanden eine Yoga-Matte.

H21-3A085

09.09.21 – 09.12.21

12x Do, 17:15 - 18:15 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

85,40 € / 73,90 €

Cornelia Hanisch

W22-3A085

13.01.22 – 07.04.22

12x Do, 17:15 - 18:15 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

85,40 € / 73,90 €

Cornelia Hanisch

F22-3A085

28.04.22 – 30.06.22

9x Do, 17:15 - 18:15 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

65,80 € / 57,20 €

Cornelia Hanisch



Lachyoga

Lachen ist gesund! Das weiß jedes Kind. Und in der Tat werden beim Lachen zahlreiche Botenstoffe im Körper ausgeschüttet, die u.a. Stress und das Schmerzempfinden reduzieren sowie das Immunsystem anregen. In einer Lachyogastunde erreichen Sie all dies - zunächst mit vorbereitenden Lockerungs- und Entspannungsübungen, anschließend mit gezielten Lachübungen, die in einer Lachmeditation (freies Lachen) münden. Lassen Sie sich auf ganz natürliche Weise euphorisieren! Vorkenntnisse im Yoga sind nicht erforderlich. Offenheit für auch albern wirkende Übungen sollte mitgebracht werden.

Bitte lockere Kleidung, dicke Socken, Matte und evtl. Decke mitbringen.

W22-3A090

02.04.22

1x Sa, 09:45 - 11:15 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

9,80 € / 8,40 €

Jens Gebke



Rückhalt - Ganzheitliche Rückenschule

Mit den Jahren wachsen manchmal auch die Plagen. Das ist umso mehr ein Grund, etwas für sich zu tun. Schwerpunkte dieses Kurses sind eine maßvolle Rückengymnastik, Körperwahrnehmungsübungen und wohltuende Entspannungsübungen mit Gleichaltrigen. Sie lernen, auf sanfte und ausgeglichene Art und Weise Rückenschmerzen vorzubeugen und erhalten Tipps und Anleitungen für den Alltag. Dabei erfahren Sie Wichtiges über die körperlichen und seelischen Zusammenhänge. Die Übungen sind so kombiniert, dass sie auch von denjenigen gut ausgeführt werden können, die nicht mehr so beweglich sind wie früher.

Bitte bringen Sie eine Matte mit.

H21-3B001

06.09.21 – 06.12.21

12x Mo, 08:45 - 09:45 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Ariane Weitalla

F22-3B001

25.04.22 – 04.07.22

10x Mo, 08:45 - 09:45 Uhr

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,60 € / 53,60 €

Ariane Weitalla

H21-3B002

06.09.21 – 06.12.21

12x Mo, 10:00 - 11:00 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Ariane Weitalla

F22-3B002

25.04.22 – 04.07.22

10x Mo, 10:00 - 11:00 Uhr

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,60 € / 53,60 €

Ariane Weitalla

H21-3B003

06.09.21 – 06.12.21

12x Mo, 11:15 - 12:15 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Ariane Weitalla

F22-3B003

25.04.22 – 04.07.22

10x Mo, 11:15 - 12:15 Uhr

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,60 € / 53,60 €

Ariane Weitalla



Rückenfit

Mit wohltuenden und kräftigenden Bewegungsübungen, vielfältiger Körperwahrnehmung und Entspannung lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Stärkung des Rückens, zur Verbesserung der Beweglichkeit und Kraft, der Dehn-, Koordinations-, Lockerungs- und Entspannungsfähigkeit kennen. Sie erlernen gelenk- und rüchenschonende Körperhaltungen und üben rüchengerechte Bewegungsabläufe für Alltag und Beruf. Dadurch wird Ausgleich für Bewegungsmangel und einseitige Belastung geschaffen. Entspannungs- und Atemübungen sorgen für Erholung und ein positives Körpergefühl. Dazu gibt es praxisnahe Informationen und Tipps, wie der Alltag rüchengerechter gestaltet werden kann. Sie werden vieles finden, was Freude macht, interessant und spannend ist, wohltut sowie Ihre Gesundheit stärkt und Ihre Ressourcen für den Alltag erweitert.

Bitte bringen Sie eine Matte mit.

H21-3B004

07.09.21 – 07.12.21

12x Di, 09:00 - 10:00 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Annika Wahl

H21-3B005

07.09.21 – 07.12.21

12x Di, 10:15 - 11:15 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Annika Wahl

H21-3B006

07.09.21 – 07.12.21

12x Di, 11:30 - 12:30 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Annika Wahl

F22-3B004

26.04.22 – 28.06.22

10x Di, 09:00 - 10:00 Uhr

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,60 € / 53,60 €

Annika Wahl

F22-3B005

26.04.22 – 28.06.22

10x Di, 10:15 - 11:15 Uhr

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,60 € / 53,60 €

Annika Wahl

F22-3B006

26.04.22 – 28.06.22

10x Di, 11:30 - 12:30 Uhr

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,60 € / 53,60 €

Annika Wahl



Herz aktiv - Ausdauertraining für Herz und Kreislauf

Mit kurzen Ausdauertrainingsphasen zur Kräftigung von Herz und Kreislauf lernen Sie Ihre eigenen Leistungsgrenzen kennen und können sie erweitern. Ergänzend zum Ausdauerprogramm erleben Sie wohlthuende und herausfordernde Bewegungen mit verschiedenen Kleingeräten. Mit vielfältiger Körperwahrnehmung und Entspannung, Dehnungsübungen der zur Verkürzung neigenden Muskulatur und Lockerung verspannter Muskulatur lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung Ihrer Fitness, Beweglichkeit und Entspannungsfähigkeit kennen. Sie werden vieles finden, was Freude macht, interessant und spannend ist, wohl tut, Ihre Gesundheit stärkt und Ihre Ressourcen für den Alltag erweitert. **Bitte bringen Sie eine Matte mit.**

W22-3B007

10.01.22 – 04.04.22

12x Mo, 08:45 - 09:45 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Ariane Weitalla

W22-3B010

11.01.22 – 05.04.22

12x Di, 09:00 - 10:00 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Annika Wahl

W22-3B008

10.01.22 – 04.04.22

12x Mo, 10:00 - 11:00 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Ariane Weitalla

W22-3B011

11.01.22 – 05.04.22

12x Di, 10:15 - 11:15 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Annika Wahl

W22-3B009

10.01.22 – 04.04.22

12x Mo, 11:15 - 12:15 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Ariane Weitalla

W22-3B012

11.01.22 – 05.04.22

12x Di, 11:30 - 12:30 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Annika Wahl





Aqua-Gymnastik

Schwimmen und sich im Wasser bewegen macht Spaß und ist gesund. Bewegung im Wasser hilft Muskelverkrampfungen zu lösen und entlastet die meist stark strapazierte Wirbelsäule. Auch die Arme und Beine lassen sich im Wasser leichter bewegen, die Atmung wird aktiviert. Alle Senior*innen oder Vorruheständler*innen, die das Schwimmen einmal erlernt haben, können mitmachen. Sich mit Gleichgesinnten unter Anleitung im Wasser zu bewegen, bereitet Freude und erhöht das allgemeine Wohlbefinden. Zum Abschluss dieser Kurse werden Sie in der Lage sein, die verschiedensten Übungen selbstständig durchzuführen. Also, Mut gefasst und angemeldet, solange noch Plätze frei sind!

Das Entgelt beinhaltet den Eintritt in das Schwimmbad.

→ im Tiefwasser (nur Schwimmer)

H21-3B015

09.09.21 – 09.12.21

12x Do, 09:00 - 09:45 Uhr

12 U-Std, Schwimmbad „blu“, Am Brauhausberg 1

103,00 € / 95,80 €

Kata Susilovic

→ im Tiefwasser (nur Schwimmer)

W22-3B016

13.01.22 – 07.04.22

12x Do, 09:45 - 10:30 Uhr

12 U-Std, Kiezbad Am Stern, Newtonstraße 12

103,00 € / 95,80 €

Kata Susilovic

→ im Tiefwasser (nur Schwimmer)

H21-3B016

09.09.21 – 09.12.21

12x Do, 09:45 - 10:30 Uhr

12 U-Std, Schwimmbad „blu“, Am Brauhausberg 1

103,00 € / 95,80 €

Kata Susilovic

→ im Tiefwasser (nur Schwimmer)

F22-3B015

28.04.22 – 30.06.22

9x Do, 09:00 - 09:45 Uhr

9 U-Std, Kiezbad Am Stern, Newtonstraße 12

79,00 € / 73,60 €

Kata Susilovic

→ m Tiefwasser (nur Schwimmer)

W22-3B015

13.01.22 – 07.04.22

12x Do, 09:00 - 09:45 Uhr

12 U-Std, Kiezbad Am Stern, Newtonstraße 12

103,00 € / 95,80 €

Kata Susilovic

→ im Tiefwasser (nur Schwimmer)

F22-3B016

28.04.22 – 30.06.22

9x Do, 09:45 - 10:30 Uhr

9 U-Std, Kiezbad Am Stern, Newtonstraße 12

79,00 € / 73,60 €

Kata Susilovic



Beweglich und fit im Alter mit ErlebniSTanz

ErlebniSTanz ist mehr als eine Sportart. Angesprochen sind alle ab dem 55. Lebensjahr, ganz gleich ob Singles oder Paare, die durch Tanz Freude und Geselligkeit suchen. ErlebniSTanz ist ein ideales Fitnesstraining ohne Gesundheitsrisiko. Er ist die charmanteste Form des Trainings überhaupt. Diese Tanzart wurde und wird speziell für ältere Menschen gestaltet, sie kennt keine Führungsrolle wie der Gesellschaftstanz. ErlebniSTanz ist eine eigene altersgemäße Tanzdisziplin. Mitmachen können Ungeübte und Geübte. Es werden das Herz-Kreislauf-System aktiviert, die Beweglichkeit der Gelenke, die Koordination und Gedächtnisleistung verbessert.

→ 14tägig

H21-3B018

16.09.21 – 09.12.21

6x Do, 10:30 - 12:00 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

56,20 € / 49,00 €

Gisela Latussek

→ 14tägig

W22-3B018

13.01.22 – 16.06.22

12x Do, 10:30 - 12:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Gisela Latussek





Herz aktiv - Ausdauertraining für Herz und Kreislauf

Mit kurzen Ausdauertrainingsphasen zur Kräftigung von Herz und Kreislauf lernen Sie Ihre eigenen Leistungsgrenzen kennen und können sie erweitern. Ergänzend zum Ausdauerprogramm erleben Sie wohlthuende und herausfordernde Bewegungen mit verschiedenen Kleingeräten. Mit vielfältiger Körperwahrnehmung und Entspannung, Dehnungsübungen der zur Verkürzung neigenden Muskulatur und Lockerung verspannter Muskulatur lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung Ihrer Fitness, Beweglichkeit und Entspannungsfähigkeit kennen. Sie werden vieles finden, was Freude macht, interessant und spannend ist, wohl tut, Ihre Gesundheit stärkt und Ihre Ressourcen für den Alltag erweitert. **Bitte bringen Sie eine Matte mit.**

H21-3B020

06.09.21 – 06.12.21

12x Mo, 17:30 - 18:30 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

N. N.

W22-3B020

10.01.22 – 04.04.22

12x Mo, 17:30 - 18:30 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

N. N.

F22-3B020

25.04.22 – 04.07.22

10x Mo, 17:30 - 18:30 Uhr

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,60 € / 53,60 €

N. N.

→ Für sportlich Fortgeschrittene!

H21-3B025

08.09.21 – 08.12.21

12x Mi, 18:30 - 20:00 Uhr

24 U-Std, Turnhalle Voltaire-Gesamtschule,

Lindenstraße 33

105,40 € / 91,00 €

Simone Schulz

→ Für sportlich Fortgeschrittene!

W22-3B025

12.01.22 – 06.04.22

12x Mi, 18:30 - 20:00 Uhr

24 U-Std, Turnhalle Voltaire-Gesamtschule,

Lindenstraße 33

105,40 € / 91,00 €

Simone Schulz

→ Für sportlich Fortgeschrittene!

F22-3B025

27.04.22 – 29.06.22

10x Mi, 18:30 - 20:00 Uhr

20 U-Std, Turnhalle Voltaire-Gesamtschule,

Lindenstraße 33

89,00 € / 77,00 €

Simone Schulz

Förderung durch die Krankenkasse?

Wir freuen uns, Ihnen ein vielseitiges und hochwertiges Angebot an Gesundheitskursen präsentieren zu können.

Der Schwerpunkt unserer Bewegungs- und Entspannungskurse liegt auf der Gesundheitsförderung und der Prävention.

Viele unserer Kurse werden von den Krankenkassen gefördert. Ob und wie Ihre Kursteilnahme von Ihrer Krankenkasse gefördert wird, erfragen Sie bitte direkt bei Ihrem Versicherer.

Gern stellen wir Ihnen nach Abschluss Ihres Gesundheitskurses kostenfrei eine Teilnahmebescheinigung aus, sofern Sie an mindestens 80 Prozent der Kursstunden teilgenommen haben.





Fit für den Alltag - Ganzkörperkräftigung

Mit wohltuenden und herausfordernden Übungen verbessern Sie Ihre körperliche Leistungsfähigkeit, Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer. Sie lernen Ihre eigenen Leistungsgrenzen kennen und können sie erweitern. Mit vielfältigen Kräftigungs- und Dehnungsübungen der zur Verkürzung neigenden Muskulatur, besserer Körperwahrnehmung und Entspannung, lernen Sie, Rückenbeschwerden, Muskelschwäche und Verspannungen vorzubeugen. Sie steigern Ihre Fitness, Kraft, und Beweglichkeit sowie Koordinations- und Entspannungsfähigkeit. Sie werden vieles finden, was Freude macht und Ihre Ressourcen für den Alltag erweitert.

Bitte bringen Sie eine Matte mit.

H21-3B030

06.09.21 – 06.12.21

12x Mo, 18:45 - 19:45 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Mario Patron

H21-3B031

06.09.21 – 06.12.21

12x Mo, 20:00 - 21:00 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Mario Patron

W22-3B030

10.01.22 – 04.04.22

12x Mo, 18:45 - 19:45 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Mario Patron

W22-3B031

10.01.22 – 04.04.22

12x Mo, 20:00 - 21:00 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Mario Patron

F22-3B030

25.04.22 – 04.07.22

10x Mo, 18:45 - 19:45 Uhr

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,60 € / 53,60 €

Mario Patron

F22-3B031

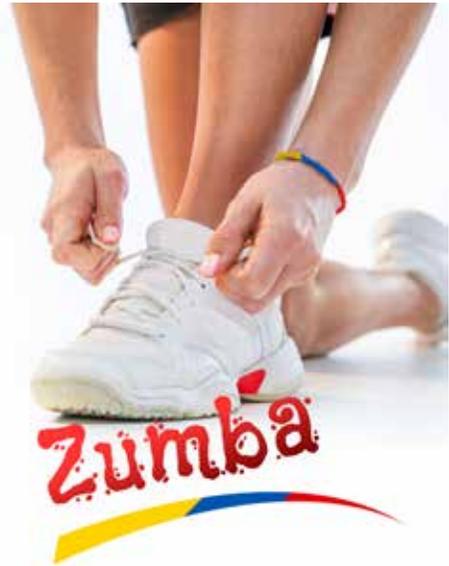
25.04.22 – 04.07.22

10x Mo, 20:00 - 21:00 Uhr

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,60 € / 53,60 €

Mario Patron



Zumba

Zumba ist ein Tanz-Fitness-Training zu lateinamerikanischer Musik. Die Tanzbewegungen werden zusammengesetzt aus Salsa, Merengue und Reggae. Zumba ist ein effektives und schweißtreibendes Fitness-System, das jeden anspricht und Spaß macht. Der Kurs ist geeignet für Teilnehmende jeden Alters, mit unterschiedlichem Fitnessniveau und unterschiedlicher Tanzerfahrung.

H21-3B035

09.09.21 – 09.12.21

12x Do, 19:00 - 20:00 Uhr

16 U-Std, Turnhalle „Max Dortu“-Schule,

Dortustraße 28/29

104,60 € / 90,20 €

Lisa Waldmann

W22-3B035

13.01.22 – 07.04.22

12x Do, 19:00 - 20:00 Uhr

16 U-Std, Turnhalle „Max Dortu“-Schule,

Dortustraße 28/29

104,60 € / 90,20 €

Lisa Waldmann

F22-3B035

28.04.22 – 30.06.22

9x Do, 19:00 - 20:00 Uhr

12 U-Std, Turnhalle „Max Dortu“-Schule,

Dortustraße 28/29

80,20 € / 69,40 €

Lisa Waldmann



Fitness-Kickboxen für Frauen

Kickboxen ist nicht nur Wettkampf- bzw. Leistungssport, sondern auch und ganz besonders Breiten- und Konditionssport. Das effektive Ganzkörpertraining beansprucht jede Körperpartie, basierend auf den Grundtechniken des Box-/Kampfsports. Die überwiegend an Prätzen geübten Fuß- und Fausttechniken erzielen im Bereich Fitness beste Werte. Trainieren werden Sie u. a. Kraft, Ausdauer, Kondition, Beweglichkeit sowie Kopplungs-, Orientierungs-, Reaktions- und Entspannungsfähigkeiten. Sie steigern Ihre Belastungsfähigkeit und Leistung, was sich positiv auf Ihr Selbstvertrauen, Ihren Mut und Ihre Entschlossenheit auswirkt. In diesem Kurs steht nicht der Wettkampf im Vordergrund, sondern die Fitness und der Spaß.

→ Anfängerinnen

H21-3B040

09.09.21 – 09.12.21

12x Do, 17:45 - 19:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Bianka Jäger

→ Fortgeschrittene

H21-3B041

09.09.21 – 09.12.21

12x Do, 19:30 - 21:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Bianka Jäger

→ Anfängerinnen

W22-3B040

13.01.22 – 07.04.22

12x Do, 17:45 - 19:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Bianka Jäger

→ Fortgeschrittene

W22-3B041

13.01.22 – 07.04.22

12x Do, 19:30 - 21:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Bianka Jäger

→ Anfängerinnen

F22-3B040

28.04.22 – 30.06.22

9x Do, 17:45 - 19:15 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,80 € / 70,00 €

Bianka Jäger

→ Fortgeschrittene

F22-3B041

28.04.22 – 30.06.22

9x Do, 19:30 - 21:00 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,80 € / 70,00 €

Bianka Jäger





Rückenfit

Den Rücken stärken, den Körper in Balance bringen und die Optimierung Ihrer individuellen Haltung sind die Ziele dieses Kurses. Mit ganzheitlichen Übungen verbessern Sie die muskuläre Stabilisation der Wirbelsäule und mobilisieren schonend Ihre Gelenke. Ihre körpereigene Wahrnehmung wird sensibilisiert und Sie erlernen, Haltungsschwächen im Alltag und am Arbeitsplatz zu korrigieren. Entspannungs- und Atemübungen sorgen für ein positives Körpergefühl. Der Kurs ist ideal für alle, die unter degenerativen Veränderungen leiden oder Arthrose, Osteoporose und Degenerationen vorbeugen möchten.

Sie benötigen sportliche Kleidung, dicke Socken oder Gymnastikschuhe. Bitte bringen Sie eine Matte mit.

H21-3B045

08.09.21 – 08.12.21

12x Mi, 17:45 - 18:45 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

85,40 € / 73,90 €

Silvia Huppertz

H21-3B046

08.09.21 – 08.12.21

12x Mi, 19:00 - 20:00 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

85,40 € / 73,90 €

Silvia Huppertz

W22-3B045

12.01.22 – 06.04.22

12x Mi, 17:45 - 18:45 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

85,40 € / 73,90 €

Silvia Huppertz

W22-3B046

12.01.22 – 06.04.22

12x Mi, 19:00 - 20:00 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

85,40 € / 73,90 €

Silvia Huppertz

F22-3B045

27.04.22 – 29.06.22

10x Mi, 17:45 - 18:45 Uhr

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,30 € / 62,70 €

Silvia Huppertz

F22-3B046

27.04.22 – 29.06.22

10x Mi, 19:00 - 20:00 Uhr

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,30 € / 62,70 €

Silvia Huppertz



Pilates

Pilates ist eine Trainingsmethode, die jedem Körper, unabhängig von Alter und körperlicher Leistungsfähigkeit, mehr Wohlbefinden durch Balance, Beweglichkeit und Kräftigung der Muskulatur verleiht. Auf schonende Weise werden Körperhaltung, Koordination, Konzentration, Atmung und Ausdauer verbessert. Besonders effizient ist die Methode in der Prävention. Entwickelt wurde dieses Trainingsprogramm von Joseph Pilates. Die Bewegungen sind leicht zu erlernen. Durch die verschiedenen Differenzierungsmöglichkeiten der einzelnen Übungen kann jeder an seinen individuellen Leistungsstand anknüpfen.

Bitte bringen Sie vielschichtige Sportbekleidung und eine Matte mit.

H21-3B050

09.09.21 – 02.12.21

11x Do, 17:45 - 18:45 Uhr

15 U-Std, Turnhalle „Max Dortu“-Schule, Dortustraße 28/29

67,10 € / 58,30 €

Antje Schötz

W22-3B050

13.01.22 – 07.04.22

12x Do, 17:45 - 18:45 Uhr

16 U-Std, Turnhalle „Max Dortu“-Schule, Dortustraße 28/29

72,50 € / 62,90 €

Antje Schötz

F22-3B050

28.04.22 – 30.06.22

9x Do, 17:45 - 18:45 Uhr

12 U-Std, Turnhalle „Max Dortu“-Schule, Dortustraße 28/29

56,10 € / 48,90 €

Antje Schötz



Aqua-Gymnastik

Aqua-Gymnastik ist ein gelenkschonendes Training, das Bewegung im Wasser mit Musik verbindet. Es ist abwechslungsreich und bringt Spaß. Durch den Wasserauftrieb werden Wirbelsäule und Gelenke geschont. Aquafitness verbessert das individuelle Fitnesslevel, trainiert die funktionelle, aufrechte Körperhaltung, erhöht die Beweglichkeit und stärkt das physische und psychische Wohlbefinden. Muskelkraft und -ausdauer werden verbessert, Muskelkater durch die verbesserte Durchblutung aufgrund des Wasserwiderstandes weitgehend verhindert. Die Bewegungen sind leicht zu erlernen und ermöglichen sowohl Neueinsteiger*innen als auch Fortgeschrittenen ein anspruchsvolles Training.

Das Entgelt beinhaltet den Eintritt in das Schwimmbad.

→ im Flachwasser

H21-3B055

06.09.21 – 06.12.21

12x Mo, 19:00 - 19:45 Uhr

12 U-Std, Schwimmbad „blu“, Am Brauhausberg 1

103,00 € / 95,80 €

Kata Susilovic

→ im Flachwasser

H21-3B056

06.09.21 – 06.12.21

12x Mo, 19:45 - 20:30 Uhr

12 U-Std, Schwimmbad „blu“, Am Brauhausberg 1

103,00 € / 95,80 €

Kata Susilovic

→ im Tiefwasser (nur Schwimmer)

H21-3B057

08.09.21 – 08.12.21

12x Mi, 19:00 - 19:45 Uhr

12 U-Std, Schwimmbad „blu“, Am Brauhausberg 1

103,00 € / 95,80 €

Tina Brettschneider

→ im Flachwasser

W22-3B055

10.01.22 – 04.04.22

12x Mo, 19:00 - 19:45 Uhr

12 U-Std, Schwimmbad „blu“, Am Brauhausberg 1

103,00 € / 95,80 €

Kata Susilovic

→ im Flachwasser

W22-3B056

10.01.22 – 04.04.22

12x Mo, 19:45 - 20:30 Uhr

12 U-Std, Schwimmbad „blu“, Am Brauhausberg 1

103,00 € / 95,80 €

Kata Susilovic

→ im Tiefwasser (nur Schwimmer)

W22-3B057

12.01.22 – 06.04.22

12x Mi, 19:00 - 19:45 Uhr

12 U-Std, Kiezbad Am Stern, Newtonstraße 12

103,00 € / 95,80 €

Tina Brettschneider

→ im Flachwasser

F22-3B055

25.04.22 – 04.07.22

10x Mo, 19:00 - 19:45 Uhr

10 U-Std, Schwimmbad „blu“, Am Brauhausberg 1

87,00 € / 81,00 €

Kata Susilovic

→ im Flachwasser

F22-3B056

25.04.22 – 04.07.22

10x Mo, 19:45 - 20:30 Uhr

10 U-Std, Schwimmbad „blu“, Am Brauhausberg 1

87,00 € / 81,00 €

Kata Susilovic

→ im Tiefwasser (nur Schwimmer)

F22-3B057

27.04.22 – 29.06.22

10x Mi, 19:00 - 19:45 Uhr

10 U-Std, Kiezbad Am Stern, Newtonstraße 12

87,00 € / 81,00 €

Tina Brettschneider





Selbstverteidigung mit Alltagsgegenständen für Frauen

Dieser Kurs zeigt Ihnen im Rahmen der Potsdamer Frauenwoche, wie Sie sich in brenzigen Situationen schnell und effektiv verteidigen können. Es gibt Anregungen, welche Alltagsgegenstände Sie notfalls zur Verteidigung einsetzen können und wo die Gefahren liegen. Zum Selbstschutz und zur Verteidigung ist alles geeignet, was Sie bei sich tragen.

Inhalte:

- Psychologische Abwehr und Deeskalation
- Körperhaltung, Blickkontakt und Stimme
- Grundelemente der Selbstverteidigung am Beispiel leichter Griffe (Wegen Einhaltung der Abstandsregeln gibt es evtl. keine Partnerübungen.)
- Klärung von rechtlichen Aspekten zur Selbstverteidigung

Bitte Turnschuhe mitbringen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Dieser Kurs wird vom Büro für Chancengleichheit und Vielfalt der Landeshauptstadt Potsdam gefördert.

W22-3C100

04.03.22

1x Fr, 17:00 - 21:00 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

10,00 € / keine Ermäßigung

Natascha Griesinger

Die Kunst, ein Egoist zu sein

Wer langfristig glücklich und erfolgreich sein möchte, sollte sich mit Lebensqualität ausstatten. Erlauben Sie sich, evolutionären Egoismus zu leben. also selbst stark zu sein, um anderen Menschen helfen zu können.

In diesem Workshop geht es um Themen wie Selbstachtung und Selbstvertrauen, Verantwortung für sich selbst und das unmittelbare Umfeld, Mut zum „Nein“ und das Zulassen eigener Ideen und deren Lösungsorientierung. Begeben Sie sich auf Ideensuche nach Themen, die ihnen wichtig sind, aber im privaten oder beruflichen Alltag stagnieren oder Vorhaben, die schon lange auf Umsetzung warten. Sie erarbeiten Pläne für die Machbarkeit und nutzen Lösungsorientierung als Antriebskraft. Ziel ist es, Vertrauen und Sicherheit für das eigene Handeln zu finden.

H21-3C110

05.11.21

1x Fr, 17:00 - 20:15 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

16,40 € / 14,00 €

Anne Pake

Selbstbewusstsein ist Kopfsache

Ob im Beruf, in der Liebe, Freundschaft oder Familie, manche Menschen scheinen einfach das gewisse Etwas zu haben, das auf andere anziehend wirkt. Worin unterscheiden sich diese Menschen von anderen? Was ist anders an ihrer Persönlichkeit? Jeder von uns hat eine einzigartige und anziehende Persönlichkeit, die oft ungenutzt schlummert. Anerzogene Muster gepaart mit dem Anspruch perfekt zu sein, lassen das Selbstbewusstsein nach und nach schwinden. In diesem Seminar lernen Sie, ihre Bedürfnisse und Wünsche zu konkretisieren und umzusetzen. Sie erkennen ihren Selbstwert und entdecken, wie Sie Ihre einzigartige Persönlichkeit entfalten können. Sie erkennen falsche Glaubenssätze, die Sie am Entfalten des eigenen Potentials hindern. Mit Praxisübungen und Wissen aus der Gehirnforschung können Sie in kürzester Zeit spürbare Ergebnisse erreichen.

W22-3C115

01.04.22 – 02.04.22

Fr, 18:00 - 20:15 Uhr

Sa, 10:00 - 14:30 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

39,20 € / 33,40 €

Natascha Griesinger



Emotionales Essen verstehen und überwinden

Emotionales Essen bedeutet, wir essen mehr, als unser Körper eigentlich braucht, d.h., wir versuchen über das Essen einen seelischen Hunger zu befriedigen und Gefühle abzdämpfen. Dann bestimmen die Gedanken ums Essen unseren Alltag und wir fühlen uns Essanfällen und Heißhunger-Attacken hilflos ausgeliefert. Wir sind gefangen in einem anstrengenden und kräfteaubenden Teufelskreis.

Die Dozentin kennt den enormen Leidensdruck aus eigener Erfahrung und unterstützt heute andere Menschen dabei, die Kopplungen zwischen Essen und Emotionen zu verstehen und zu überwinden.

→ Emotionales Essen als Sucht - ein Teufelskreis

H21-3C120

05.11.21

1x Fr, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Katrin Mehner

→ Emotionales Essen - wenn Gefühle Hunger leiden

W22-3C120

11.03.22

1x Fr, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Katrin Mehner

Was tun bei Hochsensibilität?

Haben Sie oft das Gefühl zu sensibel zu sein?

Fühlen Sie sich oft missverstanden und nicht richtig wahrgenommen? Nehmen Sie sich viele Sachen zu sehr zu Herzen? Dann kann es sein dass Sie zu den ca. 15 bis 20 Prozent der deutschen Bevölkerung gehören, die hochsensibel sind. Diese Menschen verfügen über eine verstärkte Wahrnehmung und leiden meist unter einer Reizüberflutung, die in der heutigen Zeit enorm zunimmt. In diesem Seminar erfahren Sie, was Hochsensibilität ist, wie man sich als hochsensible Person erkennt und in welchen Lebensbereichen sich das besonders auswirkt. Wir erarbeiten gemeinsam, welche Denkmuster wir in uns tragen und wie wir diese ändern können. In praktischen Übungen für den Alltag lernen Sie Möglichkeiten zur Abgrenzung und wie diese Eigenschaft als Stärke und Chance genutzt werden kann.

H21-3C125

13.11.21

1x Sa, 10:00 - 14:15 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

24,50 € / 20,90 €

Simone Voss

W22-3C125

05.03.22

1x Sa, 10:00 - 14:15 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

24,50 € / 20,90 €

Simone Voss



Ziele gelassen erreichen

Der Alltag frisst all Ihre Energie auf und Sie sehnen sich nach Ruhe und neuer Zuversicht? Durch diesen Workshop werden Sie:

- wieder klar vor sich sehen, was als nächstes wichtig ist
- einfache Wege zum Setzen von Prioritäten finden
- die Motivation für private oder berufliche Ziele stärken
- Gewohnheiten etablieren, die Energie und Leichtigkeit in den Alltag bringen.

Freuen Sie sich auf kurze, klare Inputs für ein besseres Verständnis Ihrer Denkgewohnheiten, einfach anwendbare Inspirationsfragen für den Alltag, Gesprächsübungen für Aha-Effekte, geführte Meditation und Musik.

W22-3C130

12.02.22

1x Sa, 10:00 - 15:30 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

29,40 € / 25,10 €

Sophie Forkel

Schmerzfrei durch ganzheitliches Gewahrsein

Schmerz stellt oft ebenso wie die Schmerz-Ursache (Unfall, Krankheit) ein traumatisches Erleben dar. Der individuelle Umgang damit bietet auf allen Ebenen (körperlich, geistig, seelisch, sozial) auch die Möglichkeiten der Besserung oder Heilung. Neben einer Zusammenschau von Wissenswertem, Maßnahmen und Methoden werden auch Übungen für Zuhause zum Ausprobieren an die Hand gegeben, die auf Erfahrungen aus langjähriger psychosomatischer klinischer Praxis basieren. Hauptthema aber ist Ihr ganz persönlicher Beitrag für Ihren eigenen Heilungsprozess. Ihre einzigartigen Qualitäten bilden den Boden für Genesung und Widerstandskraft - im Kurs erfahren Sie, wie Sie Ihre eigenen Ressourcen bewusster für die Genesung von chronischen Schmerzen einsetzen können.

H21-3C135

26.10.21 – 16.11.21

4x Di, 15:00 - 16:30 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

39,20 € / 33,40 €

Beate Fritsch

W22-3C135

05.03.22 – 19.03.22

2x Sa, 10:00 - 11:30 Uhr

1x Sa, 09:30 - 12:45 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

39,20 € / 33,40 €

Beate Fritsch





Die resiliente Gesellschaft

(☺☺) Vortrag im Live-Stream

In diesem Vortrag wird das Konzept der Resilienz als Leitprinzip für unsere Gesellschaft nach der Pandemie vorgestellt. Anstatt uns auf Kostenminimierung und enge Effizienzgewinne zu konzentrieren, sollten wir unser Denken auf eine widerstandsfähige Gesellschaft verlagern, die in der Lage ist, sich von Schocks zu erholen. Resilienz, bei der es darum geht, Fallen und Wendepunkte zu vermeiden, unterscheidet sich damit vom klassischen Risikomanagement. Im Vortrag wird skizziert, wie sich das Konzept der Resilienz auf die öffentliche Gesundheit und die Makroökonomie anwenden lässt und wie es sich auf Innovation, Verschuldung oder ökonomische Ungleichheit auswirken kann.

Markus Brunnermeier ist Professor für Volkswirtschaftslehre an der Princeton University und dort Direktor des Bendheim Center for Finance.

Sie erhalten die Zugangsdaten nach Anmeldung.

H21-3C140D

09.12.21

1x Do, 19:30 - 21:00 Uhr

2 U-Std, Live-Stream
entgeltfrei

Markus Brunnermeier

Gesund und ausgeglichen dank Integraler Lebenspraxis

Sie führen ein aktives Leben und möchten körperlich fit und innerlich ausgeglichen sein? In diesem Kurs lernen Sie die Integrale Lebenspraxis kennen, die alle Lebensbereiche beleuchtet (Körper, Verstand, Beziehungen etc.) und uns hilft, einen Überblick zu gewinnen und die Gewohnheiten (die Lebenspraxis) zu entwickeln, die zu uns persönlich passen und uns im Alltag stärken. Zu jedem zentralen Lebensbereich werden Sie Klarheit darüber gewinnen, welchen Dingen Sie wieviel Raum geben wollen und welche Übungen Sie in Ihren Alltag einbauen können, um Energie und Zufriedenheit zu fördern.

H21-3D100

06.11.21 – 20.11.21

1x Sa, 10:00 - 15:30 Uhr, 1x Sa, 10:00 - 15:30
Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

58,80 € / 50,20 €

Sophie Forkel

Stärken Sie Ihr Immunsystem

Sie lernen an diesem Abend, wie Sie Ihr Immunsystem mit natürlichen Mitteln stärken, um Infektionskrankheiten zu vermeiden und - wenn man sich schon angesteckt hat - wie man dem Körper Impulse gibt, sich möglichst schnell zu erholen.

H21-3D105

29.10.21

1x Fr, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Gabriela Ristow

Zimt und Zucker - nicht nur für die Weihnachtsbäckerei

Zimt und Zucker lassen einen sofort an Milchreis oder Weihnachtskekse denken. Wer weiß schon, dass Zimt eine phantastische Heilpflanze ist, ja sogar eine ganze Apotheke? Über Zucker hört man nur Schlechtes - zu Unrecht. Zucker lässt sich wunderbar für Massagen nutzen, er stimuliert die Reflexzonen und lässt sich mit ätherischen Ölen für eine ganz besondere Hautpflege mischen. Lassen Sie sich überraschen!

Tipp: Vom 6. bis 13. November findet die Themenwoche „Gesundheit“ im Bildungsforum statt.

H21-3D110

12.11.21

1x Fr, 17:30 - 19:45 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

12,30 € / 10,50 €

Gabriela Ristow

Hausmittel in der Pflege

Auch in der herkömmlichen (Kranken-)Pflege bietet die Naturheilkunde zahlreiche wirksame und hilfreiche Alternativen. In diesem Kurs erhalten Sie einen neuen Blick auf altbekannte Hausmittel, ergänzt mit guten Ideen und Tipps für den Alltag.

W22-3D115

11.02.22

1x Fr, 17:30 - 19:45 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

12,30 € / 10,50 €

Gabriela Ristow



Gespräche über...

Interaktive Vortragsreihe

In entspannter und gemütlicher Atmosphäre betrachten wir verschiedene Themen von mehreren Blickpunkten aus. Die Teilnehmenden erhalten Informationen und werden aktiv in Form von Gesprächen, Austausch und kleinen Aktivitäten mit einbezogen.

Gespräche über Glück

„Bleib einfach stehen und gib dem Glück die Chance, dich zu finden.“ Es ist unsere Entscheidung ein glückliches Leben zu führen. Wie uns das gelingt und was wir für unser kleines tägliches Glück tun können, möchten wir von verschiedenen Blickpunkten aus betrachten. In einer Mischung aus Information, Gespräch und kleinen Aktivitäten tauschen wir uns aus und lassen uns vom Glück finden.

H21-3D120

05.11.21

1x Fr, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Simone Voss

Gespräche über Wertschätzung

Wir sind soziale Wesen und sehnen uns nach Anerkennung, Lob und Mitgefühl. Das Gefühl gesehen und wertgeschätzt zu werden, gibt uns Energie. Es ist eine Kraftquelle, ja ein wahres Grundbedürfnis. Doch wie gelingt es uns das zu nutzen? Wissen wir den „Wert“ unseres Gegenübers noch zu schätzen? In unserer schnelllebigen Zeit, in der die Aufmerksamkeit meist auf Leistung gerichtet ist, rutscht das manchmal in den Hintergrund. Hier können wir uns darüber austauschen.

F22-3D122

20.05.22

1x Fr, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Simone Voss

Gespräche über Dankbarkeit

Wir werden die schönen Dinge des Lebens betrachten und uns Fragen widmen wie: Wofür sind wir eigentlich dankbar? Was macht Dankbarkeit mit uns? Wie reagiert unser Inneres darauf? Können wir auch in Krisen dankbar sein für Dinge und Situationen, die augenscheinlich gar nicht danach aussehen? Wir sprechen über neue Denkansätze und schauen aus unterschiedlichen Blickwinkeln auf dieses Thema.

W22-3D121

18.03.22

1x Fr, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Simone Voss





Schulter Schmerzen

Schulterbeschwerden können eine deutliche Beeinträchtigung sein. Woher kommen Sie? Was kann man machen? Warum sollte man sie ernst nehmen? Sie erhalten einen Überblick über die Anatomie, häufige Krankheitsbilder und Therapiekonzepte mit anschließender Diskussionsrunde.
Dr. med. Jan Schwetlick ist Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

H21-3E100

09.11.21

1x Di, 17:45 - 19:15 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Dr. Jan Schwetlick

Hüftschmerzen

Welche Ursachen gibt es, wenn die Hüfte Beschwerden macht? Wie funktioniert die Hüfte? Muss es immer ein künstliches Hüftgelenk sein? Welche anderen Therapieoptionen gibt es? Sie erhalten einen Überblick über Anatomie, häufige Krankheitsbilder und aktuelle Therapiekonzepte mit anschließender Diskussionsrunde.
Dr. med. Jan Schwetlick ist Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

W22-3E105

15.02.22

1x Di, 17:45 - 19:15 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Dr. Jan Schwetlick





Endlich Ordnung und ein aufgeräumtes Leben

Wünschen Sie sich eine aufgeräumte Zukunft? Möchten Sie die Kontrolle über ihren Besitz zurück und vielleicht auch über andere Bereiche Ihres Lebens? Erfahren Sie, wie Sie mit der KonMari-Methode, der Frage nach dem Glücksgefühl und handfesten Tricks und Kniffen endlich nachhaltig Ordnung schaffen können. Lernen Sie, Ihre Kleidung so zu falten, dass sie im Schrank stehen kann, wie Ihre gesamten Dokumente in drei Ordner passen und wie Sie Ihre Küche smart organisieren. Entwickelt wurde die KonMari-Methode von der Japanerin Marie Kondo. Der Fokus liegt auf dem, was wir behalten wollen, was uns glücklich macht und nicht auf dem Wegwerfen. Sie lernen, warum uns das Loslassen oft so schwer fällt, was ein Leben in Unordnung mit Zeitmangel zu tun hat und wie Sie durch eine neue Ordnung Geld sparen und bewusster konsumieren können.

Daniela Slezak ist Ordnungscoach, zertifizierte KonMari Consultant und Psychologische Beraterin.

H21-3E125

20.11.21

1x Sa, 09:00 - 15:00 Uhr

7 U-Std, VHS im Bildungsforum

28,70 € / 24,50 €

Daniela Slezak

W22-3E125

05.03.22

1x Sa, 09:00 - 15:00 Uhr

7 U-Std, VHS im Bildungsforum

28,70 € / 24,50 €

Daniela Slezak

Patientenverfügung - reicht das?

Ein Dokument mit dem Titel Patientenverfügung zu haben, kann einem das Gefühl geben, alles sei geregelt, um ein selbstbestimmtes, natürliches, würdevolles Sterben zu ermöglichen. Doch nicht alle Patientenverfügungen sind gleich. Die über 400 Anbieter unterscheiden sich inhaltlich und in der Kompetenz der Beratung. Ein entscheidender Unterschied liegt in der sogenannten Reichweite, die von Lebensschutz bis Sterbehilfe gehen kann. Das zeigt sich oft nur in Feinheiten der Formulierung, kann aber weitreichende und oft leidvolle Folgen haben.

In dieser Veranstaltung sehen wir uns die feinen Unterschiede an und beleuchten mögliche Folgen. Bringen Sie Ihre Patientenverfügung mit (wenn Sie schon eine haben), damit Sie vergleichen können und lassen Sie uns herausfinden, was sonst noch wichtig werden könnte.

H21-3E130

24.11.21

1x Mi, 17:45 - 19:15 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Frank Spade

W22-3E130

23.02.22

1x Mi, 17:45 - 19:15 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Frank Spade





Herz-Kreislauf-Erkrankungen bei Frauen - der Einfluss des Geschlechts auf die Gesundheit

In Zusammenarbeit mit dem Alexianer St. Josefs- Krankenhaus Potsdam

Erst vor wenigen Jahren wurde begonnen, den Einfluss des Geschlechts auf die Gesundheit zu erforschen. Dabei wurde erkannt, dass Geschlechtsunterschiede auf allen Gebieten und bei allen Krankheiten bestehen. In diesem Vortrag wird besonders auf die Herz-Kreislauf-Erkrankungen eingegangen; auf die Unterschiede bei den Symptomen, die Therapie, die Risikofaktoren und was Frau dagegen tun kann. Nach dem Vortrag haben Sie die Möglichkeit, Fragen zu stellen.

Dr. Gesine Dörr ist Chefärztin der Klinik für Innere Medizin am St. Josefs-Krankenhaus und Vorstandsvorsitzende im Landesverband für Prävention und Rehabilitation von Herz- Kreislauf-Erkrankungen. Sie engagiert sich seit vielen Jahren auf dem Gebiet der geschlechtergerechten Medizin. Sie ist Gründungsmitglied und Vorstandsvorsitzende des Vereins für Geschlechtergerechte Medizin G3 in Brandenburg.

Tipp: Vom 6. bis 13. November findet die Themenwoche „Gesundheit“ im Bildungsforum statt.

H21-3E110

11.11.21

1x Do, 17:45 - 19:15 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Dr. Gesine Dörr



Alexianer
ST. JOSEFS-KRANKENHAUS
POTSDAM-SANSSOUCI



Mit gestärktem Immunsystem durch den Alltag!

In Zusammenarbeit mit dem Alexianer St. Josefs-Krankenhaus Potsdam

Unser Körper verfügt über ein kompliziertes Immunsystem. Wie kann es, gerade in der kommenden lichtärmeren Zeit, gestärkt werden? Gibt es spezielle Lebensmittel? Welche Vitamine, Spurenelemente, Mineralstoffe sind beteiligt? Welche Bedeutung haben körperliche Aktivität und Ruhezeiten für unseren Körper? Was ist Mythos, was ist Wahrheit? Gibt es vorbeugende Maßnahmen bei Erkältungen oder unbekanntem Viruserkrankungen? All dies erfahren Sie in diesem Fachvortrag und mit anschließender Diskussion.

Ulrike Gerstmann ist Dipl.-Biochemikerin und in der Ernährungs- und Diabetesberatung des St. Josefs-Krankenhauses Potsdam tätig.

W22-3E115

20.01.22

1x Do, 17:45 - 19:15 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Ulrike Gerstmann



Verantwortungsvoller Umgang mit Vorhofflimmern

In Zusammenarbeit mit dem Alexianer St. Josefs-Krankenhaus Potsdam

Vorhofflimmern ist eine der häufigsten Herzrhythmusstörungen, die nicht nur ältere Menschen betrifft, sondern auch junge, bisher herzgesunde Menschen. Die Ursachen für Vorhofflimmern sind vielfältig, einige beeinflussbar, einige können wir noch nicht präventiv behandeln. Vorhofflimmern hängt mit dem Risiko für einen Schlaganfall zusammen. Wie können wir dieses Risiko einschätzen und was ist der richtige Weg zwischen Vermeidung eines Schlaganfalls und einem Blutungsrisiko? In dieser Veranstaltung werden die verschiedenen Therapiemöglichkeiten und -notwendigkeiten in Bezug auf die klinische Beeinträchtigung und die Prognose erläutert und diskutiert. Sie erfahren, was Sie bei Vorhofflimmern selbst dazu beitragen können, um die klinischen Erscheinungen positiv zu beeinflussen und wie man trotz Vorhofflimmerns ein normales Leben führen kann.

Dr. Gesine Dörr ist Chefarztin der Klinik für Innere Medizin am St. Josefs-Krankenhaus. Sie ist Vorstandsvorsitzende im Landesverband für Prävention und Rehabilitation von Herz- Kreislauf-Erkrankungen und u. a. in der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie aktiv.

W22-3E120

17.03.22

1x Do, 17:45 - 19:15 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Dr. Gesine Dörr



Intervallfasten/Basenfasten - die leichtere Form zu weniger Kalorien

Genauso verschieden wie wir Menschen sind auch die Beweggründe für eine Fastenzeit. Doch nicht immer passt das strenge Fasten mit nur Gemüsebrühe und kalorienfreien Getränken zu den aktuellen Umständen. Nicht immer ist es möglich, sich eine komplette Auszeit zu nehmen oder vielleicht sogar zu verreisen. In den letzten Jahren hat die Fastenforschung große Schritte gemacht. Mittlerweile ist belegt, dass auch weniger strenge Formen des Fastens Prozesse im Körper anregen, die sich positiv auf die Gesundheit auswirken können. Finden Sie die Methode für Ihre ganz persönliche Fastenzeit. In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie nach Buchinger fasten können, warum ein ausgeglichener Säure-Basen-Haushalt wichtig für die Gesundheit ist und was es mit dem Intervallfasten auf sich hat.

W22-3F100

26.01.22

1x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Antje Schötz

Fit durch gesunde Ernährung im Alltag

Worauf kommt es bei einer gesunden Ernährung an? Wir besprechen die sieben wichtigsten Regeln für eine gesunde Ernährung und beurteilen, wie gut Ihnen die jeweilige Regel schon gelingt. Grundlegendes Wissen wird vermittelt und am Ende des Kurses können Sie sich auf die Punkte fokussieren, die Sie nach der gemeinsamen Analyse noch nicht so gut umsetzen. Gemeinsam finden wir alltagstaugliche, schmackhafte und individuelle Lösungen um Ihre Ernährung zu optimieren.

H21-3F105

03.11.21

1x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

12,20 € / 10,40 €

Maria Gildemeister



Tipp

Familien-Workshop
„Unsere Freunde, die Pflanzen“

S. 42



Die Darmgesundheit fördern

Unser Darm beeinflusst im großem Maße das Immunsystem und spielt für die körpereigenen Abwehrkräfte eine große Rolle. Je gesünder und ausgeglichener die Darmflora ist, desto gesünder ist der Mensch. Eine gestörte Darmflora kann Ursache verschiedener Beschwerden sein. Erfahren Sie, welche Lebensmittel Ihre Darmgesundheit fördern, Verdauungsproblemen entgegenwirken und das Immunsystem stärken können und lernen sie die sieben Regeln für eine darmgesunde Ernährung kennen. Sie können reflektieren, wie gut Sie diese bereits umsetzen. Am Ende des Vortrages haben Sie anhand Ihres, während des Kurses erstellten persönlichen Skripts, einen genauen Überblick, in welchem Bereich Sie Ihre Ernährung noch darmgesünder gestalten können.

W22-3F110

09.02.22

1x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

12,20 € / 10,40 €

Maria Gildemeister



Augen auf beim Kauf! Was Ihnen die Lebensmittelverpackung verrät

In Zusammenarbeit mit der Verbraucherzentrale Brandenburg e.V.

verbraucherzentrale

Brandenburg

Sie erhalten viele Informationen zur täglichen empfehlenswerten Lebensmittelauswahl und zu den Angaben auf dem Etikett. Es werden Ernährungs- und Einkaufskompetenzen vermittelt. Ein Rundgang durch den Supermarkt deckt Einkaufstricks, Zuckerfallen und Mogelpackungen auf. Was ist von Fitness-Brot, Protein-Drink, „gesunden“ Zuckerersatz zu halten? Gibt es Siegel, denen ich vertrauen kann? Auf Lebensmittelverpackungen drängen sich viele Informationen, Label oder Gütesiegel. Ohne Vorwissen lässt sich die Werbung jedoch kaum von gesetzlich geregelter Kennzeichnung unterscheiden. Zudem wecken viele Angaben auf Lebensmitteln zum Teil völlig falsche Erwartungen. Der Vortrag liefert viele praktische Verbrauchertipps für eine clevere und optimale Auswahl von Lebensmitteln aus dem Supermarkt. Somit wird eine gezielte Lebensmittelauswahl aus dem riesigen Angebot der Supermärkte erleichtert.

W22-3F115

10.02.22

1x Do, 17:00 - 18:30 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Veronika Wrobel



Yoga entdecken

● ● ● Junge VHS

Yoga ist eine jahrtausendalte Bewegungsform aus Indien, die auch Kindern und Jugendlichen einen wunderbaren Ausgleich zum leistungsorientierten Alltag bietet. Ihr erlernt Yoga-Übungen mit Hilfe spannender Geschichten, macht Atem- und Entspannungsübungen und probiert Bewegungsspiele aus, die die Koordination fördern. Die Übungen wirken harmonisierend auf Körper, Seele und Geist und erhöhen Eure Konzentrationsfähigkeit. Durch Yogaübungen findet Ihr innere Ruhe und Ausgeglichenheit, bekommt ein besseres Körpergefühl und stärkt Euer Selbstbewusstsein. Probiert es aus!

→ 6-10 Jahre

H21-3A200J

26.10.21 – 14.12.21

8x Di, 15:30 - 16:15 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

33,40 €

Doreen Arnold

→ 11-15 Jahre

H21-3A201J

26.10.21 – 14.12.21

8x Di, 16:30 - 17:30 Uhr

11 U-Std, VHS im Bildungsforum

51,60 €

Doreen Arnold

→ 6-10 Jahre

W22-3A200J

11.01.22 – 05.04.22

12x Di, 15:30 - 16:15 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

57,20 €

Doreen Arnold

→ 11-15 Jahre

W22-3A201J

11.01.22 – 05.04.22

12x Di, 16:30 - 17:30 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

73,90 €

Doreen Arnold

→ 6-10 Jahre

F22-3A200J

26.04.22 – 05.07.22

11x Di, 15:30 - 16:15 Uhr

11 U-Std, VHS im Bildungsforum

53,00 €

Doreen Arnold

→ 11-15 Jahre

F22-3A201J

26.04.22 – 05.07.22

11x Di, 16:30 - 17:30 Uhr

15 U-Std, VHS im Bildungsforum

53,00 €

Doreen Arnold

Selbstverteidigung für Mädchen

●●● Junge VHS Ferienkurs (12-14 Jahre)

In diesem Kurs geht es um die Bedeutung und den Einsatz von Körpersprache, Mimik und Stimme. Ihr übt sicheres Auftreten gegen Belästigung im Alltag. In kleinen Gruppen sprechen wir gefährliche Situationen durch und üben angemessene Verhaltensweisen. Wer sich mit Gefahrensituationen auskennt und persönliche Distanzschwellen erkennt, hat ein stärkeres Selbstwertgefühl - das hilft Euch in vielen Situationen!

Ihr erlernt spielerisch Grundelemente der Selbstverteidigung am Beispiel leichter Angriffe (Befreiung aus Haltegriffen, Schläge blocken und gezielte Abwehrtechniken). Außerdem geht es um sinnvolle Vorsichtsmaßnahmen und Sicherheitsvorkehrungen, Angstbewältigung, Schockphase und Schockdauer sowie rechtliche Aspekte zur Selbstverteidigung. Macht mit! (Wegen Einhaltung der Abstandsregeln gibt es evtl. keine Partnerübungen.)

Bitte lockere bequeme Bekleidung, Turnschuhe, ein kleines Kissen und einen Einkaufsbeutel aus Stoff mitbringen. Etwas zu Essen für die Pause und Getränk nicht vergessen.

→ Herbstferien

H21-3C105J

14.10.21

1x Do, 10:00 - 14:30 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

17,50 €

Natascha Griesinger

→ Sommerferien

S22-3C105J

14.07.22

1x Do, 10:00 - 14:30 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

17,50 €

Natascha Griesinger







Sprachen



Dr. Ulrike Hasemann-Friedrich
Programmbereichsleitung

0331 289-4562
ulrike.hasemann-friedrich@
rathaus.potsdam.de



Karin Domke
Verwaltung

0331 289-4566
karin.domke@
rathaus.potsdam.de



Kenntnisstufen

Was steckt hinter Kursbezeichnungen wie A1 oder B2?

Unser mehrstufiges Kurssystem orientiert sich am Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für das Lehren und Lernen von Sprachen (GER). Dieses europäische Stufensystem wurde 1997 vom Europarat entwickelt und hat zum Ziel, Sprachkenntnisse vergleichbar zu machen und mehr Transparenz beim Sprachenlernen in Europa zu schaffen.

Das Kurssystem basiert auf den sechs Kompetenzstufen A1, A2, B1, B2, C1 sowie C2. Jede Stufe beschreibt, was Sie können, wenn Sie die betreffende Kompetenzstufe erreicht haben. Die Anzahl der zu besuchenden Kurse, die nötig sind, um eine Kompetenzstufe abzuschließen, richtet sich nach der Anzahl der Unterrichtseinheiten eines Kurses.

Welcher Kurs ist für mich der richtige?

Grundsätzlich sollten Sie sich vor einer Kurswahl überlegen, ob Ihr Schwerpunkt mehr auf dem Sprechen („Konversationskurse“) oder dem Wiederholen und Auffrischen liegt oder ob Sie lieber einen Kurs mit einer ausgewiesenen Lernprogression besuchen möchten.

Wichtig ist außerdem, dass Sie das richtige Kursniveau für sich finden, damit Sie sich weder über- noch unterfordert fühlen.



Bitte nutzen Sie deshalb vor einer Anmeldung eine der folgenden Möglichkeiten:



1. Einstufungstest

Sollten Sie bereits Vorkenntnisse in einer Sprache haben, dann empfehlen wir Ihnen einen Einstufungstest, der Ihnen eine Rückmeldung über Ihre aktuelle Kompetenzstufe gibt. Über unsere Webseite gelangen Sie zu ausgewählten Online-Tests für verschiedene Sprachen.



2. Persönliche Beratung

Gerne können Sie sich für eine persönliche Beratung auch an uns wenden. Wir versuchen dann mit Ihnen gemeinsam den richtigen Kurs zu finden.



3. Selbsteinschätzung mit Hilfe der „Kann-Beschreibungen“

Jede Kompetenzstufe des GER beschreibt, was Sie auf dieser Stufe bereits können. Versuchen Sie, sich anhand dieser „Kann-Beschreibungen“ selbst einzuschätzen.

„Kann-Beschreibungen“



C2

Sie können sich spontan, sehr fließend und differenziert ausdrücken und nahezu alles, was Sie hören oder lesen, mühelos verstehen.

Kurse C2.1 - C2.4

C1

Sie können sich fließend im gesellschaftlichen und privaten Leben verständigen und sich strukturiert zu komplexen Sachverhalten äußern.

Kurse C1.1 - C1.4

B2

Sie können sich beruflich und privat problemlos mit Muttersprachler/innen, in der Standardsprache verständigen.

Kurse B2.1 - B2.4

B1

Sie können im privaten und beruflichen Bereich über Themen des Alltags wie Familie, Hobbys, Arbeit und Reisen sprechen und sich über persönliche Erfahrungen und Ereignisse austauschen.

Kurse B1.1 - B1.4

A2

Sie können sich in einfachen, routinemäßigen Situationen über vertraute Themen und Tätigkeiten (z.B. Informationen zur Person, Einkaufen, Arbeit, die eigene Ausbildung, Ihre Umwelt) mit einfachen Worten verständigen.

Kurse A2.1 - A2.4

A1

Sie können vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sagen wie Sie heißen, wo Sie wohnen, wer Sie sind, Auskünfte einholen wie z.B. nach dem Weg fragen und einfache Fragen beantworten.

Kurse A1.1 - A1.4



Welches Lehrbuch benötige ich?

Bei den meisten Kursbeschreibungen finden Sie einen Hinweis auf das verwendete Lehrwerk. Bitte besorgen Sie sich das Lehrbuch erst, wenn Sie sicher sind, dass Sie sich für den richtigen Kurs angemeldet haben - Sie können am ersten Kurstag unbesorgt ohne Lehrbuch zum Kurs kommen. Alle Angaben zu den Lehrbüchern sind ohne Gewähr, die Volkshochschule kann keine Kosten für bereits gekaufte Lehrbücher übernehmen. Im Folgenden finden Sie eine Zusammenstellung der angegebenen Lehrwerke:

 ARABISCH	Verlag	ISBN
Arabisch intensiv: Grundstufe	Buske	978-3875488340
 CHINESISCH	Verlag	ISBN
Chinesisch Superleicht: Für Anfänger	Dorling Kindersley	978-3831030439
 ENGLISCH	Verlag	ISBN
At your leisure B1: Englisch mit Zeit und Muße. Kurs- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs	Hueber	978-3193095992
A new taste of English. Kurs- und Übungsbuch + MP3-CD	Klett	978-3125015487
Brush up A2. Kurs- und Arbeitsbuch mit Audio-CD	Hueber	978-3190029365
Communication for Business: Short Course. Kurzlehrgang englische Handelskorrespondenz und Bürokommunikation	Hueber	978-3190026951
Go for it! A1. Kurs- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs	Hueber	978-3190029389
Go for it! A2. Kurs- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs	Hueber	978-3190029396
Go for it! B1. Kurs- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs	Hueber	978-3190029402
Great A1! 2nd Edition. Kurs- und Übungsbuch mit Audios und Videos	Klett	978-3125017504
Great! B1. Lehr- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs	Klett	978-3125014848
Language Hub: Pre-intermediate. Student's Book + App	Hueber	978-3190629848
Let's Enjoy English A2 Review: A step-by-step course for adult learners. Student's Book with MP3-CD	Klett	978-3125016422
Let's Enjoy English B1 Grammar Course: A step-by-step course for adult learners. Student's Book with audios	Klett	978-3125016484
Let's Enjoy English B1.1: A step-by-step course for adult learners. Student's Book with audios and videos	Klett	978-3125016446
Ready Steady Go for it! Starter. Kurs- und Arbeitsbuch mit Intensivtrainer und Audio-CD	Hueber	978-3190029419

 ENGLISCH	Verlag	ISBN
Roadmap B1+. Students' Book with Digital Resources & App	Pearson	978-1292228235
Simply Business: A2+. Coursbook mit Video-DVD, Audio/MP3-CD und PagePlayer-App	Cornelsen	978-3065204606
Speakout Intermediate Plus 2nd Edition. Students' Book und DVD-ROM Pack	Pearson	978-1292241531
Speakout Upper-Intermediate 2nd Edition. Students' Book und DVD-ROM Pack	Pearson	978-1292116013
 FRANZÖSISCH	Verlag	ISBN
Französisch à la carte neu: Einstiegskurs für Reisende. Kurs- und Übungsbuch + MP3-CD	Klett	978-3125288225
Prélude: Einstiegskurs Französisch. Kursbuch mit Lösungsheft und CD	Cornelsen	978-3065201827
Rencontres en français A1. Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und Videos	Klett	978-3125296428
Rencontres en français A2. Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und Videos	Klett	978-3125296480
Vive les vacances! Neu: Französisch für den Urlaub. Buch mit Audio-CD	Hueber	978-3191172435
Voyages neu A1. Kurs- und Übungsbuch mit 2 Audio-CDs	Klett	978-3125294127
Voyages neu A2. Kurs- und Übungsbuch mit 2 Audio-CDs	Klett	978-3125294226
 ITALIENISCH	Verlag	ISBN
Con piacere nuovo A1. Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD	Klett	978-3125252011
Con piacere nuovo A2. Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD	Klett	978-3125252066
Con piacere nuovo B1. Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD	Klett	978-3125252127
Nuovo Espresso A1: Ein Italienischkurs. Lehr- und Arbeitsbuch mit DVD und Audio-CD	Hueber	978-3192054389
Nuovo Espresso A2: Ein Italienischkurs. Lehr- und Arbeitsbuch mit DVD und Audio-CD	Hueber	978-3192054396
Nuovo Espresso B1: Ein Italienischkurs. Lehr- und Arbeitsbuch mit DVD und Audio-CD	Hueber	978-3192054402
Nuovo Espresso 4: Corso di italiano B2. Libro studente con CD audio 4	Hueber	978-8861825055
Passo dopo passo A1: Der Italienischkurs. Kurs- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs	Hueber	978-3194095991



Lehrwerke



 POLNISCH	Verlag	ISBN
Hurra!!! Po Polsku 1. Podrecznik studenta	Prolog Verlag	978-8360229248
Hurra!!! Po Polsku 1 Nowa Edycja. Podrecznik studenta	Prolog Verlag	978-8360229385
Hurra!!! Po Polsku 2 Nowa Edycja. Podrecznik studenta	Prolog Verlag	978-8360229545
Witam! aktuell A1: Kurs- und Arbeitsbuch mit Audio-CD	Hueber	978-3191053697
Polnisch in 4 Wochen: Ein intensiver Grundkurs für Polnisch	Rea	978-8371414862
 PORTUGIESISCH	Verlag	ISBN
Oi, Brasil! aktuell A1: Der Kurs für brasilianisches Portugiesisch. Kurs- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs	Hueber	978-3191054205
Oi, Brasil! aktuell A2: Der Kurs für brasilianisches Portugiesisch. Kurs- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs	Hueber	978-3192054204
 RUSSISCH	Verlag	ISBN
Otlitschno! aktuell A1. Kurs- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs	Hueber	978-3192044779
Otlitschno! aktuell A2. Kurs- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs	Hueber	978-3192044786
Jasno! neu A1-A2. Kursbuch + MP3-CD + Videos	Klett	978-3125276789
Jasno! neu A1-A2. Übungsbuch + MP3-CD + Videos	Klett	978-3125276796
 SCHWEDISCH	Verlag	ISBN
Javisst! aktuell A1+. Kurs- und Arbeitsbuch mit Audio-CD	Hueber	978-3191054052
Javisst! aktuell A2. Kurs- und Arbeitsbuch + Audio-CD	Hueber	978-3192054051

 SPANISCH	Verlag	ISBN
Con gusto nuevo A1. Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und DVD	Klett	978-3125146716
Con gusto nuevo A2. Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und DVD	Klett	978-3125146778
Con gusto nuevo B1. Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und DVD	Klett	978-3125150102
Estudiantes.ELE A1: Spanisch für Studierende. Kurs- und Übungsbuch mit Audios und Videos	Klett	978-3125150744
Estudiantes.ELE A2: Spanisch für Studierende. Kurs- und Übungsbuch mit Audios und Videos	Klett	978-3125150799
Spanisch für den Urlaub A1: Einstieg in Sprache und Kultur. Lehrbuch mit Audio-CD	Klett	978-3125142657
¡Vivan las vacaciones! Neu: Spanisch für die Reise – Für Einsteiger. Kursbuch mit Audios online	Hueber	978-3193172433

Die vhs.cloud

Das Online-Netzwerk für Volkshochschulen

Der persönliche Kontakt und direkte Austausch in unseren Kursen steht bei uns an allererster Stelle. Mit der **vhs.cloud**, der Lernplattform der Volkshochschulen in Deutschland, haben Sie die Möglichkeit, in einem geschützten Raum auch außerhalb der Kurszeiten mit den anderen Teilnehmenden sowie der Kursleitung in Kontakt zu treten und durch vorhandene Materialien Ihre Sprachkenntnisse individuell weiter auszubauen.

Greifen Sie bei Ihrem **Präsenzkurs** auf Kursmaterialien und Inhalte zu und informieren Sie sich von überall aus über das Kursgeschehen - etwa, wenn Sie auf Reisen sind.

Auch in unseren **Online-Kursen** und **Kursen mit Online-Anteilen** nutzen wir die vhs.cloud. Sie benötigen hierfür eine gute Internetverbindung sowie einen PC oder Laptop mit Kamera und Mikrofon.

Weitere Informationen rund um die vhs.cloud finden Sie auf unserer Webseite.





Englisch für den Urlaub A1

A new taste of English

Dieser Kurs eignet sich für Urlauber und all jene, die oft dienstlich im englischsprachigen Raum unterwegs sind. Er vermittelt auf unterhaltsame Weise den grundlegenden englischen Wortschatz, der benötigt wird, um sich im Urlaub und auf Reisen zurechtzufinden und verständigen zu können und weckt die Lust auf Sprache, Land und Leute. Unterhaltsame landeskundliche Informationen runden das Angebot ab.

→ A1

F22-4A111

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: A new taste of English (Klett)

10x Mo, 15:45 - 17:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Elke Flögel





Englisch A1.1 - A1.3

Sie besitzen noch keine oder sehr wenige Englischkenntnisse und haben beschlossen dieses zu ändern? Sie benötigen Englisch in Ihrem Beruf oder in Ihrem privaten Umfeld? Go for it! In unseren Anfängerkursen eignen Sie sich erste Grundlagen in einem moderaten Lerntempo und einer angenehmen Lernatmosphäre an. Ganz nebenbei erfahren Sie Wissenswertes und Ungewöhnliches über die englische Kultur und Sprache. So sind Abwechslung und Spaß garantiert und Sie machen schnell Lernfortschritte.

→ A1.1

H21-4A101

06.09.21 – 06.12.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 1

12x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Oberdan Fuly

→ A1.1

H21-4A103

07.09.21 – 07.12.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 1

12x Di, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Elke Flügel

→ A1.2

W22-4A101

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 4

12x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Oberdan Fuly

→ A1.2

W22-4A103

11.01.22 – 05.04.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 4

12x Di, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Elke Flügel

→ A1.3

F22-4A101

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 7

10x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Oberdan Fuly

→ A1.3

F22-4A103

26.04.22 – 28.06.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 7

10x Di, 15:45 - 17:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Elke Flügel



Englisch am Vormittag A1.1 - A1.3

Warum den Vormittag nicht einmal dazu nutzen, sich erste Grundlagen der englischen Sprache in einem gemütlichen Lerntempo anzueignen? Mit abwechslungsreichen Aktivitäten und in lockerer Atmosphäre lernen Sie schnell, sich zu verständigen und kurze Texte zu verstehen. Ihren neuen Wortschatz können Sie gleich anwenden, haben Lernerfolge und Spaß beim Englischlernen.

→ A1.1

H21-4A105

08.09.21 – 08.12.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 1

12x Mi, 10:45 - 12:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Ingrid Schubert

→ A1.2

W22-4A105

12.01.22 – 06.04.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 4

12x Mi, 10:45 - 12:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Ingrid Schubert

→ A1.3

F22-4A105

27.04.22 – 29.06.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 7

10x Mi, 10:45 - 12:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Ingrid Schubert

Englisch A1.1 - A1.2

→ A1.1

W22-4A107

12.01.22 – 06.04.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 1

12x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

N. N.

→ A1.2

F22-4A107

27.04.22 – 29.06.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 4

10x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

N. N.

Englisch am Vormittag A1.1 - A1.2

→ A1.1

W22-4A109

13.01.22 – 07.04.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 1

10x Do, 10:45 - 12:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,20 € / 84,00 €

Désiré Turbanisch

→ A1.2

F22-4A109

28.04.22 – 07.07.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 4

8x Do, 10:45 - 12:15 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Désiré Turbanisch



Englisch A1.3 - A1.4

Sie besitzen bereits Vorkenntnisse in Englisch und möchten daran anknüpfen? Ihnen ist es wichtig, in Ihrem eigenen Tempo zu lernen und sich mit ausreichend Zeit und Mühe in die Sprache zu vertiefen? Dieser Kurs gibt Ihnen dazu Gelegenheit: Langsam und wohl dosiert können Sie Ihre schon erworbenen A1-Kenntnisse ausbauen. Das Modul A1.4 schließt die Niveaustufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) ab.

Fortsetzung im Frühjahr auf dem Niveau A2

→ A1.3

H21-4A115

09.09.21 – 09.12.21**Vorkenntnisse sind erforderlich***Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 7*

12x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Heather Schlüter

→ A1.4

W22-4A115

13.01.22 – 07.04.22**Vorkenntnisse sind erforderlich***Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 10*

12x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Heather Schlüter

Englisch am Vormittag A1.3 - A1.4

→ A1.3

H21-4A117

07.09.21 – 07.12.21**Vorkenntnisse sind erforderlich***Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 7*

12x Di, 10:45 - 12:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Ingrid Schubert

→ A1.4

W22-4A117

11.01.22 – 05.04.22**Vorkenntnisse sind erforderlich***Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 10*

12x Di, 10:45 - 12:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Ingrid Schubert

English Refresher A1

Es ist bereits eine Weile her, dass Sie Englisch gelernt haben und Sie möchten Ihre Kenntnisse wieder aktivieren? Sie können bereits ein wenig über sich sprechen, kennen erste Verbformen und möchten deshalb nicht ganz von vorne beginnen?

In diesem Kurs können Sie Ihre Grundkenntnisse der englischen Sprache auffrischen und Neues dazulernen. Wir schauen uns gemeinsam an, welches „Ihre“ Themen sind, trainieren, einfache Gespräche zu führen und sich z.B. im Urlaub zurechtzufinden. So können Sie nach diesem Kurs gut vorbereitet in einen Kurs der Niveaustufe A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) wechseln.

Quereinsteiger willkommen!

→ A1

H21-4A121

16.09.21 – 09.12.21**Vorkenntnisse sind erforderlich***Lit.: nach Absprache*

11x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

125,80 € / 108,30 €

Kristina Schwientek

→ A1

W22-4A121

13.01.22 – 07.04.22**Vorkenntnisse sind erforderlich***Lit.: nach Absprache*

12x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Kristina Schwientek

→ A1

F22-4A121

28.04.22 – 07.07.22**Vorkenntnisse sind erforderlich***Lit.: nach Absprache*

10x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Kristina Schwientek



English for Beginners A1

Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Sie wollten schon immer die englische Sprache erlernen, doch hatten nie Zeit dafür? Der Besuch eines Sprachkurses einmal die Woche ist Ihnen nicht möglich? Dann versuchen Sie es doch mal mit diesem Kurs und erwerben Grundkenntnisse der Weltsprache Englisch an zwei Wochenenden! Englisch ist Weltsprache und wird Ihnen in jedem Land einen Vorteil verschaffen. Nach diesem Kurs werden Sie einen Basiswortschatz und die Grundkenntnisse der Grammatik beherrschen. Außerdem werden Sie keine Probleme mehr damit haben, im Urlaub alltägliche Fragen zu stellen oder diese zu beantworten.

→ A1

H21-4A161

19.11.21 – 27.11.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Great! A1 2nd edition (Klett)

2x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr, 2x Sa, 09:30 - 14:30 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Heather Schlüter

English for advanced Beginners A1

Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Sie beherrschen bereits die Grundkenntnisse der englischen Sprache und wollen diese auffrischen und erweitern, doch haben dafür kaum Zeit übrig? Dann ist dieser Kurs an zwei Wochenenden genau das Richtige für Sie! Sie lernen, sich sicherer zu verständigen und das Sprechen und Verstehen dieser Weltsprache wird Ihnen leichter fallen. Situationsabhängig beschäftigen wir uns mit den grammatischen Strukturen und neuem Wortschatz. Nach diesem Kurs können Sie Zusammenhänge in Gesprächen besser erkennen und sich in vielen Situationen sprachlich verständigen können. Seien Sie dabei und erleben Sie, wie schnell Sie Ihre Englischkenntnisse erweitern!

→ A1

W22-4A163

25.03.22 – 02.04.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Great! A1 2nd edition (Klett)

2x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr, 2x Sa, 09:30 - 14:30 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Heather Schlüter

Englisch Starter für Einsteiger A1 - Intensivkurs

Bildungsfreistellung

Der Kurs, für den Sie sich im Rahmen einer Bildungsfreistellung von Ihrem Arbeitgeber freistellen lassen können, vermittelt Ihnen Grundkenntnisse, um Englisch als internationales Verständigungsmittel für Beruf, Reisen und Alltag zu nutzen. Unterhaltsame Themen machen neugierig, vielfältige Übungen sorgen für frische Abwechslung und regelmäßige Tipps zeigen Ihnen auf, wie Sie persönlich am besten lernen. Sie erhalten allererste Grundlagen für einen systematischen Sprachaufbau. Das Lerntempo bestimmen die Teilnehmenden. Am Ende des Kurses schauen wir gemeinsam mit Ihnen, wie Sie weiterlernen können.

→ A1

H21-4A191B

13.12.21 – 17.12.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Ready Steady Go for it! Starter (Hueber)

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Elke Flögel

→ A1

W22-4A191B

14.03.22 – 18.03.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Ready Steady Go for it! Starter (Hueber)

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Elke Flögel





Englisch für Wiedereinsteiger A1 - Intensivkurs

Bildungsfreistellung

In diesem Kurs, den Sie im Rahmen einer Bildungsfreistellung besuchen können, frischen Sie Ihre vorhandenen Grundkenntnisse auf und erzielen schnell einen deutlichen Lernfortschritt. Vielfältige Übungen helfen Ihnen, Ihr erworbenes Wissen zu festigen und zu erweitern. Das Lehrmaterial bietet vielfältige Möglichkeiten zum ergänzenden Selbststudium. Am Ende des Kurses haben Sie die Niveaustufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) erreicht und wir schauen gemeinsam mit Ihnen, wie Sie weiterlernen können.

→ A1

H21-4A193B

20.09.21 – 24.09.21

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Go for it! A1 (Hueber)

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Elke Flögel

→ A1

F22-4A195B

25.04.22 – 29.04.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Go for it! A1 (Hueber)

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Elke Flögel

→ A1

H21-4A195B

22.11.21 – 26.11.21

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Go for it! A1 (Hueber)

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Elke Flögel

→ A1

F22-4A197B

20.06.22 – 24.06.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Go for it! A1 (Hueber)

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Elke Flögel

→ A1

W22-4A195B

24.01.22 – 28.01.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Go for it! A1 (Hueber)

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Elke Flögel





Englisch A2.1 - A2.3

Sie wollen vorhandene Sprachkenntnisse weiter ausbauen oder haben Englisch vielleicht schon in der Schule gelernt? Wenn Sie in einfachen Sätzen über sich, Ihre Familie und vertraute Themen sprechen und erste leichte Texte verstehen, dann haben Sie die Niveaustufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) abgeschlossen und sind in diesem Kursniveau genau richtig. Sie lernen, sich in routinemäßigen Situationen zu verständigen und sich mit einfachen Mitteln über Ihre berufliche Tätigkeit oder Ihre Wohnsituation zu unterhalten. Auch können Sie einfache Alltagstexte wie z.B. Speisekarten.

→ A2.1

H21-4A201

09.09.21 – 09.12.21

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Go for it! A2 (Hueber), Lektion 1

12x Do, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Elke Flögel

→ A2.2

W22-4A201

13.01.22 – 07.04.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Go for it! A2 (Hueber), Lektion 4

12x Do, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Elke Flögel

→ A2.3

F22-4A201

28.04.22 – 07.07.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Go for it! A2 (Hueber), Lektion 7

10x Do, 15:45 - 17:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Elke Flögel

Englisch am Vormittag A2.1

→ A2.1

F22-4A207

26.04.22 – 28.06.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Go for it! A2 (Hueber), Lektion 1

10x Di, 10:45 - 12:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Ingrid Schubert

Englisch am Vormittag A2.1 - A2.3

→ A2.1

H21-4A203

06.09.21 – 06.12.21

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Go for it! A2 (Hueber), Lektion 1

12x Mo, 10:45 - 12:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Ingrid Schubert

→ A2.2

W22-4A203

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Go for it! A2 (Hueber), Lektion 4

12x Mo, 10:45 - 12:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Ingrid Schubert

→ A2.3

F22-4A203

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Go for it! A2 (Hueber), Lektion 7

10x Mo, 10:45 - 12:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Ingrid Schubert

Englisch A2.1

→ A2.1

F22-4A205

28.04.22 – 07.07.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Go for it! A2 (Hueber), Lektion 1

10x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Heather Schlüter



Englisch A2.3 - A2.4

In diesem Kurs wollen wir ohne Stress und ohne Leistungsdruck in lockerer Atmosphäre lernen. Der Kurs ist für Lernende, die Englisch vielleicht schon in der Schule hatten, aber neu beginnen wollen. das Modul A2.4 schließt die Niveaustufe A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) ab.

Fortsetzung im Frühjahr auf dem Niveau B1

→ A2.3

H21-4A211

09.09.21 – 09.12.21

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Go for it! A2 (Hueber), Lektion 7

12x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Désiré Turbanisch

→ A2.4

W22-4A211

13.01.22 – 07.04.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Go for it! A2 (Hueber), Lektion 10

12x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Désiré Turbanisch / Gary Lovan

Englisch A2.4

Sie besitzen bereits Vorkenntnisse und wollen an diesen Grundlagen weiterarbeiten?

Mit Zeit und Spaß nähern wir uns den letzten Schritten des Sprachniveaus A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER). Im Mittelpunkt des Kurses steht die Kommunikation: Werde ich verstanden? Verstehe ich mein Gegenüber? Dazu bauen wir unseren Wortschatz weiter aus, wiederholen grammatikalische Strukturen, und üben Textverständnis durch lebensnahe Dialoge.

Fortsetzung im Winter auf dem Niveau B1

→ A2.4

H21-4A213

08.09.21 – 08.12.21

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Go for it! A2 (Hueber), Lektion 10

12x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Désiré Turbanisch





Englisch A2/B1

Der Kurs richtet sich an alle, die irgendwann einmal z.B. in der Schule, im Urlaub oder im Beruf mit der englischen Sprache in Berührung gekommen sind und ihre Kenntnisse jetzt wiederholen und festigen wollen. Der Schwerpunkt liegt auf der Entwicklung des Alltagsenglisch. Wir lesen kurze Texte, hören Interviews und sehen uns Filmsequenzen an. Dabei wiederholen wir grundlegende Aspekte der Grammatik und erweitern den Wortschatz. Wer Englisch für den Beruf braucht, wird ebenfalls von diesem Kurs profitieren.

Quereinsteiger willkommen!

→ A2/B1

H21-4A215

09.09.21 – 09.12.21**Vorkenntnisse A2 erforderlich***Lit.: nach Absprache*

11x Do, 09:00 - 10:30 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

125,80 € / 108,30 €

Paul Milkaitis

→ A2/B1

W22-4A215

13.01.22 – 07.04.22**Vorkenntnisse A2 erforderlich***Lit.: nach Absprache*

11x Do, 09:00 - 10:30 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Paul Milkaitis

→ A2/B1

F22-4A215

28.04.22 – 07.07.22**Vorkenntnisse A2 erforderlich***Lit.: nach Absprache*

10x Do, 09:00 - 10:30 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Paul Milkaitis

English Refresher A2/B1

Would you like to refresh your English by talking, sharing idea, playing games, enjoying different activities and just having fun. We can even revise „In a Restaurant“ or „In a Hotel“ or „How to use a Cash Machine“ in case you are planning to travel! As well, special requests are always welcome eg. writing a business letter, talking on the phone.... Let's brush up!

Quereinsteiger willkommen!

→ A2/B1

H21-4A217

09.09.21 – 09.12.21**Vorkenntnisse A2 erforderlich***Lit.: Brush up A2 (Hueber)*

12x Do, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Heather Schlüter

→ A2/B1

W22-4A217

13.01.22 – 07.04.22**Vorkenntnisse A2 erforderlich***Lit.: Brush up A2 (Hueber)*

12x Do, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Heather Schlüter

→ A2/B1

F22-4A217

28.04.22 – 07.07.22**Vorkenntnisse A2 erforderlich***Lit.: Brush up A2 (Hueber)*

10x Do, 15:45 - 17:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Heather Schlüter



KINOFILME IM ORIGINAL

Emma

→ Freitag, 19.11.2021, 19:30 Uhr



Kartenreservierung: 0331-27181-12,
ticket@filmmuseum-potsdam.de
Eintritt: 6,- Euro, ermäßigt 5,- Euro
(weitere Infos auf S. 20,21)



Let's enjoy English - Review A2

((())) Online-Kurs

In diesem Kurs wiederholen und festigen Sie bequem von zu Hause aus Ihre schon vorhandenen Kenntnisse auf dem Sprachniveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER). Mit viel Spaß und in überschaubaren Lernschritten werden Ihnen abwechslungsreiche Aktivitäten zur Übung und zum Wiederholen geboten, so dass das sichere Gefühl, die Kenntnisse auch abrufbereit im Alltag anwenden zu können, nicht lange auf sich warten lässt. Gemeinsam bereiten wir uns auf das Sprachniveau B1 vor. Warum noch zögern? Come on and let's enjoy it together!

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

Fortsetzung im Frühjahr im Kurs „Englisch B1.1“

→ A2

W22-4A219D

12.01.22 – 06.04.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Let's Enjoy English A2 Review (Klett)

12x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, vhs.cloud

136,60 € / 117,50 €

Elke Flögel

English Conversation A2

Let's talk now

We just want to speak English in this course - without inhibitions or stress; in a friendly, relaxed atmosphere. I try to find a diversity of ways to get you to speak - from creative and game-like to sharing your thoughts and stories.

Quereinsteiger willkommen!

→ A2

H21-4A241

09.09.21 – 09.12.21

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Gary Lovan

→ A2

W22-4A241

13.01.22 – 07.04.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Gary Lovan

→ A2

F22-4A241

28.04.22 – 07.07.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Gary Lovan



English Conversation A2/B1

(((•))) Online-Kurs

Eine Meinung auszudrücken, zu diskutieren, zu widersprechen, etwas klarzustellen oder Pläne vorzustellen - dazu gehören verbales Geschick und auch Mut - erst recht in einer fremden Sprache. In diesem Kurs werden wir mit unterschiedlichsten Übungen und einer breiten Palette an Themen dieSchwellenangst überwinden und eine sichere Gesprächsführung in der englischen Sprache trainieren. Im Unterricht sehen wir uns kurze Videoausschnitte an und komme darüber gleich miteinander ins Gespräch.

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

Quereinsteiger willkommen!

→ A2/B1

H21-4A243D

07.09.21 – 07.12.21

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, vhs.cloud

115,00 € / 99,20 €

Paul Milkaitis

→ A2/B1

W22-4A243D

11.01.22 – 05.04.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, vhs.cloud

115,00 € / 99,20 €

Paul Milkaitis

→ A2/B1

F22-4A243D

26.04.22 – 28.06.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, vhs.cloud

97,00 € / 83,80 €

Paul Milkaitis



English for early birds A2/B1

Dieser Kurs richtet sich an die „frühen Vögel“, die schon morgens auf Hochtouren kommen und gerne in einer Gruppe lernen und sich über verschiedene Themen austauschen möchten. Mit viel Freude und Enthusiasmus eignen Sie sich neues Sprachwissen an. Im Vordergrund steht die Kommunikation. Sie erweitern lebensnah Ihren Wortschatz und erarbeiten sich sprachliches Selbstbewusstsein.

Das Themenspektrum reicht von Architektur, über Kunst und Reisen bis hin zu regionalen Geheimtipps. **Quereinsteiger willkommen!**

→ A2/B1

H21-4A245

08.09.21 – 08.12.21

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

11x Mi, 08:30 - 10:00 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

106,00 € / 91,50 €

Désiré Turbanisch

→ A2/B1

W22-4A245

12.01.22 – 06.04.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

11x Mi, 08:30 - 10:00 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

106,00 € / 91,50 €

Désiré Turbanisch

→ A2/B1

F22-4A245

27.04.22 – 29.06.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

9x Mi, 08:30 - 10:00 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

88,00 € / 76,10 €

Désiré Turbanisch



Englisch für den Tourismus A2/B1

Welcome to Potsdam!

Sie begleiten Touristen durch Potsdam oder möchten Ihren Gästen Potsdam und Umgebung auch auf Englisch näherbringen? Sie wollen auf Potsdams historische Highlights hinweisen, Insider Tipps geben und für Potsdam begeistern? Und dies alles in der englischen Sprache?

Im Kurs erarbeiten wir uns einen breiten Wortschatz, wiederholen grundlegende Grammatik und bauen diese aus. Ein Höchstmaß an Redezeit gibt Ihnen genügend Raum, in der Fremdsprache Sicherheit zu gewinnen. Selbstsicher werden Sie zukünftig Ihre englischsprachigen Führungen meistern.

→ A2/B1

W22-4A261

14.01.22 – 28.01.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

3x Fr, 16:30 - 20:45 Uhr

15 U-Std, VHS im Bildungsforum

98,50 € / 85,00 €

Désiré Turbanisch



Englisch für Fortgeschrittene A2 - Intensivkurs

Bildungsfreistellung

Ihnen hat es Spaß gemacht, sich in einem Kurs auf der Niveaustufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) Grundkenntnisse in der englischen Sprache anzueignen oder schon vorhandene wieder aufzufrischen? Jetzt wollen Sie unbedingt darauf aufbauen und halten Ausschau nach einer geeigneten Fortsetzung, damit Sie an Ihr Vorwissen anknüpfen können? Dann sind Sie hier genau richtig. In diesem Kurs werden der vorhandene Wortschatz und die schon erlernten Grammatikstrukturen der Niveaustufe A1 wie beispielsweise die Zeitformen der Gegenwart und Vergangenheit mit interessanten Alltagsthemen gefestigt und erweitert. Sie schulen Ihr Les- und Hörverständnis und verbessern durch unterhaltsame Gesprächsthemen stetig Ihre Aussprache. Am Ende des Kurses schauen wir gemeinsam mit Ihnen, wie Sie weiterlernen können.

→ A2

H21-4A291B

18.10.21 – 22.10.21

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Go for it! A2 (Hueber)

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Elke Flögel

→ A2

F22-4A291B

16.05.22 – 20.05.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Go for it! A2 (Hueber)

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Elke Flögel

→ A2

W22-4A291B

21.02.22 – 25.02.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Go for it! A2 (Hueber)

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Elke Flögel

→ A2

S22-4A291B

15.08.22 – 19.08.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Go for it! A2 (Hueber)

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Elke Flögel



Englisch kommunizieren in Büro und Alltag A2/B1

Bildungsfreistellung

In diesem Kurs auf dem Niveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) lernen, üben und festigen Sie typische Redewendungen englischer Büro- und Alltagskommunikation. Besondere Schwerpunkte liegen auf dem Schreiben von E-Mails und kurzen Texten sowie dem Telefonieren. Hier werden Sie die gängigsten Formulierungen für alltägliche Situationen und Small Talks fit. Im Mittelpunkt stehen Ihre Wünsche. Bringen Sie deshalb gerne konkrete Kommunikationssituationen mit in den Kurs. Materialien werden von der Kursleiterin gestellt.

→ A2/B1

W22-4A295B

24.02.22 – 25.02.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

1x Do, 09:00 - 14:00 Uhr, 1x Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,20 € / keine Ermäßigung

Désiré Turbanisch

→ A2/B1

F22-4A295B

23.06.22 – 24.06.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

1x Do, 09:00 - 14:00 Uhr, 1x Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,20 € / keine Ermäßigung

Désiré Turbanisch

Everyday English Business Communication A2/B1 - Intensivkurs

Bildungsfreistellung

In this one-week course, we will focus on communicating in English for daily tasks in the workplace. Every day conversations will improve with relevant vocabulary, cultural knowledge, and pronunciation practice. Students will learn necessary grammar to make suggestions, describe processes, and talk about work experience. Students will be encouraged to use and adapt language learned in the classroom to their own work environments.

→ A2/B1

W22-4A297B

28.03.22 – 01.04.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Simply Business A2+ (Cornelsen)

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Désiré Turbanisch

Englisch A2/B1 - Intensivkurs

Bildungsfreistellung

Dieser Kurs eignet sich für alle, die ihre früher erworbenen Englischkenntnisse auf dem Niveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) in kurzer Zeit auffrischen und vertiefen wollen, um diese im Beruf und Alltag selbstständig und sicher anwenden zu können. Praxisnah werden wir Ihren Wortschatz ausbauen und grammatische Grundlagen festigen. Wir werden viel in der in der englischen Sprache miteinander kommunizieren und so Hemmschwellen abbauen. Ergänzende Übungen dienen der Verbesserung der Fähigkeiten im Lesen und Schreiben. Am Ende dieser Woche haben Sie einen großen Schritt in Richtung einer sicheren Verwendung des Englischen gemacht und wir schauen gemeinsam mit Ihnen, wie Sie weiterlernen können.

→ A2/B1

H21-4A293B

08.11.21 – 12.11.21

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Speakout 2nd Edition Intermediate (Pearson)

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Désiré Turbanisch

→ A2/B1

F22-4A293B

13.06.22 – 17.06.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Speakout 2nd Edition Intermediate (Pearson)

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Désiré Turbanisch



Englisch B1.1 - B1.3

(🔊) Online-Kurs mit 3 Präsenzterminen

Let's take the next step! In diesem Kurs nehmen wir mit Spaß und Abwechslung die neue Niveaustufe B1 des gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) in Angriff! Wir nutzen hierzu u.a. ein modernes Lehrbuch mit vielfältigen Übungen zum Hören, Schreiben und Lesen sowie tollen Videos und vielen Anregungen zum Sprechen über aktuelle und interessante Themen. Da der Kurs online stattfindet, können Sie bequem von überall teilnehmen. Das Lerntempo bestimmen wir stets selbst.

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

→ B1.1

H21-4A301D

11.10.21 – 13.12.21

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Language hub: Pre-intermediate (Hueber)

8x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

16 U-Std, vhs.cloud / VHS im Bildungsforum

79,00 € / 68,40 €

Sabine Heuer

→ B1.2

W22-4A301D

17.01.22 – 14.03.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Language hub: Pre-intermediate (Hueber)

8x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

16 U-Std, vhs.cloud / VHS im Bildungsforum

79,00 € / 68,40 €

Sabine Heuer

→ B1.3

F22-4A301D

02.05.22 – 27.06.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Language hub: Pre-intermediate (Hueber)

8x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

16 U-Std, vhs.cloud / VHS im Bildungsforum

79,00 € / 68,40 €

Sabine Heuer



Englisch B1.1 - B1.2

Sie besitzen gute Grundkenntnisse der englischen Sprache aus Ihrer Schulzeit, von Reisen oder aus einem Kurs des Sprachniveaus A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER). Anhand alltäglicher Kommunikationssituationen erweitern Sie Schritt für Schritt Ihren Wortschatz, Ihre Grammatikkenntnisse und verbessern Ihre Aussprache. Neben dem Lehrwerk arbeiten wir viel mit Videos sowie Musik. Es gilt die Devise: „Lieber kleine Fehler - die wir natürlich verbessern - als sprachlos.“

→ B1.1

W22-4A303

12.01.22 – 06.04.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Speakout 2nd Edition Intermediate (Pearson), Lektion 1

12x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Désiré Turbanisch

→ B1.2

F22-4A303

27.04.22 – 29.06.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Speakout 2nd Edition Intermediate (Pearson), Lektion 4

10x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Désiré Turbanisch

Englisch B1.1

→ B1.1

F22-4A305

28.04.22 – 07.07.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Speakout 2nd Edition Intermediate (Pearson), Lektion 1

10x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Désiré Turbanisch / Gary Lovan



Englisch B1.1

((••)) Online-Kurs

Let's enjoy English! Auf direktem Weg mit unterhaltsamen Themen und abwechslungsreichen Aktivitäten zum Üben, Wiederholen und zur Auflockerung geht es für alle, die das Niveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) bereits sicher beherrschen, mit viel Schwung und Elan ins neue Sprachniveau B1. Ziel ist die selbstständige Sprachanwendung.

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

→ B1.1

F22-4A307D

27.04.22 – 29.06.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Let's Enjoy English B1.1 (Klett)

10x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, vhs.cloud

97,00 € / 83,80 €

Elke Flögel



Englisch B1.3 - B1.4

This course is for the ones who have the feeling that they have been studying English for too long and do not get ahead with it. Here we will review some grammar, explore more about reading and most of all talk!! We will arrive in the B2 level with confidence and speaking in a more natural way. If you still do not know what course to take, this is definitely the perfect course for you.

Fortsetzung im Frühjahr auf dem Niveau B2

→ B1.3

H21-4A309

07.09.21 – 07.12.21

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Speakout Intermediate Plus 2nd Edition (Pearson), Lektion 6

12x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Oberdan Fuly

→ B1.4

W22-4A309

11.01.22 – 05.04.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Speakout 2nd Edition Upper--Intermediate (Pearson), Lektion 1

12x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Oberdan Fuly

→ B1.3

H21-4A311

08.09.21 – 08.12.21

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Great B1 (Klett), Lektion 8

12x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Edgar Meier

→ B1.4

W22-4A311

12.01.22 – 06.04.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Edgar Meier

English B1 - Just keep your level alive

(☺☺☺) Online-Kurs mit 3 Präsenzterminen

Dieser Kurs richtet sich an alle, die einfach Spaß an der englischen Sprache haben und auch ohne Lehrbuch mit Hilfe von Zeitungen, Filmen, Videos und Webseiten ihr Sprachniveau halten, sich in der Sprache unterhalten und austauschen möchten. Die Themen orientieren sich hierbei an den Interessen der Teilnehmenden. Der Kurs findet online statt. Dies eröffnet Ihnen nicht nur neue Lernerfahrungen, Sie erhalten auch zahlreiche Materialien zum Selbststudium, mit denen Sie Ihren Lernprozess individuell gestalten können.

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

Quereinsteiger willkommen!

→ B1

H21-4A315D

11.10.21 – 13.12.21

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

8x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

16 U-Std, vhs.cloud / VHS im Bildungsforum

93,40 € / 80,70 €

Sabine Heuer

→ B1

W22-4A315D

17.01.22 – 14.03.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

8x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

16 U-Std, vhs.cloud / VHS im Bildungsforum

93,40 € / 80,70 €

Sabine Heuer

→ B1

F22-4A315D

02.05.22 – 27.06.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

8x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

16 U-Std, vhs.cloud / VHS im Bildungsforum

93,40 € / 80,70 €

Sabine Heuer



Activate your English B1/B2

Could this be your statement? „My English was quite good and now?“ Time to activate your English? Time to refresh and learn something new? In this course you will have the opportunity to gain confidence in speaking, to improve your reading and listening skills and to communicate with the right strategies. We are going to use authentic material from the BBC, e.g. DVD and real-life interviews. So what are you waiting for? Bridge the gap between your needs, the classroom and the real world. Do not forget that learning should and could be fun.

Quereinsteiger willkommen!

→ B1/B2

H21-4A317

09.09.21 – 09.12.21

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: Speakout Upper Intermediate 2nd Edition (Pearson)

12x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Hella Skoruppa

→ B1/B2

W22-4A317

13.01.22 – 07.04.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: Speakout Upper Intermediate 2nd Edition (Pearson)

12x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Hella Skoruppa

→ B1/B2

F22-4A317

28.04.22 – 07.07.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: Speakout Upper Intermediate 2nd Edition (Pearson)

10x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Hella Skoruppa

English Conversation B1

Time to talk

Do you have a good knowledge of English but are too frightened to speak or have no opportunity to practice? Then join our friendly conversation group on Friday mornings and have fun while talking freely about interesting topics. Grammar mistakes are not important but through them we can help each other, learn so much and gain confidence every week.

Quereinsteiger willkommen!

→ B1

H21-4A341

01.10.21 – 03.12.21

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: At your leisure B1 (Hueber)

8x Fr, 10:00 - 12:30 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Heather Schlüter

→ B1

W22-4A341

14.01.22 – 11.03.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: At your leisure B1 (Hueber)

8x Fr, 10:00 - 12:30 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Heather Schlüter

→ B1

F22-4A341

29.04.22 – 24.06.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: At your leisure B1 (Hueber)

8x Fr, 10:00 - 12:30 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Heather Schlüter





English Conversation B1/B2

Let's talk

This course is perfect for you who have been studying English for ever and don't feel confident enough with it. We will have lots of interesting debates in a curious environment.

Quereinsteiger willkommen!

→ B1/B2

H21-4A343

06.09.21 – 06.12.21

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: *Speakout Upper Intermediate 2nd Edition* (Pearson)

12x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Oberdan Fuly

→ B1/B2

W22-4A343

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: *Speakout Upper Intermediate 2nd Edition* (Pearson)

12x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Oberdan Fuly

→ B1/B2

F22-4A343

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: *Speakout Upper Intermediate 2nd Edition* (Pearson)

10x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Oberdan Fuly

English for working early birds B1/B2

Wer gerne noch vor der Arbeit seine Sprachkenntnisse auf Vordermann bringen möchte, ist in diesem Kurs richtig! Mit viel Freude und Enthusiasmus eignen Sie sich neues Sprachwissen an, erweitern lebensnah Ihren Wortschatz und erarbeiten sich sprachliches Selbstbewusstsein. Im Vordergrund steht dabei immer die Kommunikation: Werde ich verstanden? Verstehe ich mein Gegenüber?

Wir starten auf dem Sprachniveau B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER), so dass Sie gute Grundkenntnisse mitbringen sollten.

Quereinsteiger willkommen!

→ B1/B2

H21-4A345

06.09.21 – 06.12.21

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: *Road Map B1+ (Pearson)*

11x Mo, 08:30 - 10:00 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

125,80 € / 108,30 €

Désiré Turbanisch

→ B1/B2

W22-4A345

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: *Road Map B1+ (Pearson)*

11x Mo, 08:30 - 10:00 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

125,80 € / 108,30 €

Désiré Turbanisch

→ B1/B2

F22-4A345

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: *Road Map B1+ (Pearson)*

9x Mo, 08:30 - 10:00 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

104,20 € / 89,90 €

Désiré Turbanisch





English Grammar Course B1

(((••))) Online-Kurs

Englische Grammatik kann man genießen! Und zwar dann, wenn sie umrahmt von unterhaltsamen und alltagstauglichen Themen verständlich und anwendungsbereit vermittelt wird. In diesem abwechslungsreichen Online-Kurs wiederholen und festigen Sie ganz in Ruhe von zu Hause aus grammatische Strukturen und trainieren, diese in kommunikativen Situationen sicher anzuwenden. Entdecken Sie, dass Grammatik Spaß machen kann!

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

Quereinsteiger willkommen!

→ B1

H21-4A361D

25.10.21 – 22.11.21

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: Let's Enjoy English B1 Grammar Course (Klett)

5x Mo, 18:30 - 20:00 Uhr

10 U-Std, vhs.cloud

68,00 € / 59,00 €

Elke Flögel

→ B1

W22-4A361D

21.02.22 – 21.03.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: Let's Enjoy English B1 Grammar Course (Klett)

5x Mo, 18:30 - 20:00 Uhr

10 U-Std, vhs.cloud

68,00 € / 59,00 €

Elke Flögel

→ B1

F22-4A361D

02.05.22 – 30.05.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: Let's Enjoy English B1 Grammar Course (Klett)

5x Mo, 18:30 - 20:00 Uhr

10 U-Std, vhs.cloud

68,00 € / 59,00 €

Elke Flögel

Vorbereitung auf die Prüfung „telc English B1“

Kompaktkurs

Sie planen die offizielle Sprachprüfung „telc English B1“ abzulegen? Dann nutzen Sie die Möglichkeit, sich an einem Samstag strategisch auf diese Prüfung vorzubereiten! Sie erfahren, aus welchen unterschiedlichen Teilen die Prüfung besteht und welche Anforderungen an Sie gestellt werden. Gemeinsam erarbeiten wir Strategien, die Ihnen helfen, die schriftlichen und mündlichen Aufgaben zielsicher zu bearbeiten und so gut vorbereitet in die Prüfung zu gehen. Bitte beachten Sie, dass auf Fragen zu grammatischen Aspekten, zu Wortschatz oder zu mündlichem wie schriftlichem Ausdruck nur in einem sehr begrenzten Rahmen eingegangen wird. Das Sprachniveau B1 muss bereits erreicht sein.

Die Sprachprüfung „telc English B1“ wird am 26. März 2022 an der VHS Potsdam durchgeführt.

→ B1

W22-4A371

12.03.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

1x Sa, 08:30 - 15:45 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

48,80 € / 41,60 €

Kristina Schwientek





Prüfung „telc English B1“

Bei der Prüfung „telc English B1“ handelt es sich um eine offiziell anerkannte Sprachprüfung, mit der Sie nachweisen, dass Sie sich auf einfache und zusammenhängende Weise im Alltag, Beruf, auf Reisen und im eigenen Interessengebiet verständigen können. Die Prüfung besteht aus einem schriftlichen und einem mündlichen Teil. Sie müssen verschiedene Texte unter unterschiedlichen Gesichtspunkten lesen und verstehen, Höraufgaben absolvieren und eine persönliche oder halb-offizielle E-Mail verfassen. In der mündlichen Prüfung, die Sie in der Regel zusammen mit einer/einem weiteren Teilnehmenden ablegen, diskutieren Sie ein vorgegebenes Thema und planen gemeinsam eine Aktivität.

Die Prüfung findet bei einer Mindestteilnehmendenzahl von 5 Personen statt. Anmeldefrist ist der 05. Februar 2022. Zur strategischen Vorbereitung auf die Prüfung empfehlen wir Ihnen den Kompaktkurs zur Prüfungsvorbereitung am 12.03.2022 (W22-4A371).

→ B1

W22-4A373

26.03.22

1x Sa, 08:30 - 14:30 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

148,00 € / 148,00 €

English B1 - Intensivkurs

Bildungsfreistellung

You have successfully completed level A2 of the European Framework of Reference (GER) and can communicate in simple, routine situations. Your goal now is to use English, the world language, with more and more confidence and independence. This, then, is the right course for you! Here you will expand your vocabulary and knowledge of grammar. You will learn to speak the language more fluently and be able to understand everyday conversations more easily. You will also get practice in reading texts containing high frequency words. This will give you support in many situations: at work, on vacation and also in conversations with friends from abroad. At the end of the course, we will discuss how you can continue to learn on your own.

→ B1

H21-4A393B

25.10.21 – 29.10.21**Vorkenntnisse A2 erforderlich***Lit.: Go for it! B1 (Hueber)*

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Paul Milkaitis

→ B1

W22-4A393B

28.02.22 – 04.03.22**Vorkenntnisse A2 erforderlich***Lit.: Go for it! B1 (Hueber)*

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Paul Milkaitis



English B1/B2 - Intensivkurs

Bildungsfreistellung

This course is suitable for all those who need to refresh and deepen their previously learned English in a short time. It will enable you to speak independently and confidently at work and in everyday life.

We will review basic grammar, practise important colloquial expressions for international communication and expand your vocabulary. Supplementary exercises as homework will help you to improve your reading and writing skills. This course is only in English. At the end of it, we will talk to you on how you can keep learning and improving.

→ B1/B2

H21-4A395B

06.12.21 – 10.12.21

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Oberdan Fuly

→ B1/B2

S22-4A395B

11.07.22 – 15.07.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Oberdan Fuly

Business Correspondence B1/B2 - Intensivkurs

Bildungsfreistellung

Improve your business correspondence through writing formal letters, making arrangements, and dealing with customer complaints in this one-week intensive course. We will focus on letter and e-mail etiquette, professionally-specific vocabulary, and language structures to meet communication goals. Students will have the opportunity to apply new skills to their current work situations and receive feedback from a native speaker. In the end we will discuss further how to improve your languages skills.

→ B1/B2

F22-4A397B

02.05.22 – 06.05.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: Communication for Business. Short Course (Hueber)

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Oberdan Fuly





English B2.1

This course is aimed for you who need to move on with your English and feel more confident in the work environment. It will also help you to communicate more comfortably on holidays. In a friendly and relaxed atmosphere, you will improve your grammar as well as your speaking and listening skills.

→ B2.1

F22-4A401

26.04.22 – 28.06.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: Speakout 2nd Edition Upper-Intermediate (Pearson), Lektion 4

10x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Oberdan Fuly

→ B2.1

F22-4A403

27.04.22 – 29.06.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: Speakout Upper Intermediate 2nd Edition (Pearson), Lektion 1

10x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Edgar Meier

English - Getting better B2

Starten Sie in die neue Woche, indem Sie in die englische Sprache eintauchen. Wir werden kurze Videopräsentationen oder Texte aus Gesellschaft, Kultur, Lebensstil oder Umwelt als Sprungbrett für unseren Austausch und unsere Diskussionen verwendet. Selbstverständlich gehen wir auch auf die von Ihnen gewünschten grammatischen Aspekte ein. So verwenden Sie Schritt für Schritt die englische Sprache sicherer und das gleich zu Wochenbeginn. **Quereinsteiger willkommen!**

→ B2

H21-4A415

06.09.21 – 06.12.21

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Mo, 10:45 - 12:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Paul Milkaitis

→ B2

W22-4A415

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

11x Mo, 10:45 - 12:15 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Paul Milkaitis

→ B2

F22-4A415

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Mo, 10:45 - 12:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Paul Milkaitis





English Conversation B2

If you have studied English for a long time, have good knowledge of the grammar but even though make some mistakes which is super normal and want to keep improving in an amusing environment. This course is for you. It is mostly focused on conversation. We will revise some grammar when it is necessary.

Quereinsteiger willkommen!

→ B2

H21-4A441

07.09.21 – 07.12.21

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: Speakout Upper Intermediate 2nd Edition (Pearson)

12x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Oberdan Fuly

→ B2

W22-4A441

11.01.22 – 05.04.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: Speakout Upper Intermediate 2nd Edition (Pearson)

12x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Oberdan Fuly

→ B2

F22-4A441

26.04.22 – 28.06.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: Speakout Upper Intermediate 2nd Edition (Pearson)

10x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Oberdan Fuly

English Conversation Circle B2/C1

(☺☺) Online-Kurs / Präsenzkurs im Frühjahr

This course is ideal for those wanting to improve their English in a relaxing and friendly environment. Participants practice conversation via web conference in pairs, small groups and with the whole class. Discussions will be facilitated by a native English speaker, who will provide support with new vocabulary and improved grammar and pronunciation. From the comfort of your home you can meet new people, converse about a variety of topics, and strengthen your English skills at a comfortable pace.

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

Quereinsteiger willkommen!

→ B2/C1

H21-4A443D

08.11.21 – 06.12.21

Vorkenntnisse B2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

5x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

10 U-Std, vhs.cloud

61,00 € / 53,00 €

Christy Crockett

→ B2/C1

W22-4A443D

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse B2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, vhs.cloud

136,60 € / 117,50 €

Christy Crockett

→ B2/C1

F22-4A443

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse B2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Christy Crockett





Französisch für den Urlaub A1

Les vacances approchent

Ihr Urlaub in Frankreich steht vor der Tür? Steigen Sie entspannt und unterhaltsam in die französische Sprache ein und lernen Sie, sich in typischen Urlaubssituationen zu verständigen. Nach dem Kurs besitzen Sie ein optimales Minimum an grammatischen Kenntnissen. Einblicke in die französische Alltagskultur und nützliche Tipps für eine erlebnisreiche Reise runden den Kurs ab.

→ A1

F22-4B105

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Vive les vacances! Neu (Hueber)

10x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Laëtitia Daviet



Französisch A1.1 - A1.3

Avec plaisir

Sie waren schon immer fasziniert von der französischen Sprache, ihrem Klang sowie von Land und Leuten? Machen Sie jetzt den Anfang und lernen Sie Schritt für Schritt sich in alltäglichen Situationen beim Einkaufen, im Restaurant oder mit Freunden zu verständigen. Sie erwerben erste grammatische Grundkenntnisse und Wortschatz und üben die Aussprache. Genießen Sie landeskundliche und kulturelle Exkurse, lernen Sie viel über Land und Leute und entdecken Sie Frankreich und andere frankophone Länder.

→ A1.1

H21-4B101

20.09.21 – 06.12.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Rencontres en français A1 (Klett), Lektion 1

10x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Dr. Sigrid Melchert

→ A1.2

W22-4B101

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Rencontres en français A1 (Klett), Lektion 4

12x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Dr. Sigrid Melchert

→ A1.3

F22-4B101

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Rencontres en français A1 (Klett), Lektion 7

10x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Dr. Sigrid Melchert

Französisch A1.1 - A1.2

→ A1.1

W22-4B103

12.01.22 – 06.04.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Rencontres en français A1 (Klett), Lektion 1

12x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Laëtitia Daviet

→ A1.2

F22-4B103

27.04.22 – 01.07.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Rencontres en français A1 (Klett), Lektion 4

1x Mi, 9x Fr, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Laëtitia Daviet



KINOFILME IM ORIGINAL

Les Invisibles

Der Glanz der Unsichtbaren



Freitag, 11.3.2022, 19:30

UhrKartenreservierung: 0331-27181-

12, ticket@filmmuseum-potsdam.de

Eintritt: 6,- Euro, ermäßigt 5,- Euro

(weitere Infos auf S. 20,21)



Französisch A1.3 - A1.4

Sie haben erste Kenntnisse der französischen Sprache und möchten gerne weiterlernen? Soyez les bienvenus! Sie lernen Personen, Familienverhältnisse und Arbeitsverhältnisse zu beschreiben und über Freizeitaktivitäten zu sprechen. In der Grammatik geht es u.a. um Mengenangaben, das futur proche sowie die Possessivpronomen. Das Modul A1.4 schließt die Niveaustufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) ab.

Fortsetzung im Frühjahr auf dem Niveau A2

→ A1.3

H21-4B111

06.09.21 – 06.12.21**Vorkenntnisse sind erforderlich***Lit.: Voyages neu A1 (Klett), Lektion 7*

12x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Laëtitia Daviet

→ A1.4

W22-4B111

10.01.22 – 04.04.22**Vorkenntnisse sind erforderlich***Lit.: Voyages neu A1 (Klett), Lektion 10*

12x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Laëtitia Daviet

Französisch à la carte A1

Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Sie wollten sich schon immer einmal mit der französischen Sprache beschäftigen oder einige Grundlagen vor einer Frankreichreise lernen? Et voilà! Dieser Kurs bietet einen kurzen und kompakten Einstieg in die französische Sprache. In vielen praktischen Übungen lernen Sie schnell, sich über alltägliche Themen wie Einkaufen, Restaurantbesuche, Freizeit und Reisen zu unterhalten. Zudem erfahren Sie Interessantes über Land und Leute!

→ A1

W22-4B161

04.03.22 – 19.03.22**Vorkenntnisse nicht erforderlich***Lit.: Français à la carte neu (Klett)*

2x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr, 2x Sa, 09:30 - 14:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

129,00 € / 111,00 €

Hanna Schönfelder

Französisch für Einsteiger A1 - Intensivkurs

Bildungsfreistellung

Der Kurs bietet Ihnen den perfekten Einstieg in die französische Sprache. Tauchen Sie ein in das französische Lebensgefühl und lernen Sie schnell, sich über alltägliche Themen wie Einkaufen, Restaurantbesuche, Familie, Freunde und Reisen zu unterhalten. Sie erfahren viel über Land und Leute sowie über die Regionen Frankreichs. Sie werden stolz auf sich sein! Am Ende des Kurses schauen wir gemeinsam mit Ihnen, wie Sie weiterlernen können.

→ A1

W22-4B191B

31.01.22 – 04.02.22**Vorkenntnisse nicht erforderlich***Lit.: Prélude (Cornelsen)*

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Laura Cencetti-Kaschubatz

Französisch A1 - Intensivkurs

Bildungsfreistellung

Sie haben bereits geringe Vorkenntnisse der französischen Sprache und wollen diese für private wie berufliche Situationen festigen und ausbauen? Mit personalisierten Aufgaben macht das Sprechen von Anfang an Spaß und gibt Ihnen Sicherheit. In dieser Woche bauen Sie Ihre Grammatikkenntnisse anwendungsbezogen und systematisch aus. Inspirierende Texte und Fotos vermitteln Ihnen ein lebendiges und aktuelles Frankreichbild. Am Ende des Kurses schauen wir gemeinsam mit Ihnen, wie Sie am besten weiterlernen können.

→ A1

W22-4B193B

11.04.22 – 14.04.22**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich***Lit.: Rencontres en français A1 (Klett)*

4 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / keine Ermäßigung

Laura Cencetti-Kaschubatz



Französisch A2.1 - A2.3

Sie haben die Niveaustufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) abgeschlossen und wollen nun Ihre Sprachkenntnisse weiter ausbauen? In diesem Kurs lernen Sie u.a. Häuser, Wohnungen und Einrichtungen zu beschreiben, über Vergangenes zu berichten oder Kaufgespräche zu führen. In der Grammatik stehen Präpositionen und die Vergangenheitsformen im Vordergrund. Das Sprechen kommt dabei natürlich nicht zu kurz! Mit viel Spaß erweitern Sie Ihre Kenntnisse.

→ A2.1

H21-4B201

10.09.21 – 10.12.21

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Voyages neu A2 (Klett), Lektion 1

12x Fr, 17:15 - 18:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Myriam Rossetto-Weihe

→ A2.2

W22-4B201

14.01.22 – 08.04.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Voyages neu A2 (Klett), Lektion 4

12x Fr, 17:15 - 18:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Myriam Rossetto-Weihe

→ A2.3

F22-4B201

29.04.22 – 08.07.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Voyages neu A2 (Klett), Lektion 7

10x Fr, 17:15 - 18:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Myriam Rossetto-Weihe

Französisch A2.1

→ A2.1

F22-4B203

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Rencontres en français A2 (Klett), Lektion 1

10x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Laëtitia Daviet



Französisch A2.2 - A2.4

Sie besitzen bereits gute Vorkenntnisse der französischen Sprache, können über Erlebtes berichten und sich über Ihre beruflichen Tätigkeiten unterhalten. Nun lernen Sie u.a. über Veränderungen im Leben zu berichten, persönliche Erfahrungen zu schildern, über Feste und Traditionen sowie über Musik und Filme zu sprechen. Ihre grammatischen Kenntnisse erweitern Sie um das plus-que-parfait, das Passiv und den subjonctif.

→ A2.2

H21-4B205

09.09.21 – 09.12.21

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Voyages neu A2 (Klett), Lektion 5

12x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Laura Cencetti-Kaschubatz

→ A2.3

W22-4B205

13.01.22 – 07.04.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Voyages neu A2 (Klett), Lektion 7

12x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Laura Cencetti-Kaschubatz

→ A2.4

F22-4B205

28.04.22 – 07.07.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Voyages neu A2 (Klett), Lektion 10

10x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Laura Cencetti-Kaschubatz



Französisch - Conversation A2/B1

On parle français!

Sie haben irgendwann Grundkenntnisse in Französisch erworben und würden diese gern anwenden und festigen? Dieser Kurs bietet die Möglichkeit des Austauschs über Kunst, Kultur, Geschichte und Landeskunde. Wortschatz und Grammatik werden situations- und bedarfsabhängig wiederholt und erweitert.

Quereinsteiger willkommen!

→ A2/B1

H21-4B241

20.09.21 – 06.12.21

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Dr. Sigrid Melchert

→ A2/B1

W22-4B241

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Dr. Sigrid Melchert

→ A2/B1

F22-4B241

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Dr. Sigrid Melchert

Französisch - Conversation B1/B2

Pour plus d'aisance orale

Nous nous entraînons à la conversation à partir des journaux et des magazines actuels. Nous discutons sur des thèmes divers, principalement en rapport avec la France ou d'autres pays francophones. Les échanges entre les participants vous permettront de mieux vous exprimer et d'élargir votre vocabulaire afin de mieux exprimer ce que vous voulez dire. Nous utiliserons différents documents pour perfectionner votre français. Et bien sûr, vous pouvez apporter vos idées et vos souhaits.

Quereinsteiger willkommen!

→ B1/B2

H21-4B341

09.09.21 – 09.12.21

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Laura Cencetti-Kaschubatz

→ B1/B2

W22-4B341

13.01.22 – 07.04.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Laura Cencetti-Kaschubatz

→ B1/B2

F22-4B341

28.04.22 – 07.07.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Laura Cencetti-Kaschubatz





Découvrez la France! - Paris und Nordfrankreich in impressionistischen Gemälden

MUSEUM BARBERINI POTSDAM

In Kooperation mit dem Museum Barberini, Potsdam

Die Sammlung Hasso Plattner im Museum Barberini umfasst zahlreiche impressionistische Gemälde, die Paris und Nordfrankreich zum Thema haben. Ihnen wollen wir uns gemeinsam widmen und dies auf Französisch! Im Austausch darüber können Sie Ihre Sprachkenntnisse anwenden und um Fachbegriffe und Wortschatz aus dem kulturhistorischen Kontext erweitern.

Die Kursleitende, Kunsthistorikerin und französische Muttersprachlerin, betrachtet mit Ihnen die Gemälde und erörtert hierbei im Gespräch Aspekte wie den impressionistischen Malstil, die Epoche der Entstehung, das künstlerische Selbstverständnis und das zum Ausdruck gebrachte französische Lebensgefühl. Auch Künstlerbriefe und andere französische Texte werden in Auszügen gemeinsam gelesen. Der Kurs endet mit einer Einführung im Museum Barberini - natürlich auf Französisch.

Bitte beachten Sie, dass für den Kurstermin im Museum Barberini zusätzlich 3,00 Euro/Person zzgl. Eintritt fällig werden. Teilnehmende des Kurses zahlen den ermäßigten Eintrittspreis ins Museum Barberini oder nutzen ihre Jahreskarte für die Einführung vor Ort.

→ B1/B2/C1

H21-4B371

15.11.21 – 29.11.21

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Mo, 17:00 - 18:30 Uhr

Mo, 17:00 - 18:00 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

24,00 € / 20,40 €

Dr. Claire Guinomet

Französisch - Conversation B2/C1

Cours de conversation et plus

Vous avez un bon niveau en français et vous voulez le garder. Vous vous intéressez à l'actualité et à la culture française et d'ailleurs? Soyez les bienvenus! Ce cours vous permettra de pratiquer votre français dans le cadre de discussions conviviales sur des sujets culturels ou d'actualité.

Quereinsteiger willkommen!

→ B2/C1

H21-4B441

09.09.21 – 09.12.21

Vorkenntnisse B2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Do, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Laura Cencetti-Kaschubatz

→ B2/C1

W22-4B441

13.01.22 – 07.04.22

Vorkenntnisse B2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Do, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Laura Cencetti-Kaschubatz

→ B2/C1

F22-4B441

28.04.22 – 07.07.22

Vorkenntnisse B2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Do, 15:45 - 17:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Laura Cencetti-Kaschubatz





Italienisch A1.1 - A1.3

Mit diesem Kurs steigen Sie in die italienische Sprache ein! Anhand von lebensnahen Dialogen erlernen Sie einen Grundwortschatz, erwerben erste Kenntnisse der Grammatik und bewältigen praktisch „passo dopo passo“ typische Alltagssituationen. Lassen Sie uns zusammen mit viel Spaß die Sprache, die Kultur und die Tradition von „Bella Italia“ entdecken!

→ A1.1

H21-4C101

06.09.21 – 06.12.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Con Piacere nuovo A1 (Klett), Lektion 1

12x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Tiziana Pistilli

→ A1.1

H21-4C103

04.11.21 – 09.12.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Nuovo Espresso A1 (Hueber), Lektion 1

6x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

56,20 € / 49,00 €

Elena Bari

→ A1.2

W22-4C101

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Con Piacere nuovo A1 (Klett), Lektion 3

12x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Tiziana Pistilli

→ A1.2

W22-4C103

13.01.22 – 07.04.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Nuovo Espresso A1 (Hueber), Lektion 4

12x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Elena Bari

→ A1.3

F22-4C101

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Con Piacere nuovo A1 (Klett), Lektion 6

10x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Tiziana Pistilli

→ A1.3

F22-4C103

28.04.22 – 07.07.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

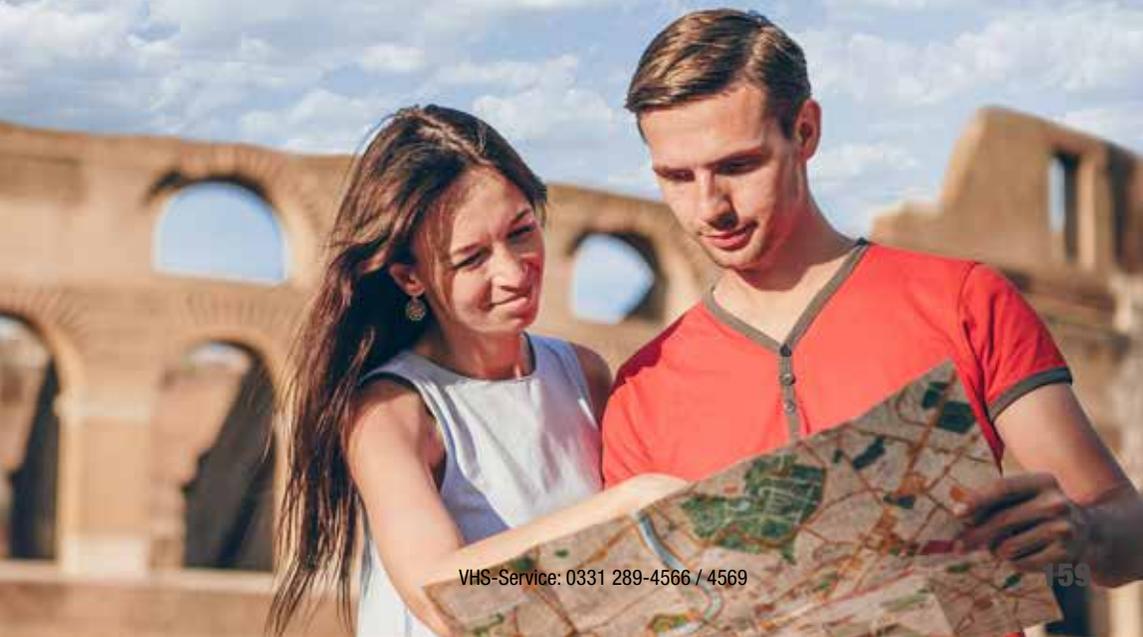
Lit.: Nuovo Espresso A1 (Hueber), Lektion 7

10x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Elena Bari





Italienisch am Vormittag A1.1 - A1.3

→ A1.1

H21-4C105

07.09.21 – 07.12.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Con Piacere nuovo A1 (Klett), Lektion 1

12x Di, 10:45 - 12:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

→ A1.2

W22-4C105

11.01.22 – 05.04.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Con Piacere nuovo A1 (Klett), Lektion 3

12x Di, 10:45 - 12:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

→ A1.3

F22-4C105

26.04.22 – 28.06.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Con Piacere nuovo A1 (Klett), Lektion 6

10x Di, 10:45 - 12:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera



Italienisch für den Urlaub A1

„La Dolce Vita“ noch besser genießen: Haben Sie vor, nach „Bella Italia“ in den Urlaub zu fahren? Dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie! Wir werden Italienisch lernen, wo es am authentischsten ist: im Café oder in einer typischen Pizzeria, beim Einkaufen oder an einem schönen Platz, der Sie in italienische Stimmung versetzt. Nach einer Einführung in der Volkshochschule geht es nach draußen. Sie erhalten einen entspannten Einstieg in die Sprache und trainieren Redewendungen und Floskeln. Am ersten Abend verabreden wir die nachfolgenden Treffpunkte.

→ A1

F22-4C109

13.05.22 – 24.06.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: nach Absprache

6x Fr, 16:30 - 19:00 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

88,00 € / 76,10 €

Nadia Baccega

Italienisch A1.1 - A1.2

→ A1.1

W22-4C107

12.01.22 – 06.04.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Nuovo Espresso A1 (Hueber), Lektion 1

12x Mi, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Dr. Rosanna Schito

→ A1.2

F22-4C107

27.04.22 – 29.06.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Nuovo Espresso A1 (Hueber), Lektion 4

10x Mi, 15:45 - 17:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Dr. Rosanna Schito



Italienisch A1.3 - A1.4

Sie haben bereits einige wenige Vorkenntnisse und können sich mit einfachen Worten verständlich machen? Dann wiederholen und erweitern Sie diese Kenntnisse! Der Schwerpunkt des Kurses liegt auf der Entwicklung des Sprechens und Hörens, um sich möglichst schnell in den wichtigsten Situationen z.B. auf Reisen oder in ersten Gesprächen verständigen zu können. Das Modul A1.4 schließt die Niveaustufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) ab.

Fortsetzung im Frühjahr auf dem Niveau A2

→ A1.3

H21-4C111

06.09.21 – 06.12.21

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Con Piacere nuovo A1 (Klett), Lektion 6

12x Mo, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Nadia Baccega

→ A1.4

W22-4C111

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Con Piacere nuovo A1 (Klett), Lektion 8

12x Mo, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Nadia Baccega

Italienisch A1.4

Sie haben bereits gute Grundkenntnisse und möchten diese weiter ausbauen? Auf dem Weg zum Sprachniveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) werden wir Wortschatz und grammatische Strukturen wiederholen und weiter erarbeiten. Wir sprechen viel und lesen einfache Texte. Neben dem Buch arbeiten wir mit eigenen Materialien und werden so mit einem guten Fundament in den Nachfolgekurs starten.

Fortsetzung im Winter auf dem Niveau A2

→ A1.4

H21-4C113

08.09.21 – 08.12.21

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Passo dopo passo A1 (Hueber), Lektion 7

12x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Dr. Rosanna Schito

Italiano compatto per principianti A1

Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Keine Zeit einen Abendkurs zu besuchen? Dann schließen sie sich uns an! In diesem Kurs lernen Sie zügig und intensiv die Grundlagen der italienischen Sprache. Am Ende des Kurses können Sie Grundsituationen des Alltags sprachlich meistern.

→ A1

H21-4C161

19.11.21 – 27.11.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Con piacere nuovo A1 (Klett)

2x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr, 2x Sa, 09:30 - 14:00 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Tiziana Pistilli

Italiano compatto per avanzati A1

Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Dieser Kurs richtet sich an alle, die bereits erste Grundkenntnisse der italienischen Sprache haben und diese an zwei Wochenenden festigen und ausbauen möchten. Durch den Wechsel zwischen mündlichen und schriftlichen Übungen, leichter Konversation und spielerischen Aktivitäten werden die sprachlichen und grammatischen Schwerpunkte der Niveaustufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) wiederholt und erweitert.

→ A1

W22-4C163

04.03.22 – 12.03.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Con piacere nuovo A1 (Klett)

2x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr, 2x Sa, 09:30 - 14:00 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Tiziana Pistilli





Italienisch A1/A2 - Intensivkurs

Bildungsfreistellung

Sie haben bereits Vorkenntnisse auf dem Niveau A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) und wollen diese für private wie berufliche Situationen festigen und erweitern? In dieser Woche bauen Sie Ihre Grammatikkenntnisse anwendungsbezogen und systematisch aus. Das Sprechen steht im Mittelpunkt, die Lektüre leichter Texte vermittelt Ihnen außerdem ein lebendiges Bild der italienischen Kultur. Am Ende des Kurses schauen wir gemeinsam mit Ihnen, wie Sie weiterlernen können.

→ A1/A2

F22-4C193B

09.05.22 – 13.05.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Nuovo Espresso A1 (Hueber)

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Dr. Rosanna Schito

Italienisch A1 - Intensivkurs

Bildungsfreistellung

„Chi ben comincia è a metà dell'opera“ - gut begonnen ist halb gewonnen! In dieser Woche stehen die Vermittlung von Grundkenntnissen für Reise, Alltag und Beruf im Vordergrund. Sie trainieren Ihre Kommunikationskompetenz und erweitern Schritt für Schritt Ihren Wortschatz und Ihre Kenntnisse der Grammatik. Am Ende des Kurses schauen wir gemeinsam mit Ihnen, wie Sie weiterlernen können.

→ A1

W22-4C191B

07.02.22 – 11.02.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Con Piacere nuovo A1 (Klett)

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Nadia Baccega

→ A1

S22-4C191B

29.08.22 – 02.09.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Con Piacere nuovo A1 (Klett)

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Nadia Baccega

Italienisch A2.1 - A2.2

Sie wollen nach dem Abschluss der Niveaustufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) Ihre Italienischkenntnisse weiter ausbauen? Mit viel Spaß werden wir uns in diesem Kurs der italienischen Sprache und Kultur widmen! Sie erweitern systematisch Ihren Wortschatz sowie Ihre Grammatikkenntnisse und können zunehmend viele Alltagssituationen sprachlich meistern. Auch lesen wir erste einfache Texte und Zeitungsartikel.

→ A2.1

W22-4C201

12.01.22 – 06.04.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Nuevo Espresso A2 (Hueber), Lektion 1

12x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Dr. Rosanna Schito

→ A2.2

F22-4C201

27.04.22 – 29.06.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Nuevo Espresso A2 (Hueber), Lektion 4

10x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Dr. Rosanna Schito



Italienisch A2.1

→ A2.1

F22-4C203

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Con Piacere nuovo A2 (Klett), Lektion 1

10x Mo, 15:45 - 17:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Nadia Baccega

Italienisch A2.3 - A2.4

Sie möchten Ihre Kenntnisse in der italienische Sprache weiter vertiefen? Mit viel Spaß werden wir uns in diesem Kurs der italienischen Sprache widmen und „Bella Italia“ weiter entdecken! Sie erweitern systematisch Ihren Wortschatz sowie Ihre Grammatikkenntnisse und können zunehmend viele Alltagssituationen sprachlich meistern. Sie üben, Pläne und Ansichten zu begründen und Texte wie Gespräche zu verstehen. Das Modul A2.4 schließt die Niveaustufe A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) ab.

Fortsetzung im Frühjahr auf dem Niveau B1

→ A2.3

H21-4C205

07.09.21 – 07.12.21

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Con Piacere nuovo A2 (Klett), Lektion 6

12x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Nadia Baccega

→ A2.4

W22-4C205

11.01.22 – 05.04.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Con Piacere nuovo A2 (Klett), Lektion 8

12x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Nadia Baccega

Italienisch A2/B1

Qua e là per l'Italia

Möchten Sie durch verschiedene Regionen Italiens „reisen“, die Vielfalt des Landes (Traditionen, Küche, Kultur, usw.) kennenlernen und dabei Ihre Kenntnisse der italienischen Sprache festigen und erweitern? Gemeinsam wiederholen wir grammatische Schwerpunkte und bauen situationsbezogen Ihren Wortschatz aus. Seien Sie dabei und entdecken Sie Unbekanntes!

Quereinsteiger willkommen!

→ A2/B1

H21-4C215

06.09.21 – 06.12.21

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Mo, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Tiziana Pistilli

→ A2/B1

W22-4C215

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Mo, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Tiziana Pistilli

→ A2/B1

F22-4C215

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Mo, 15:45 - 17:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Tiziana Pistilli





Italienisch - Conversazione A2/B1

Praticiamo l'italiano

In questo corso eserciteremo l'italiano attraverso temi interessanti (attuali e quotidiani) per ampliare la capacità orale e il vocabolario. Lavoreremo con testi, immagini o video come spunto per la conversazione.

Quereinsteiger willkommen!

→ A2/B1

H21-4C241

08.09.21 – 08.12.21

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Dr. Rosanna Schito

→ A2/B1

W22-4C241

12.01.22 – 06.04.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Dr. Rosanna Schito

→ A2/B1

F22-4C241

27.04.22 – 29.06.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Dr. Rosanna Schito

Italienisch B1.1

Sie haben das Sprachniveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER)

abgeschlossen und möchten nun die italienische Sprache zunehmend selbstständig gebrauchen?

Hier lernen Sie, an Gesprächen über vertraute Themen teilzunehmen sowie Ziele, Träume oder Hoffnungen zu beschreiben. Sie üben, Pläne und Ansichten zu begründen und Texte wie Gespräche in gebräuchlicher Alltags- und Berufssprache zu verstehen.

→ B1.1

F22-4C303

26.04.22 – 28.06.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Con Piacere nuovo B1 (Klett), Lektion 1

10x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Nadia Baccega



KINOFILME IM ORIGINAL

Caro diario Liebes Tagebuch



Freitag, 11.3.2022, 19:30

UhrKartenreservierung: 0331-27181-

12, ticket@filmuseum-potsdam.de

Eintritt: 6,- Euro, ermäßigt 5,- Euro
(weitere Infos auf S. 20,21)



Italienisch B1.2 - B1.4

In questo corso ci concentreremo sulla conversazione e sull' uso della lingua italiana parlata, con l'aiuto di testi, articoli e diversi documenti. Naturalmente impareremo e eserciteremo anche piccoli nuovi aspetti grammaticali e ne ripasseremo di già affrontati. Parleremo insieme di attualità, di cultura italiana e continueremo a scoprire insieme il Bel Paese.

→ B1.2

H21-4C305

06.09.21 – 06.12.21

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Con Piacere nuovo B1 (Klett), Lektion 3

12x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Nadia Baccega

→ B1.3

W22-4C305

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Con Piacere nuovo B1 (Klett), Lektion 6

12x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Nadia Baccega

→ B1.4

F22-4C305

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Con Piacere nuovo B1 (Klett), Lektion 8

10x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Nadia Baccega

Italienisch B1+

Questo corso è pensato per chi già ha basi grammaticali di italiano. Leggeremo e commenteremo insieme un romanzo criminale e proveremo a scoprire chi è l'assassino. Allo stesso tempo parleremo di attualità, ripeteremo e consolideremo le priorità grammaticali del livello B1 del Quadro Comune Europeo di Riferimento per la conoscenza delle lingue (QCER). Oltre al libro di corso useremo anche molti testi integrativi.

Quereinsteiger willkommen!

→ B1+

H21-4C315

08.09.21 – 08.12.21

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: Nuevo Espresso B1 (Hueber)

12x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Elena Bari

→ B1+

W22-4C315

12.01.22 – 06.04.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: Nuevo Espresso B1 (Hueber)

12x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Elena Bari

→ B1+

F22-4C315

27.04.22 – 29.06.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: Nuevo Espresso B1 (Hueber)

10x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Elena Bari





Italienisch - In giro per la città

Ein Stadtrundgang auf Italienisch

Deutsch ist Ihre Muttersprache, aber Sie sprechen auch ein wenig Italienisch? Sie interessieren sich für Kultur und Geschichte? Dann kommen Sie mit auf einen geführten Stadtrundgang auf Italienisch und gewinnen Sie interessante Einblicke in die Geschichte der Stadt Potsdam und in die italienische Sprache. Wir entdecken gemeinsam Altes und Neues. Bevor wir uns auf den Weg durch die Stadt machen, frischen wir Wortschatz und wichtige Redewendungen auf. Der Stadtrundgang endet mit dem italienischen „rituale“, einem Espresso.

→ B1/B2/C1

H21-4C371

25.09.21

Vorkenntnisse B1 erforderlich

1x Sa, 11:00 - 14:00 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

24,00 € / 20,40 €

Dr. Rosanna Schito

→ B1/B2/C1

F22-4C371

07.05.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

1x Sa, 11:00 - 14:00 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

24,00 € / 20,40 €

Dr. Rosanna Schito

Un sabato con Dante

In occasione dei 700 anni dalla morte di Dante

Una „discesa assistita“ nell'Inferno dantesco in occasione dei 700 anni dalla morte del „sommo poeta“. Gli incontri sono pensati per chi avrebbe voluto leggere Dante in italiano, ma non ha mai avuto il coraggio. Con l'aiuto di un testo pensato per la didattica della lingua italiana e il testo originale scopriremo i tanti significati di alcuni dei canti più famosi dell'Inferno. Inoltre vedremo come la Commedia ha influenzato la cultura contemporanea, film, canzoni e non solo.

Ogni incontro è autonomo dai precedenti, si possono seguire tutti gli appuntamenti o anche solo uno.

Quereinsteiger willkommen!

→ B1/B2/C1

H21-4C373

13.11.21

Vorkenntnisse B1 erforderlich

1x Sa, 10:00 - 13:15 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

24,40 € / 20,80 €

Elena Bari

→ B1/B2/C1

W22-4C373

05.03.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

1x Sa, 10:00 - 13:15 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

24,40 € / 20,80 €

Elena Bari

→ B1/B2/C1

F22-4C373

07.05.22

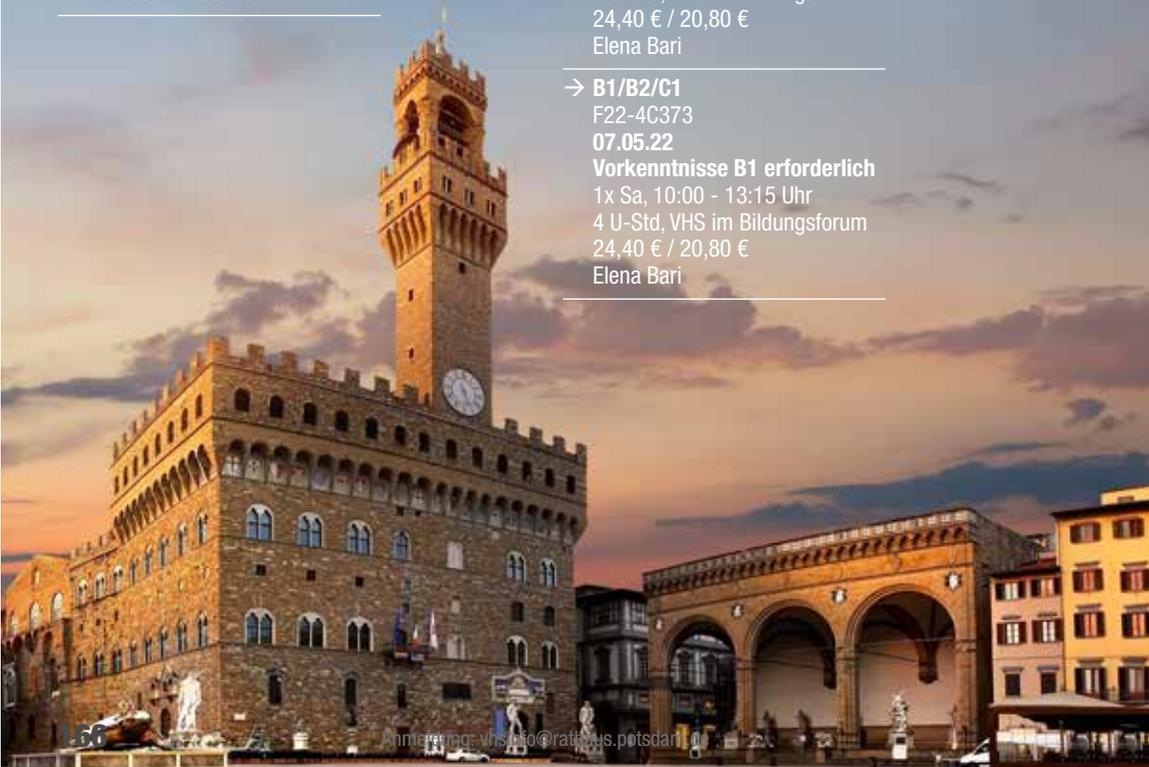
Vorkenntnisse B1 erforderlich

1x Sa, 10:00 - 13:15 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

24,40 € / 20,80 €

Elena Bari





Italienisch - Conversazione B2

In questo corso ci concentreremo sulla conversazione e sull'uso della lingua italiana parlata, con l'aiuto di testi, articoli e diversi documenti. Naturalmente impareremo e eserciteremo anche piccoli nuovi aspetti grammaticali e ne ripasseremo di già affrontati. Parleremo insieme di attualità, di cultura italiana e continueremo a scoprire insieme il Bel Paese.

Quereinsteiger willkommen!

→ B2

H21-4C441

07.09.21 – 07.12.21

Vorkenntnisse B2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Nadia Baccega

→ B2

W22-4C441

11.01.22 – 05.04.22

Vorkenntnisse B2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Nadia Baccega

→ B2

F22-4C441

26.04.22 – 28.06.22

Vorkenntnisse B2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Nadia Baccega

Italienisch - Conversazione B2/C1

Vuoi mantenere e migliorare il tuo buon livello di lingua italiana? Vuoi ripetere importanti argomenti grammaticali come per esempio il congiuntivo o imparare a conoscere idiomi importanti e modi di dire? Allora questo è il corso giusto per te! In questo corso leggeremo e parleremo piccoli testi letterari e articoli di questioni attuali. Oltre al libro di corso useremo anche molti testi integrativi.

Quereinsteiger willkommen!

→ B2/C1

H21-4C443

09.09.21 – 09.12.21

Vorkenntnisse B2 erforderlich

Lit.: Nuovo Espresso 4 (B2) (Hueber)

12x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Elena Bari

→ B2/C1

W22-4C443

13.01.22 – 07.04.22

Vorkenntnisse B2 erforderlich

Lit.: Nuovo Espresso 4 (B2) (Hueber)

12x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Elena Bari

→ B2/C1

F22-4C443

28.04.22 – 07.07.22

Vorkenntnisse B2 erforderlich

Lit.: Nuovo Espresso 4 (B2) (Hueber)

10x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Elena Bari



Español para las vacaciones A1

Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Steht bei Ihnen ein Urlaub in einem spanischsprachigen Land an und Sie möchten sich sprachlich darauf vorbereiten? In diesem Kurs erhalten Sie an zwei Wochenenden die notwendigen Grundkenntnisse der spanischen Sprache, um einen schönen Urlaub zu verbringen und mit tollen Erinnerungen zurückzukehren. Sie lernen, sich in typischen Urlaubssituationen zu verständigen: sich nach Orten und Sehenswürdigkeiten zu erkundigen, im Restaurant typische Speisen zu bestellen, im Hotel Ihre Wünsche zu äußern oder einfach mit Einheimischen eine kurze Unterhaltung zu führen. Nach diesem Kurs werden Sie ein gutes Grundwissen mit in Ihren Koffer packen.

→ A1

W22-4D163

25.02.22 – 05.03.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: ¡Vivan las vacaciones! Neu (Hueber)

2x Fr, 17:00 - 20:15 Uhr, 2x Sa, 09:00 - 16:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / 131,80 €

Alicia Amelung

Spanisch für den Urlaub A1

Ihr Urlaub in einem spanischsprachigen Land steht bevor? Dann packen Sie Grundkenntnisse der spanischen Sprache mit in Ihren Koffer. Im Kurs üben Sie praxisorientierte Redewendungen und nützliche Modellsätze für den Urlaub. In überschaubaren Einheiten bekommen Sie Grammatik vermittelt. Viele Insider-Tipps und landeskundliche Informationen motivieren Sie zum freien Sprechen.

→ A1

F22-4D113

26.04.22 – 28.06.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Spanisch für den Urlaub A1 (Klett)

10x Di, 15:45 - 17:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Alicia Amelung





Spanisch A1.1 - A1.3

Sie haben Lust, Spanisch zu lernen? Gründe gibt es genug dafür: Ihre Urlaubsplanung führt Sie nach Lateinamerika oder nach Spanien, Sie wollen die Menschen dort verstehen und die Kultur intensiver erleben. Oder Sie haben Freunde, die von dort kommen und mit denen Sie sich unterhalten möchten?

Beginnen Sie „con gusto“ – mit viel Vergnügen – Spanisch zu lernen, damit Sie sich in den sage und schreibe einundzwanzig spanischsprachigen Ländern der Welt verständigen können. Nach dem Kurs beherrschen Sie einen Grundwortschatz, Sie besitzen grammatische Grundkenntnisse und können sich in den wichtigsten Situationen des Alltags verständigen.

→ A1.1

H21-4D101

08.09.21 – 08.12.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 1

12x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Maria Rocío Jiménez Cerezo

→ A1.1

H21-4D103

01.11.21 – 06.12.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 1

6x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

56,20 € / 49,00 €

Alicia Amelung

→ A1.2

W22-4D101

12.01.22 – 06.04.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 4

12x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Maria Rocío Jiménez Cerezo

→ A1.2

W22-4D103

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 3

12x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Alicia Amelung

→ A1.3

F22-4D101

27.04.22 – 29.06.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 7

10x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Maria Rocío Jiménez Cerezo

→ A1.3

F22-4D103

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

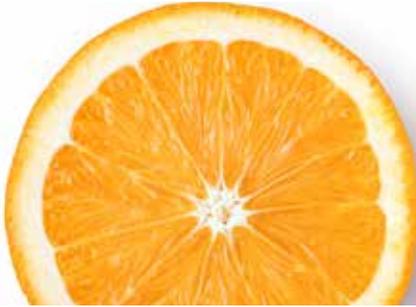
Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 6

10x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Alicia Amelung



Spanisch A1.1 - A1.2

→ A1.1

W22-4D109

13.01.22 – 07.04.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 1

12x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Pablo Fernández Sánchez

→ A1.2

F22-4D109

28.04.22 – 07.07.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 4

10x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Pablo Fernández Sánchez

Spanisch am Vormittag A1.1 - A1.3

→ A1.1

H21-4D107

09.09.21 – 09.12.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 1

12x Do, 09:00 - 10:30 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

→ A1.2

W22-4D107

13.01.22 – 07.04.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 4

12x Do, 09:00 - 10:30 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

→ A1.3

F22-4D107

28.04.22 – 07.07.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 7

10x Do, 09:00 - 10:30 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

Spanisch am Vormittag A1.1 - A1.2

→ A1.1

W22-4D111

14.01.22 – 08.04.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 1

12x Fr, 09:00 - 10:30 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Pablo Fernández Sánchez

→ A1.2

F22-4D111

29.04.22 – 08.07.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 4

10x Fr, 09:00 - 10:30 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Pablo Fernández Sánchez





Spanisch A1.2 - A1.4

Sie können sich auf Spanisch bereits vorstellen und über Ihre Herkunft sprechen? Die regelmäßigen Verben auf -er und -ir sind Ihnen bekannt? Dann starten Sie im zweiten Modul des Sprachniveaus A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) und lernen Sie weiter „con gusto“ - mit viel Vergnügen, damit sie sich in einem der zahlreichen spanischsprachigen Ländern verständigen können. Nach Abschluss des Moduls A1.4 können Sie Ihren Einkauf auf Spanisch bewältigen, Vorschläge machen und über bereits Vergangenes berichten.

→ A1.2

H21-4D115

07.09.21 – 07.12.21

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 4

12x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Alicia Amelung

→ A1.3

W22-4D115

11.01.22 – 05.04.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 7

12x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Alicia Amelung

→ A1.4

F22-4D115

26.04.22 – 28.06.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 10

10x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Alicia Amelung

Spanisch A1.3 - A1.4

¡Hola! Sie können bereits jemandem vorstellen, sind mit den Uhrzeiten und Häufigkeitsangaben vertraut und können nach dem Weg fragen? Sie können außerdem regelmäßige Verben konjugieren? Dann ist dieser Kurs richtig für Sie! Nun geht es um Freizeit- und Alltagsaktivitäten und wichtige Tätigkeiten für das Reisen wie beispielsweise die Reservierung eines Hotelzimmers. Sie lernen über Erfahrung und Vorlieben zu sprechen oder Widerspruch und Zustimmung zu äußern. Und wir vergessen natürlich auch nicht die Grammatik: Hier geht es um unregelmäßige Verben, das Perfekt oder das Gerundio. Das Modul A1.4 schließt die Niveaustufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) ab. ¡Hasta pronto!

Fortsetzung im Frühjahr auf dem Niveau A2

→ A1.3

H21-4D117

06.09.21 – 06.12.21

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 7

12x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Maria Rocío Jiménez Cerezo

→ A1.4

W22-4D117

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 10

12x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Maria Rocío Jiménez Cerezo





Spanisch am Vormittag A1.3 - A1.4

Fortsetzung im Frühjahr auf dem Niveau A2

→ A1.3

H21-4D119

09.09.21 – 09.12.21

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 7

12x Do, 10:45 - 12:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

→ A1.4

W22-4D119

13.01.22 – 07.04.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 10

12x Do, 10:45 - 12:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

Spanisch A1.4

Fortsetzung im Winter auf dem Niveau A2

→ A1.4

H21-4D121

07.09.21 – 07.12.21

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 10

12x Di, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Maria Rocío Jiménez Cerezo



KINOFILME IM ORIGINAL

La boda de Rosa Rosas Hochzeit

→ Freitag, 15.10.2021, 19:30 Uhr



Kartenreservierung: 0331-27181-12,

ticket@filmmuseum-potsdam.de

Eintritt: 6,- Euro, ermäßigt 5,- Euro

(weitere Infos auf S. 20,21)

Español compacto A1

Kompaktkurs an 2 Wochenenden

„Español compacto“ ist für alle geeignet, die aus beruflichen oder persönlichen Gründen nicht an einem längeren, über viele Wochen laufenden Kurs teilnehmen möchten. An zwei Wochenenden können Sie Sprache, Land und Leute näher kennen lernen und Ihren Urlaub in Spanien oder Lateinamerika sprachlich vorbereiten.

→ A1

H21-4D161

26.11.21 – 04.12.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: nach Absprache

2x Fr, 17:30 - 20:45 Uhr, 2x Sa, 09:00 - 16:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / 131,80 €

Alicia Amelung

→ A1

F22-4D161

10.06.22 – 18.06.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: nach Absprache

2x Fr, 17:30 - 20:45 Uhr, 2x Sa, 09:00 - 16:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / 131,80 €

Alicia Amelung

Español compacto A1/A2

Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Dieser Kurs richtet sich an all diejenigen, die bereits erste Grundkenntnisse im Spanisch haben und diese kompakt an zwei Wochenenden ausbauen möchten. In kürzester Zeit erwerben Sie durch praxisorientierte Übungen weitere Spanischkenntnisse - ob für das Studium, die Arbeit oder den Urlaub.

→ A1/A2

W22-4D167

25.03.22 – 02.04.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: nach Absprache

2x Fr, 17:00 - 20:15 Uhr, 2x Sa, 09:00 - 16:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / 131,80 €

Alicia Amelung



Spanisch A1 - Intensivkurs

Bildungsfreistellung

Der einwöchige Kompaktkurs vermittelt Ihnen Grundkenntnisse für die Kommunikation in Alltag und Beruf. Am Ende der Woche können Sie sich über Themen wie Familie und Freunde, Einkaufen oder Ihren beruflichen Alltag verständigen und erste leichte Texte verstehen. Am Ende des Kurses schauen wir gemeinsam mit Ihnen, wie Sie weiterlernen können.

→ A1

H21-4D191B

01.11.21 – 05.11.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: nach Absprache

5 Tage 08:30 - 13:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Alicia Amelung

→ A1

W22-4D191B

17.01.22 – 21.01.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: nach Absprache

5 Tage 08:30 - 13:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Alicia Amelung

→ A1

F22-4D191B

02.05.22 – 06.05.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: nach Absprache

5 Tage 08:30 - 13:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Alicia Amelung

→ A1

F22-4D193B

27.06.22 – 01.07.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: nach Absprache

5 Tage 08:30 - 13:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Alicia Amelung

Spanisch A1/A2 - Intensivkurs

Bildungsfreistellung

Dieser einwöchige Kurs festigt Ihre in Anfängerkursen erworbenen Kenntnisse und ermöglicht einen leichten Übergang in das Niveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER). Wir beschäftigen uns mit Themen wie „Unser Leben damals und heute“, „Gesundheit und Pflege“ oder „Märchen und Anekdoten“. Natürlich kommt die mündliche Kommunikation nicht zu kurz. Am Ende des Kurses schauen wir gemeinsam mit Ihnen, wie Sie am besten weiterlernen können.

→ A1/A2

H21-4D195B

15.11.21 – 19.11.21

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: nach Absprache

5 Tage 08:30 - 13:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Alicia Amelung

→ A1/A2

W22-4D195B

21.03.22 – 25.03.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: nach Absprache

5 Tage 08:30 - 13:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Alicia Amelung

→ A1/A2

F22-4D195B

30.05.22 – 03.06.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: nach Absprache

5 Tage 08:30 - 13:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Alicia Amelung

→ A1/A2

S22-4D195B

18.07.22 – 22.07.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: nach Absprache

5 Tage 08:30 - 13:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Alicia Amelung



Viajamos por España A1/A2

¡Bienvenidos! ...zu einer spannenden Reise durch die unterschiedlichsten Regionen Spaniens, wo wir Land und Leute kennenlernen werden: Fiestas, die Vielfalt unterschiedlicher Speisen, gute Weine und außerdem die Landschaften mit ihren Nationalparks, ihren schönsten Stränden bis hin zu ihren Bergen, wie die Picos de Europa oder die Sierra Nevada. ¿Quieres viajar por España? Nos vemos en el curso.

→ A1/A2

H21-4D171

12.11.21 – 26.11.21

Vorkenntnisse sind erforderlich

3x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,20 € / 69,40 €

Maria Rocío Jiménez Cerezo

→ A1/A2

F22-4D171

29.04.22 – 13.05.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

3x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,20 € / 69,40 €

Maria Rocío Jiménez Cerezo

Spanisch A2.1 - A2.3

¡Hola! Sie können schon über Arbeit, Freizeit, Familie, Einkauf oder Wohnen sprechen und haben bereits das Präsens der regelmäßigen und unregelmäßigen Verben sowie das Perfekt geübt? Dann haben Sie die Niveaustufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) abgeschlossen. Sie bauen nun Ihre Sprachkenntnisse weiter aus, lernen u.a. sich über Gesundheit und Wohlbefinden zu äußern und Einladungen oder Glückwünsche zu formulieren. Die grammatischen Schwerpunkte sind die Vergangenheitsformen imperfecto und indefinido sowie die Verbindung von Sätzen mit Hilfe von *desde*, *desde hace*, *hace*. ¡Nos vemos en clase pronto!

→ A2.1

H21-4D201

07.09.21 – 07.12.21

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 1

12x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Alicia Amelung

→ A2.2

W22-4D201

11.01.22 – 05.04.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 4

12x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Alicia Amelung

→ A2.3

F22-4D201

26.04.22 – 28.06.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 7

10x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Alicia Amelung





Spanisch A2.1 - A2.2

→ A2.1

W22-4D203

11.01.22 – 05.04.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 1

12x Di, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

María Rocío Jiménez Cerezo

→ A2.2

F22-4D203

26.04.22 – 28.06.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 4

10x Di, 15:45 - 17:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

María Rocío Jiménez Cerezo

Spanisch A2.1

→ A2.1

F22-4D205

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 1

10x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

María Rocío Jiménez Cerezo

Spanisch am Vormittag A2.1

→ A2.1

F22-4D207

28.04.22 – 07.07.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 1

10x Do, 10:45 - 12:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

Spanisch A2.2 - A2.4

(((•))) Online-Kurs mit 3 Präsenzterminen

Lernen Sie in lockerer Atmosphäre und bequem von zu Hause aus! In diesem Online-Kurs erwerben Sie die Fähigkeit alltägliche Situationen, zu meistern. Sie lernen ein Telefongespräch zu führen, Freude und Bedauern zu äußern, über die Zukunft zu sprechen, Fähigkeiten und Eigenschaften zu benennen. Die grammatischen Schwerpunkte sind die Zukunftsform, der Konditional und das Plusquamperfekt.

Seien Sie dabei und entdecken Sie, dass das Online-Lernen eine Vielzahl von Ressourcen bereitstellt, die das Lernen einer Sprache bereichern und zum erwünschten Lernerfolg führen.

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

→ A2.2

H21-4D209D

09.09.21 – 09.12.21

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 4

12x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, vhs.cloud / VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Lucía García Vargas

→ A2.3

W22-4D209D

13.01.22 – 07.04.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 7

12x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, vhs.cloud / VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Lucía García Vargas

→ A2.4

F22-4D209D

28.04.22 – 07.07.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 10

10x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, vhs.cloud / VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Lucía García Vargas



Spanisch A2.4

Mit diesem Kurs werden wir die Niveaustufe A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) erreichen. Die Vergangenheitszeiten und den Imperativ haben Sie bereits gelernt, jetzt konzentrieren wir uns auf den Konditional und die Zukunft. Themen wie Technologie oder Arbeit stehen im Mittelpunkt unserer Kursaktivitäten. ¿Nos vemos en clase?

Fortsetzung im Winter auf dem Niveau B1

→ **A2.4**

H21-4D211

06.09.21 – 06.12.21

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 9

12x Mo, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Maria Rocío Jiménez Cerezo

Spanisch - Conversación A2/B1

¡Hola! ¿Qué tal el español? Sie haben gute Grundkenntnisse und wollen diese im Gespräch anwenden und sich auf Spanisch über unterschiedliche Themen unterhalten. Mit Aspekten des Alltags wie Tourismus, Kultur und Situationen im täglichen Leben werden Sie die mündliche Kommunikation trainieren und dabei den Wortschatz erweitern und festigen. Spaß, Spiel, Spannung und Spontaneität sind dabei garantiert. Vamos a reactivar nuestro español ¡Bienvenidos a este curso!

Quereinsteiger willkommen!

→ **A2/B1**

H21-4D215

08.09.21 – 08.12.21

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Mi, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Maria Rocío Jiménez Cerezo

→ **A2/B1**

W22-4D215

12.01.22 – 06.04.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Mi, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Maria Rocío Jiménez Cerezo

→ **A2/B1**

F22-4D215

27.04.22 – 29.06.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Mi, 15:45 - 17:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Maria Rocío Jiménez Cerezo





Spanisch - Conversación A2/B1

(☺☺) Online-Kurs

Sie besitzen Grundkenntnisse der spanischen Sprache und haben die grundlegenden Aspekte der Grammatik bereits gelernt? Sie wollen sich in einer lockeren Atmosphäre und bequem von zu Hause aus auf Spanisch über verschiedene Themen des Alltags wie Tourismus, Wohnen oder Kultur unterhalten? Dann ist das Ihr Kurs! In einer leichten Konversation wird der Wortschatz erweitert und gefestigt. Spaß und Spiel sind dabei garantiert!

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

Quereinsteiger willkommen!

→ A2/B1

H21-4D241D

07.09.21 – 07.12.21

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, vhs.cloud

115,00 € / 99,20 €

Lucia Garcia Vargas

→ A2/B1

W22-4D241D

11.01.22 – 05.04.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, vhs.cloud

115,00 € / 99,20 €

Lucia Garcia Vargas

→ A2/B1

F22-4D241D

26.04.22 – 28.06.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, vhs.cloud

97,00 € / 83,80 €

Lucia Garcia Vargas

Spanisch A2 - Intensivkurs

Bildungsfreistellung

In diesem Intensivkurs vertiefen Sie Ihre Grundkenntnisse und erweitern sie auf das Niveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER). Sie lernen, sich in Alltagssituationen zu verständigen, Ratschläge zu erteilen zu verschiedenen Themen Ihre Meinung zu äußern oder über die Zukunft zu sprechen. Am Ende des Kurses schauen wir gemeinsam mit Ihnen, wie Sie am besten weiterlernen können.

→ A2

H21-4D291B

29.11.21 – 03.12.21

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

5 Tage 08:30 - 13:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Alicia Amelung

→ A2

W22-4D291B

04.04.22 – 08.04.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

5 Tage 08:30 - 13:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Alicia Amelung

Spanisch A2/B1 - Intensivkurs

Bildungsfreistellung

Der Kurs festigt ihre A2-Kenntnisse und bildet den Übergang zur Stufe B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER).

Die Grammatik-Schwerpunkte werden die Vergangenheitsformen, der Imperativ und der Subjuntivo sein. Wir sprechen über Themen wie Natur, Wohnen, Leben oder Arbeit - so erweitern Sie Ihren Wortschatz und verbessern Ihre Aussprache. Sie erhalten einen Einblick in spanische Traditionen und Kultur.

→ A2/B1

W22-4D293B

07.03.22 – 11.03.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Maria Rocío Jiménez Cerezo



Spanisch B1.1 - B1.3

Este curso se dirige a personas que han terminado el nivel A2. El objetivo es profundizar en la gramática y ampliar vocabulario con ayuda del libro, pero fundamentalmente centrados en la conversación para aplicar las cosas aprendidas y también sobre temas de libre elección.

→ B1.1

H21-4D301

06.09.21 – 06.12.21

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo B1 (Klett), Lektion 1

12x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

→ B1.2

W22-4D301

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo B1 (Klett), Lektion 4

12x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

→ B1.3

F22-4D301

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo B1 (Klett), Lektion 7

10x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

Spanisch B1.1 - B1.2

→ B1.1

W22-4D303

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo B1 (Klett), Lektion 1

12x Mo, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

María Rocío Jiménez Cerezo

→ B1.2

F22-4D303

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo B1 (Klett), Lektion 4

10x Mo, 15:45 - 17:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

María Rocío Jiménez Cerezo

Spanisch B1.3 - B1.4

En este curso terminaremos el nivel B1. Nos centraremos en la conversación y en los contenidos de gramática y de vocabulario necesarios para participar en conversaciones sobre temas culturales, de la vida cotidiana, para expresar opiniones, deseos, como preparación para empezar el nivel B2.
Fortsetzung im Frühjahr auf dem Niveau B2

→ B1.3

H21-4D305

08.09.21 – 08.12.21

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo B1 (Klett), Lektion 7

12x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

→ B1.4

W22-4D305

12.01.22 – 06.04.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Con gusto nuevo B1 (Klett), Lektion 10

12x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera



Spanisch - Conversación B1/B2

¡Hablemos español!

¿Seguimos hablando español? En clase nos gusta discutir sobre temas actuales, nos contamos nuestros viajes y experiencias, nos acercamos a las culturas de los diferentes países latinos, y hablamos de todo lo que quieras, lo importante es hablar.

¡Anímate! Te esperamos.

Quereinsteiger willkommen!

→ B1/B2

H21-4D341

07.09.21 – 07.12.21

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Maria Rocio Jiménez Cerezo

→ B1/B2

W22-4D341

11.01.22 – 05.04.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Maria Rocio Jiménez Cerezo

→ B1/B2

F22-4D341

26.04.22 – 28.06.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Maria Rocio Jiménez Cerezo



Spanisch B2.1 - B2.3

¡Bienvenido! Si quieres usar el español de manera cada vez más independiente mientras aprendes nuevos aspectos de la gramática, este es tu curso. Ampliaremos el vocabulario y la gramática en un curso muy centrado en la conversación, con textos y materiales sobre aspectos de cultura, actualidad, sociedad y trabajo, entre otros, relacionados con el mundo del español.

→ B2.1

H21-4D401

08.09.21 – 08.12.21

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

→ B2.2

W22-4D401

12.01.22 – 06.04.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

→ B2.3

F22-4D401

27.04.22 – 29.06.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

Spanisch B2.1

→ B2.1

F22-4D403

27.04.22 – 29.06.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera



Portugiesisch A1

Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Sie haben Lust, die portugiesische Sprache kennenzulernen? Dann ist dieser Kurs richtig für Sie! Sie werden lernen, wie man sich in alltäglichen Situationen verständigt, wie man sich anderen Menschen vorstellt oder was Sie bei einem Restaurantbesuch, beim Einkaufen oder im Hotel sagen können. Dieser Kurs gibt Ihnen einen Einblick in diese wunderbare Sprache sowie die Kultur Brasiliens und Portugals. Der Schwerpunkt liegt auf dem brasilianischen Portugiesisch, aber Sie können sich mit den erworbenen Sprachkenntnissen auch in Portugal ohne Probleme verständigen.

→ A1

W22-4E161

11.03.22 – 26.03.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Oi, Brasil! aktuell A1 (Hueber)

2x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr, 2x Sa, 09:30 - 14:00

Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Oberdan Fuly





Portugiesisch A1.1 - A1.3

(((•))) Online-Kurs

Haben Sie sich schon öfter darüber nachgedacht Portugiesisch zu lernen, um sich in Brasilien oder Portugal verständigen zu können? Dann starten Sie jetzt bequem von zu Hause aus! Lernen Sie Portugiesisch auf spielerische Art und Weise. Lernen Sie, sich vorzustellen, Vermutungen zu äußern oder Auskünfte über Ihr Befinden zu geben. Die Verbkonjugationen oder richtige Form des Adjektivs ergibt sich dabei fast von selbst. Und natürlich lernen Sie nicht nur die Sprache, sondern auch die Kultur der portugiesischsprachigen Länder kennen. Der Schwerpunkt liegt auf dem brasilianischen Portugiesisch, aber Sie können sich mit den erworbenen Sprachkenntnissen auch in Portugal ohne Probleme verständigen.

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

→ A1.1

H21-4E101D

10.09.21 – 10.12.21**Vorkenntnisse nicht erforderlich***Lit.: Oi, Brasil! aktuell A1 (Hueber), Lektion 1*

12x Fr, 16:00 - 17:30 Uhr

24 U-Std, vhs.cloud

105,40 € / 91,00 €

Oberdan Fuly

→ A1.2

W22-4E101D

14.01.22 – 08.04.22**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich***Lit.: Oi, Brasil! aktuell A1 (Hueber), Lektion 3*

10x Fr, 16:00 - 17:30 Uhr

20 U-Std, vhs.cloud

89,00 € / 77,00 €

Oberdan Fuly

→ A1.3

F22-4E101D

29.04.22 – 08.07.22**Vorkenntnisse sind erforderlich***Lit.: Oi, Brasil! aktuell A1 (Hueber), Lektion 5*

10x Fr, 16:00 - 17:30 Uhr

20 U-Std, vhs.cloud

89,00 € / 77,00 €

Oberdan Fuly

Portugiesisch A2.1 - A2.3

(((•))) Online-Kurs

Sie haben Sie bereits gute Grundkenntnisse der portugiesische Sprache und können beispielsweise Lebensmittel benennen, im Restaurant eine Bestellung aufgeben oder einfache Angaben über das Wetter machen? Die grammatische Konstruktion von estar+Gerundium ist Ihnen bekannt und Sie sind mit der Pluralbildung vertraut? Dann ist es jetzt Zeit, diese köstlich klingende Sprache weiterzulernen. Lassen Sie uns mit viel Spaß unseren Online-Sprachkurs fortsetzen! Der Schwerpunkt liegt weiterhin auf dem brasilianischen Portugiesisch, aber Sie können sich mit den erworbenen Sprachkenntnissen auch in Portugal problemlos verständigen

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

→ A2.1

H21-4E201D

10.09.21 – 10.12.21**Vorkenntnisse A1 erforderlich***Lit.: Oi, Brasil! aktuell A2 (Hueber), Lektion 1*

12x Fr, 17:45 - 19:15 Uhr

24 U-Std, vhs.cloud

136,60 € / 117,50 €

Oberdan Fuly

→ A2.2

W22-4E201D

14.01.22 – 08.04.22**Vorkenntnisse A1 erforderlich***Lit.: Oi, Brasil! aktuell A2 (Hueber), Lektion 3*

10x Fr, 17:45 - 19:15 Uhr

20 U-Std, vhs.cloud

115,00 € / 99,10 €

Oberdan Fuly

→ A2.3

F22-4E201D

29.04.22 – 08.07.22**Vorkenntnisse A1 erforderlich***Lit.: Oi, Brasil! aktuell A2 (Hueber), Lektion 5*

10x Fr, 17:45 - 19:15 Uhr

20 U-Std, vhs.cloud

115,00 € / 99,10 €

Oberdan Fuly



Polnisch A1.1 - A1.3

Zapraszam bardzo serdecznie!

Egal wie schnell die Polen sprechen - in diesem Kurs lernen Sie, sie zu verstehen und selbst die schwierigsten Zischlaute zu unterscheiden. Durch Einsatz von Audiomaterial, Quizfragen, Partner- und Gruppenarbeit wird es Ihnen leichtfallen, selbst zu Polen Kontakt aufzunehmen und die polnischen Wörter richtig zu schreiben. Der Kurs beginnt mit einer Lauteinführung und Sie lernen kurze Dialoge sowie den notwendigen Wortschatz, um sich vorzustellen, über sich, Ihre Familie und Ihren Beruf zu berichten oder im Café oder Restaurant etwas bestellen zu können. Verbformen, Zahlen und Grammatik gehören natürlich auch zu den Kursinhalten.

→ A1.1

H21-4F101

07.09.21 – 07.12.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Hurra!!! Po Polsku 1 Nowa Edycja (Prolog),
Lektion 1

12x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Magdalena Lepianka-Nowak

→ A1.2

W22-4F101

11.01.22 – 05.04.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Hurra!!! Po Polsku 1 Nowa Edycja (Prolog),
Lektion 4

12x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Magdalena Lepianka-Nowak

→ A1.3

F22-4F101

26.04.22 – 28.06.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Hurra!!! Po Polsku 1 Nowa Edycja (Prolog),
Lektion 8

10x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Magdalena Lepianka-Nowak

Polnisch A1.4

Sie haben bereits gute Grundkenntnisse und können vertraute, alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze verstehen und verwenden. Auf Fragen zu Ihrer Person können Sie Antworten geben und sich zu Menschen und Orten äußern. Auch können sie grammatische Konstruktionen mit dem Instrumental, dem Akkusativ und dem Genitiv bilden. In diesem Kurs beenden Sie die Niveaustufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER), lernen Vergangenheits- und Zukunftsform des Verbs kennen und wiederholen bereits gelernte Grammatik. Die inhaltlichen Schwerpunkte bilden Reisen, Stadtbesichtigung und Wegbeschreibung. In Dialogen üben Sie über Ihren Urlaub zu berichten. Sie lernen, wie Sie eine Fahrkarte kaufen, eine Zugverbindung erfragen oder ein Hotel reservieren.

Fortsetzung im Winter auf dem Niveau A2

→ A1.4

H21-4F105

07.09.21 – 07.12.21

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Hurra!!! Pro Polsku 1 (Prolog), Lektion 11

12x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Magdalena Lepianka-Nowak

Polnisch für den Urlaub A1

Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Reisen Sie nach Polen? Möchten Sie zumindest ein paar Worte und Sätze auf Polnisch sagen können? Wenn Reisende einige Worte in der Landessprache beherrschen, wird ihnen oftmals gleich mehr Freundlichkeit und Offenheit entgegengebracht. In diesem Kurs trainieren Sie wichtige Redewendungen und Höflichkeitsformen. Lernen Sie an zwei Wochenenden, wie man nach dem Weg oder dem Preis fragt, wie man um Hilfe bittet oder beim Einkaufen kurze Smalltalks führt.

→ A1

F22-4F161

06.05.22 – 14.05.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Polnisch in 4 Wochen (Rea)

2x Fr, 15:45 - 19:00 Uhr, 2x Sa, 09:30 - 13:45 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Magdalena Lepianka-Nowak



Polnisch A1 - Intensivkurs

Bildungsfreistellung

In diesem Kurs lernen Sie, in Alltagssituationen verständlich zu kommunizieren. Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit zu lernen, über sich selbst und die Familienmitglieder zu sprechen, nach dem Weg zu fragen oder im Restaurant oder Café eine Bestellung aufzugeben. Außerdem erfahren Sie, wie man auf Polnisch nach dem Namen, der Adresse oder Telefonnummer fragt. Auch die Gespräche zum beruflichen Alltag werden geübt und Sie werden von Anfang an zum Sprechen motiviert. Natürlich üben wir auch die polnische Aussprache und das Buchstabieren. Am Ende des Kurses werden Sie in der Lage sein, einfache Aussagesätze und Fragen zu formulieren und ein wenig Smalltalk auf Polnisch zu führen. Auch schauen wir gemeinsam, wie Sie am besten weiterlernen können.

→ A1

W22-4F191B

14.02.22 – 18.02.22**Vorkenntnisse nicht erforderlich***Lit.: Witam! aktuell A1 (Hueber)*

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Magdalena Lepianka-Nowak

Polnisch A2.1 - A2.2

In diesem Kurs machen wir gemeinsam den nächsten Schritt in die faszinierende Welt der polnischen Sprache. Wir werden uns über Wetter, Sport und Gesundheit unterhalten. Dabei werden wir die Mentalität der Polen kennenlernen und erfahren, worüber man in Polen heiß diskutiert und welche Tabuthemen es gibt. Bei der Grammatik spielt der Lokativ die Hauptrolle, als Nebendarsteller treten Adjektive und Adverbien auf. Und selbstverständlich wiederholen wir und vertiefen die bereits gelernte Grammatik. Denn Sie wissen doch: sie ist das A und O in der schönen polnischen Sprache.

→ A2.1

W22-4F201

11.01.22 – 05.04.22**Vorkenntnisse A1 erforderlich***Lit.: Hurra!!! Pro Polsku 2 Nowa Edycja (Prolog),**Lektion 1*

12x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Magdalena Lepianka-Nowak

→ A2.2

F22-4F201

26.04.22 – 28.06.22**Vorkenntnisse A1 erforderlich***Lit.: Hurra!!! Pro Polsku 2 Nowa Edycja (Prolog),**Lektion 4*

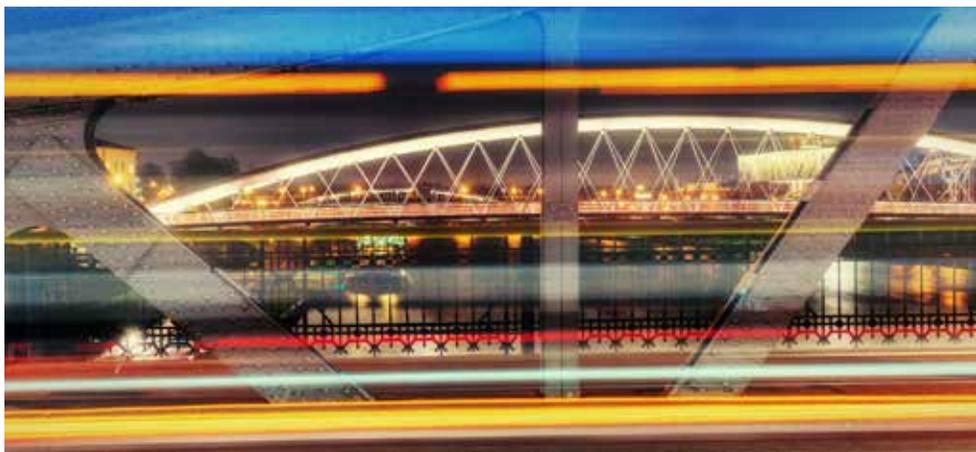
10x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Magdalena Lepianka-Nowak





Polnisch - Konversation A2/B1

(((••))) Online-Kurs

Sprechen Sie Polnisch bequem von zu Hause aus! Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Vorkenntnissen. Lebensnahe Texte, Zeitungsartikel und Ausschnitte aus den Fernsehprogrammen bilden den Kern des Unterrichts. Wir lesen, übersetzen und kommentieren kurze Texte um Ihre Verständigung in alltäglichen Situationen zu verbessern. Ab und zu machen wir uns auf eine Reise in die polnische Literaturwelt. Grammatik wird nur im situativen Kontext vermittelt. Großer Wert wird auf das freie Sprechen gelegt. Der Kurs eignet sich auch für Teilnehmende, die früher erworbene Kenntnisse reaktivieren und ausbauen möchten.

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

Quereinsteiger willkommen!



KINOFILME IM ORIGINAL

Boze Ciało Corpus Christi

→ Freitag, 10.12.2021, 19:30 Uhr



Kartenreservierung: 0331-27181-12,
ticket@filmmuseum-potsdam.de
Eintritt: 6,- Euro, ermäßigt 5,- Euro
(weitere Infos auf S. 20,21)

→ A2/B1

H21-4F241D

09.09.21 – 09.12.21

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Do, 19:30 - 21:00 Uhr

24 U-Std, vhs.cloud

136,60 € / 117,50 €

Magdalena Lepianka-Nowak

→ A2/B1

W22-4F241D

13.01.22 – 07.04.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Do, 19:30 - 21:00 Uhr

24 U-Std, vhs.cloud

136,60 € / 117,50 €

Magdalena Lepianka-Nowak

→ A2/B1

F22-4F241D

28.04.22 – 07.07.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Do, 19:30 - 21:00 Uhr

20 U-Std, vhs.cloud

115,00 € / 99,10 €

Magdalena Lepianka-Nowak



Russisch A1.1 - A1.3

Der Kurs führt Sie Schritt für Schritt in die Welt des Russischen. Hierbei lassen wir uns vom Matrjoschka-Prinzip leiten: Man macht kleine Schritte, um langsam große Ziele zu erreichen. Sie werden behutsam in die kyrillische Schrift eingeführt und lernen mit Hilfe erster kleiner Dialoge, sich in Alltagssituationen zu verständigen. Denn erst wenn man sich mit dem Alphabet und einfachem Wortschatz vertraut gemacht hat, kann man weiter in die Welt der bedeutendsten slawischen Sprache reisen.

→ A1.1

H21-4G101

09.09.21 – 09.12.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Otlitschno! aktuell A1 (Hueber), Lektion 1

12x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Olha Kharyton

→ A1.2

W22-4G101

13.01.22 – 07.04.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Otlitschno! aktuell A1 (Hueber), Lektion 3

12x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Olha Kharyton

→ A1.3

F22-4G101

28.04.22 – 07.07.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Otlitschno! aktuell A1 (Hueber), Lektion 6

10x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Olha Kharyton

Russisch A1.1

→ A1.1

F22-4G103

28.04.22 – 07.07.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Otlitschno! aktuell A1 (Hueber), Lektion 1

10x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Olha Kharyton





Russisch - Auffrischung A1

(((•))) Online-Kurs

Sie haben vor langer Zeit Russisch gelernt, trauen sich aber nicht, diese Sprache wieder zu sprechen? In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, Ihre Russischkenntnisse aus dem „Dornröschenschlaf“ zu holen, aufzufrischen und zu erweitern. Durch eine unterhaltsame und abwechslungsreiche Mischung aus Wortschatz- und Grammatiktraining, Texten und Dialogen nähern Sie sich dieser wunderschönen Sprache wieder an.

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

Fortsetzung im Kurs „Russisch - Auffrischung A1/A2“

→ A1

W22-4G115D

12.01.22 – 06.04.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Jasno! A1-A2 (Klett)

12x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, vhs.cloud

136,60 € / 117,50 €

Dr. Ievgeniia Voloshchuk

Russisch - Auffrischung A1/A2

(((•))) Online-Kurs

Mit Spaß und Elan setzen wir den Auffrischkurs A1 fort. Seien Sie dabei, wenn wir Ihre Kenntnisse der russischen Sprache weiter beleben, Ihren Wortschatz erweitern und uns über Land und Menschen austauschen. Das Online-Format gibt Ihnen die Gelegenheit, von überall am Kurs teilzunehmen.

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

Fortsetzung im Kurs „Russisch A2“

→ A1/A2

H21-4G117D

06.09.21 – 06.12.21

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Otlitschno! aktuell A1 (Hueber)

12x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, vhs.cloud

136,60 € / 117,50 €

Dr. Ievgeniia Voloshchuk

→ A1/A2

F22-4G117D

27.04.22 – 29.06.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Jasno! A1-A2 (Klett)

10x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, vhs.cloud

115,00 € / 99,10 €

Dr. Ievgeniia Voloshchuk



Russisch A1 - Intensivkurs

Bildungsfreistellung

Der Kurs führt Sie Schritt für Schritt in die Welt des Russischen. Die Teilnehmenden werden behutsam in die kyrillische Schrift eingeführt. Mit Hilfe authentischer Dialoge lernen Sie, sich über unterschiedliche Themen und in Alltagssituationen in dieser schönen Sprache auszudrücken. Der Intensivkurs vermittelt Basiskenntnisse und ermöglicht damit den Einstieg in einen Abendkurs.

→ A1

W22-4G191B

31.01.22 – 04.02.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Otlitschno! aktuell A1 (Hueber)

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Olga Oeltze

→ A1

S22-4G191B

22.08.22 – 26.08.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Otlitschno! aktuell A1 (Hueber)

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Olga Oeltze



KINOFILME IM ORIGINAL

Dylda Bohnenstange

→ Freitag, 14.1.2022, 19:30 Uhr



Kartenreservierung: 0331-27181-12,
ticket@filmmuseum-potsdam.de
Eintritt: 6,- Euro, ermäßigt 5,- Euro
(weitere Infos auf S. 20,21)

Russisch A2.1 - A2.3

In diesem Kurs werden Sie sprachlich sicherer und Sie setzen die Sprache immer selbstverständlicher ein. Außerdem erweitern Sie Ihren Wortschatz, lernen wichtige Redewendungen und trainieren das freie Sprechen.

→ A2.1

H21-4G201

07.09.21 – 07.12.21

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Otlitschno! aktuell A2 (Hueber), Lektion 1

12x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Olga Oeltze

→ A2.2

W22-4G201

11.01.22 – 05.04.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Otlitschno! aktuell A2 (Hueber), Lektion 4

12x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Olga Oeltze

→ A2.3

F22-4G201

26.04.22 – 28.06.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Otlitschno! aktuell A2 (Hueber), Lektion 7

10x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Olga Oeltze



Russisch A2

(((•))) Online-Kurs

In lockerer und ungezwungener Atmosphäre werden wir uns über Hobbys, Sport, Urlaub, Reisen, Essen, Filme und andere Themen austauschen. Auch werden verschiedene Facetten des russischen Lebens zur Sprache kommen. Und selbstverständlich sind Ihre Themenvorschläge herzlich willkommen!

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

Quereinsteiger willkommen!

→ A2

W22-4G241D

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, vhs.cloud

136,60 € / 117,50 €

Dr. levgeniia Voloshchuk

→ A2

F22-4G241D

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, vhs.cloud

115,00 € / 99,10 €

Dr. levgeniia Voloshchuk

Russisch - Konversation A2+

Sie haben das Sprachniveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) erreicht und wollen nun Ihre Grundkenntnisse beim Reisen und in Gesprächen auf Russisch anwenden. Wir trainieren im Kurs Ihre mündliche Kommunikationsfähigkeit, erweitern den Wortschatz und festigen vorhandene Grammatikkenntnisse. Das Lehrwerk dient uns hierbei als Orientierung.

Quereinsteiger willkommen!

→ A2+

H21-4G243

07.09.21 – 07.12.21

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Otlitschno! aktuell A2 (Hueber)

12x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Olga Oeltze

→ A2+

W22-4G243

11.01.22 – 05.04.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Otlitschno! aktuell A2 (Hueber)

12x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Olga Oeltze

→ A2+

F22-4G243

26.04.22 – 28.06.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Otlitschno! aktuell A2 (Hueber)

10x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Olga Oeltze





Russisch - Konversation B1+

(((•))) Online-Kurs mit 3 Präsenzterminen

Mit lebensnahen Texten und handlungsorientierten Aufgaben erweitert der Kurs die Fähigkeit, in der russischen Sprache zu kommunizieren und sich über verschiedenen Themen zu unterhalten. Im Mittelpunkt stehen die Erweiterung und die Festigung des Wortschatzes, um ein echtes Gefühl für das Land und seine Leute zu entwickeln.

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

Quereinsteiger willkommen!

→ B1+

H21-4G341D

06.09.21 – 06.12.21

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, vhs.cloud / VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Jana Barg

→ B1+

W22-4G341D

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, vhs.cloud / VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Jana Barg

→ B1+

F22-4G341D

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, vhs.cloud / VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Jana Barg

Russisch - Lektürekurs B2

(((•))) Online-Kurs

Möchten Sie russische Literatur im Original lesen? Haben Sie Lust, über Werke berühmter russischer Schriftsteller*innen gemeinsam nachzudenken und anhand der literarischen Texte spannende Themen russischer Geschichte und Kultur zu diskutieren? All diese Möglichkeiten und vieles mehr bietet Ihnen unser Online-Lektürekurs. Die Werke der russischen klassischen und zeitgenössischen Literatur werden wir im breiten Kulturkontext besprechen, der bildende Kunst, Musik und Kino umfasst.

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

Quereinsteiger willkommen!

→ B2

H21-4G461D

03.11.21 – 08.12.21

Vorkenntnisse B1/B2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

6x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

12 U-Std, vhs.cloud

71,80 € / 62,30 €

Dr. Ievgeniia Voloshchuk

→ B2

W22-4G461D

12.01.22 – 06.04.22

Vorkenntnisse B1/B2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, vhs.cloud

136,60 € / 117,60 €

Dr. Ievgeniia Voloshchuk

→ B2

F22-4G461D

27.04.22 – 29.06.22

Vorkenntnisse B1/B2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, vhs.cloud

115,00 € / 99,10 €

Dr. Ievgeniia Voloshchuk



Schwedisch für den Urlaub A1

Auf nach Schweden!

Der Sommer steht vor der Tür und Sie planen einen Urlaub in Schweden? Damit die Verständigung vor Ort kein Problem wird, lernen Sie in diesem Kompaktkurs viele nützliche Redewendungen: Begrüßung und Vorstellung, Wortschatz für Campingplatz und Hotel, Fragen nach dem Weg, Einkaufen, Bestellen im Café oder Restaurant. Zusätzlich beschäftigen wir uns mit dem „allemansträtt“, dem schwedischen Jedermannsrecht, und Sie erhalten viele landeskundliche Tipps und Informationen. Der Kurs bietet Teilnehmenden ohne Vorkenntnisse die Möglichkeit, schnell hilfreiche Vokabeln und Redewendungen für den Urlaub zu erlernen. Teilnehmende mit Vorkenntnisse können bisheriges Wissen auffrischen und erweitern.

→ A1

F22-4J107

13.05.22 – 17.06.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: nach Absprache

6x Fr, 15:45 - 18:15 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

88,00 € / 76,10 €

Dr. Marit Bergner

Schwedisch A1.1 - A1.3

Hej och välkommen!

Sie möchten Schwedisch lernen, um sich im Land besser verständigen zu können? In diesem Kurs lernen Sie die schwedische Sprache von Anfang an. Durch einen systematischen Aufbau von Wortschatz und Grammatik üben wir die mündliche und schriftliche Kommunikation im Alltagsleben und das Lesen von einfachen Texten. Die Vermittlung der schwedischen Kultur ist ebenfalls Bestandteil des Kurses.

→ A1.1

H21-4J101

07.09.21 – 07.12.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Javisst! aktuell A1+ (Hueber), Lektion 1

12x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Dr. Marit Bergner

→ A1.2

W22-4J101

11.01.22 – 05.04.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Javisst! aktuell A1+ (Hueber), Lektion 4

12x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Dr. Marit Bergner

→ A1.3

F22-4J101

26.04.22 – 28.06.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Javisst! aktuell A1+ (Hueber), Lektion 6

9x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,80 € / 70,00 €

Dr. Marit Bergner



Schwedisch A1.2 - A1.4

Sie haben bereits erste Grundkenntnisse des Schwedischen, können sagen, wie Sie heißen, woher Sie kommen, was Sie beruflich machen, sich über Freizeitaktivitäten unterhalten und wissen, wie Sie Kaffee für eine schwedische „fika“ bestellen? Dann sind Sie hier richtig! Gemeinsam erarbeiten wir im Kurs neue Themen (u.a. Einkaufen, Tagesablauf) und lernen das Präteritum.

→ A1.2

H21-4J105

07.09.21 – 07.12.21

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: Javisst! aktuell A1+ (Hueber), Lektion 4

12x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Dr. Marit Bergner

→ A1.3

W22-4J105

11.01.22 – 05.04.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Javisst! aktuell A1+ (Hueber), Lektion 6

12x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Dr. Marit Bergner

→ A1.4

F22-4J105

26.04.22 – 28.06.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Javisst! aktuell A1 (Hueber), Lektion 8

9x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,80 € / 70,00 €

Dr. Marit Bergner

Schwedisch A2.1 - A2.3

Sie können sich mit einfachen Sätzen über vertraute Themen unterhalten und sind mit dem Plural und dem Präteritum bereits vertraut? Dann haben Sie das Sprachniveau A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) abgeschlossen und sind in diesem Kurs richtig: mit gezielten Übungen und viel Kommunikation werden Wortschatz und Grammatikkenntnisse (u.a. Perfekt und Passiv) erweitert. Auch lesen wir erste Zeitungsartikel und kürzere Geschichten.

→ A2.1

H21-4J201

06.09.21 – 06.12.21

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Javisst! aktuell A2 (Hueber), Lektion 11

12x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Dr. Marit Bergner

→ A2.2

W22-4J201

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Javisst! aktuell A2 (Hueber), Lektion 13

12x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Dr. Marit Bergner

→ A2.3

F22-4J201

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Javisst! aktuell A2 (Hueber), Lektion 15

10x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Dr. Marit Bergner





Schwedisch A2.4

In diesem Kurs werden wir das Sprachniveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) abschließen. Neben dem weiteren systematischen Aufbau von Wortschatz und Grammatik und Übungen zur mündlichen und schriftlichen Kommunikation in Alltagssituationen steht auch das Verstehen einfacher kursbuchunabhängiger Texte im Mittelpunkt, durch die Sie auch einen tieferen Einblick in die schwedische Kultur erhalten.

Fortsetzung im Winter im Kurs „Schwedisch - Konversation A2/B1“

→ A2.4

H21-4J205

06.09.21 – 06.12.21

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: Javisst! aktuell A2 (Hueber), Lektion 16

12x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Dr. Marit Bergner

Schwedisch - Konversation A2/B1

Sie haben das Sprachniveau A2 des Gemeinsamen europäischen Referenzrahmens (GER) erreicht, können sich in alltäglichen Themenbereichen verständigen und auch über vergangene Ereignisse und Erlebnisse berichten? Nu talar vi! In diesem Kurs steht die Kommunikation im Mittelpunkt. Wir beschäftigen uns mit schwedischer Kultur und lesen und besprechen Zeitungsartikel, Kurzgeschichten und Märchen. Eigene Materialien werden ebenfalls eingesetzt.

Quereinsteiger willkommen!

→ A2/B1

W22-4J241

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Dr. Marit Bergner

→ A2/B1

F22-4J241

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Dr. Marit Bergner

Schwedisch - Pippi Pippi går online A2/ B1

(☺☺) Online-Kurs

I den här kursen läser vi utvalda svenska böcker på lättläst-nivå av bl.a. Selma Lagerlöf, Håkan Nesser och Astrid Lindgren. Kommen Sie mit auf „das grenzenloseste aller Abenteuer“ wie Astrid Lindgren es formulierte. Gemütlich im heimischen Sessel im eigenen Tempo schwedische Bücher lesen und sich gemeinsam darüber austauschen, das ist das Ziel dieses Kurses. Wir treffen uns online, besprechen die gelesenen Kapitel und frischen nebenbei die Grammatik auf. Am ersten Kurstermin wählen wir gemeinsam die Bücher aus.

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

→ A2/B1

H21-4J271D

29.10.21 – 10.12.21

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

4x Fr, 16:30 - 19:00 Uhr

12 U-Std, vhs.cloud

71,80 € / 62,30 €

Dr. Marit Bergner

→ A2/B1

W22-4J271D

11.02.22 – 25.03.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

4x Fr, 16:30 - 19:00 Uhr

12 U-Std, vhs.cloud

71,80 € / 62,30 €

Dr. Marit Bergner





Arabisch - Schriftkurs / A1.1 - A1.2

Sie wollten schon immer die arabische Sprache erlernen, sind von den Schriftzeichen fasziniert oder möchten sich gerne zumindest ein wenig mit arabischsprachigen Freunden und Bekannten unterhalten? Dann starten Sie jetzt! In diesem Kurs machen Sie sich zunächst mit der arabischen Schrift vertraut. Sie lernen die Schriftzeichen und die Vokalisation der kurzen Vokale. Übungen zum Lesen und Schreiben geben Ihnen die Gelegenheit, das Erlernte anzuwenden, so dass Sie mit einer guten Basis in die Nachfolgekurse starten können. Hier stehen dann kommunikative Inhalte wie Begrüßung und Abschied, Familie oder Reisen im Mittelpunkt. Grammatik und Wortschatz werden jeweils situativ eingeführt und geübt.

→ Einführung in die Schrift

H21-4L101

24.09.21 – 03.12.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: nach Absprache

9x Fr, 16:00 - 18:30 Uhr

27 U-Std, VHS im Bildungsforum

117,70 € / 101,50 €

Dr. Amr Kassem

→ A1.1

W22-4L101

18.02.22 – 08.04.22

Vorkenntnisse der Schriftsprache erforderlich

Lit.: Arabisch intensiv: Grundstufe (Buske)

8x Fr, 16:00 - 18:30 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Dr. Amr Kassem

→ A1.2

F22-4L101

29.04.22 – 01.07.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: Arabisch intensiv: Grundstufe (Buske)

9x Fr, 16:00 - 18:30 Uhr

27 U-Std, VHS im Bildungsforum

117,70 € / 101,50 €

Dr. Amr Kassem

Arabisch A1

Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Sie möchten einen Arabischkurs besuchen, haben für einen wöchentlich stattfindenden Kurs aber nicht genug Zeit? Dann ist dieser Kompaktkurs die richtige Wahl. An zwei Wochenenden erhalten Sie erste Kenntnisse der arabischen Sprache. Sie können sich vorstellen oder jemanden nach seinem Befinden fragen. Neben einem Grundwortschatz eignen Sie sich erste grammatische Grundkenntnisse an und beschäftigen sich mit der arabischen Schrift.

→ A1

W22-4L161

21.01.22 – 12.02.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: nach Absprache

2x Fr, 16:45 - 20:00 Uhr, 2x Sa, 09:30 - 14:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

129,00 € / 111,00 €

Dr. Amr Kassem

Arabisch A1 - Intensivkurs

Bildungsfreistellung

Dieser Kurs bietet Ihnen eine Einführung in die arabische Sprache. Im Mittelpunkt steht das Erlernen der arabischen Schrift sowie erste einfache Alltagsdialoge. Sie lernen neben einem Grundwortschatz auch einfache grammatische Strukturen. Die Beschäftigung mit interkulturellen Aspekten ist ebenfalls Bestandteil des Unterrichts. Am Ende der Woche schauen wir gemeinsam mit Ihnen, wie Sie weiterlernen können.

→ A1

F22-4L191B

25.04.22 – 29.04.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: nach Absprache

5 Tage 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

Dr. Amr Kassem



Japanisch A1.1 - A1.2

Sie interessieren sich für die japanische Sprache und Kultur, planen eine Reise oder einen längeren Aufenthalt in Japan oder sind einfach neugierig, was es mit den Schriftzeichen auf sich hat? Vielleicht haben Sie auch den Kompaktkurs „Japanisch A1“ besucht und möchten jetzt weiterlernen? In diesem Kurs nähern Sie sich Schritt für Schritt der japanischen Sprache an. Sie lernen, sich in alltäglichen Situationen zu verständigen, bekommen grammatikalische Grundkenntnisse und beschäftigen sich mit den verschiedenen Schriftzeichen.

→ A1.1

W22-4M101

14.01.22 – 08.04.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Fr, 15:45 - 18:15 Uhr

36 U-Std, VHS im Bildungsforum

154,60 € / 133,00 €

Natsuko Yamagishi

→ A1.2

F22-4M101

29.04.22 – 08.07.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Fr, 15:45 - 18:15 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

130,00 € / 112,00 €

Natsuko Yamagishi

Japanisch A1.2 - A1.3

Fortsetzung im Frühjahr im Kurs „Japanisch A2 - Wir sprechen Japanese!“

→ A1.2

H21-4M103

10.09.21 – 10.12.21

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Fr, 17:30 - 20:00 Uhr

36 U-Std, VHS im Bildungsforum

154,60 € / 133,00 €

Natsuko Yamagishi

→ A1.3

W22-4M103

14.01.22 – 08.04.22

Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: nach Absprache

12x Fr, 18:30 - 20:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Natsuko Yamagishi





Japanisch zum Kennenlernen A1

Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Sie planen einen Urlaub in Japan und möchten sich vor Ort verständigen können? An zwei Wochenenden lernen Sie „Survival“-Phrasen, die man im Urlaub gut nutzen kann. Der Kurs ist fokussiert auf Phrasen und kurze, einfache Gespräche sowie die japanische Kultur.

→ A1

H21-4M115

20.11.21 – 27.11.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: nach Absprache

1x Sa, 09:30 - 14:45 Uhr, 1x Sa, 09:30 - 14:45 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,20 € / 69,40 €

Natsuko Yamagishi

Japanisch A2 - Wir sprechen Japanisch

Sie haben den A1-Kurs erfolgreich abgeschlossen und möchten weiter Japanisch lernen? Oder Sie haben bereits Kenntnisse der japanischen Sprache und möchten diese erweitern? Lassen Sie uns gemeinsam japanisch sprechen! Anhand von verschiedenen Themen beschäftigen wir uns mit grammatischen Strukturen, bauen systematisch den Wortschatz auf und lesen und schreiben kurze Texte.

→ A2

F22-4M121

29.04.22 – 08.07.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

10x Fr, 18:30 - 20:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Natsuko Yamagishi

→ A1

F22-4M115

07.05.22 – 14.05.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: nach Absprache

1x Sa, 09:30 - 14:45 Uhr, 1x Sa, 09:30 - 14:45 Uhr

Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,20 € / 69,40 €

Natsuko Yamagishi



KINOFILME IM ORIGINAL

Mishima – Ein Leben in vier Kapiteln

→ Freitag, 11.2.2022, 19:30 Uhr



Kartenreservierung: 0331-27181-12,
ticket@filmmuseum-potsdam.de
Eintritt: 6,- Euro, ermäßigt 5,- Euro
(weitere Infos auf S. 20,21)



Ungarisch A1

Kompaktkurs an 2 Wochenenden

George Bernard Shaw sagte einmal, mit Ungarisch als Muttersprache hätte er bessere Dramen geschrieben. Auch wenn dies vielleicht eine Übertreibung gewesen sein mag, Ungarisch zu lernen lohnt es sich dennoch! Denn die ungarische Sprache ist auf aufregende Weise anders als fast alle anderen, die wir in Europa kennen: Grammatische Geschlechter gibt es nicht, auch keine Präpositionen und die Sätze können scheinbar jede Wortfolge annehmen. Andererseits trifft man auf Besonderheiten wie eine sogenannte Vokalharmonie und zwei Verbkonjugationen. Seien Sie dabei und erwerben Sie erste Grundlagen dieser spannenden Sprache, die in einer der schönsten Metropolen gesprochen wird, die wegen der Thermalbäder bekannt und bei der Jugend wegen ihrer Ruinenkneipen so beliebt ist.

→ A1

W22-4H101

18.03.22 – 26.03.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: nach Absprache

2x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr, 2x Sa, 09:30 - 14:15 Uhr
18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Melinda Kovács-Mosbacher

Lettisch zum Kennenlernen A1

Wie wäre es, eine Sprache zu lernen, die wie Musik klingt und in der es keine richtigen Schimpfwörter gibt? Lettisch ist so eine Sprache! Als eine der ältesten Sprachen Europas ist sie die Landessprache Lettlands, eines kleinen, grünen, naturbelassenen Landes an der Ostsee im Herzen des Baltikums. Genauso wunderbar wie die zum Weltkulturerbe gehörende Hauptstadt Riga und das Land ist auch die Sprache. Lernen Sie also das Lettische kennen, tauchen Sie ein in eine reiche Kultur voller alter Traditionen und besuchen Sie bei Gelegenheit ein singendes Land, das schon Johann Gottfried Herder begeisterte und in dem es mehr Volkslieder als Menschen gibt.

→ A1

F22-4N101

20.05.22 – 21.05.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

1x Fr, 17:30 - 20:45 Uhr, 1x Sa, 17:30 - 20:45 Uhr
8 U-Std, VHS im Bildungsforum

48,80 € / 41,60 €

Anda Wegener

Chinesisch am Wochenende A1

Die chinesische Sprache wird weltweit von ca. 1,2 Milliarden Menschen gesprochen und ist somit die meist gesprochene Sprache der Welt. Dieser Kurs richtet sich an alle, die in Form eines kompakten Schnupperkurses erste Kenntnisse über die chinesische Sprache und Kultur erhalten möchten. Sie erfahren Wissenswertes über Kultur, Gewohnheit, Landeskunde sowie die wichtigsten Benimmregeln in China.

→ A1

H21-4M150

06.11.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Chinesisch Superleicht: Für Anfänger (Dorling Kindersley)

1x Sa, 10:30 - 15:30 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,60 € / 31,20 €

Lan Wang

→ A1

W22-4M150

26.03.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Chinesisch Superleicht: Für Anfänger (Dorling Kindersley)

1x Sa, 10:30 - 15:30 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,60 € / 31,20 €

Lan Wang

Biblisches Hebräisch A1

Eine Einführung

Sie möchten die Sprache des Alten Testaments kennenlernen und kurze Passagen in den Texten von Genesis und Exodus im Original lesen? In diesem Kurs üben wir das hebräische Alphabet und seine Vokalzeichen ein. Wir machen uns mit den bekanntesten Personennamen, Ortsnamen und Kernbegriffen vertraut und übersetzen gemeinsam die ersten Verbwurzeln.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. das Arbeitsmaterial wird zur Verfügung gestellt.

→ A1

W22-4P101

11.02.22 – 19.02.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

2x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr, 2x Sa, 09:30 - 14:00 Uhr
18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Linda Rust



Mit den Augen besser hören - Gebärdensprache

Haben Sie sich schon öfter gefragt, wie Gebärdensprache funktioniert? Haben Sie schon einmal erlebt, wie sich Gehörlose untereinander oder mit Hörenden unterhalten und waren davon fasziniert? Dann lassen Sie sich auf eine neue Erfahrung ein und gehen Sie Ihre ersten Schritte in dieser spannenden und lebendigen Fremdsprache, die im eigenen Land zu Hause ist! Da Sprache und Kultur immer untrennbar miteinander verbunden sind und die Gehörlosen-Kultur sich in vielen Dingen von der Hörenden-Kultur unterscheidet, liegt in diesem Kurs das Augenmerk auf beidem. Lernen Sie „mit den Augen besser zu hören“ und reduzieren Sie unnötige Hürden zwischen Hörenden & Gehörlosen.

Bei Interesse besteht die Möglichkeit, einen Fortsetzungskurs zu organisieren.

→ Grundkurs

H21-4Q101

09.09.21 – 09.12.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

12x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / 131,80 €

Annemarie Saling

→ Grundkurs

W22-4Q101

13.01.22 – 07.04.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

12x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / 131,80 €

Annemarie Saling

→ Grundkurs

F22-4Q101

28.04.22 – 07.07.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

10x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

129,00 € / 111,00 €

Annemarie Saling





SPRACHEN FÜR STUDIERENDE

Die folgenden Angebote in den Sprachen Englisch, Spanisch und Italienisch erfolgen in Kooperation mit der Fachhochschule Potsdam (FHP) und bieten Studierenden die Möglichkeit, ihre Sprachkompetenzen auf- und auszubauen. Die Kurse sind für Teilnehmer*innen geeignet, die schneller vorankommen wollen.



KURSE IN KOOPERATION MIT DER FACHHOCHSCHULE POTSDAM

Interessierte Studierende der FHP melden sich auf der Webseite der Volkshochschule Potsdam (vhs.potsdam.de) unter Vorlage der für den Kurszeitraum gültigen Studienbescheinigung für den gewünschten Kurs an.

Die Angebote werden von Seiten der FHP gesondert gefördert. Für Studierende der FHP besteht bei erfolgreicher Teilnahme (85% Anwesenheit vorausgesetzt) die Möglichkeit, nach Abschluss des Kurses einen Zuschuss zu den Kursgebühren beim International Office der FHP zu beantragen.

Es besteht für die Studierenden außerdem die Möglichkeit, die Kursteilnahme bei erfolgreichem Abschluss als Studienleistung anerkannt zu bekommen. Einzelheiten hierzu sind vorab mit dem zuständigen Prüfungsausschuss zu klären. Nach Kursende erhalten alle Studierende eine qualifizierte Teilnahmebescheinigung.

Die Volkshochschule ist anerkanntes Prüfungszentrum der telc gGmbH (The European Language Certificates). Weitere Kursangebote der VHS sind offen für alle Studierenden der FHP, unterliegen aber nicht der Förderung von Seiten der FHP.

English Refresher A2/B1

Der Kurs frischt Ihre zu einem früheren Zeitpunkt erworbenen Englischkenntnisse auf und vertieft diese, so dass Sie eine gute Basis erhalten, um Englisch im beruflichen wie akademischen Kontext anzuwenden. Sie festigen und erweitern Ihren Wortschatz sowie Ihre Grammatikkenntnisse, erhalten mehr Sprachpraxis und Sicherheit.

→ A2/B1

H21-4A281

20.10.21 – 23.02.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Speakout 2nd Edition Intermediate (Pearson)

18x Mi, 16:00 - 18:30 Uhr

54 U-Std, Campus Fachhochschule

223,00 € / 190,60 €

Oberdan Fuly

→ A2/B1

W22-4A281

30.03.22 – 27.07.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: Speakout 2nd Edition Intermediate (Pearson)

18x Mi, 16:00 - 18:30 Uhr

54 U-Std, Campus Fachhochschule

223,00 € / 190,60 €

Oberdan Fuly



English - Focus on Interaction B1/B2

Many University students in Germany have reached a level of English which is comfortable and enough for holidays, but it is far from enough in the academic and professional level. In an amusing and challenging environment, this course will bring their English to an upper and professional level. It will not bring more stress for the students but pleasure in improving.

→ B1/B2

H21-4A381

20.10.21 – 23.02.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: Speakout Upper Intermediate 2nd Edition (Pearson)

18x Mi, 18:45 - 21:15 Uhr

54 U-Std, Campus Fachhochschule

223,00 € / 190,60 €

Oberdan Fuly

→ B1/B2

W22-4A381

30.03.22 – 27.07.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: Speakout Upper Intermediate 2nd Edition (Pearson)

18x Mi, 18:45 - 21:15 Uhr

54 U-Std, Campus Fachhochschule

223,00 € / 190,60 €

Oberdan Fuly

Italienisch A1

In diesem Kurs erhalten Sie Grundkenntnisse für Alltag und Beruf. Sie erlernen und üben elementare Strukturen der italienischen Sprache sowie einen Grundwortschatz. Der Unterricht orientiert sich an der Kompetenzstufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) für Sprachen.

→ A1

H21-4C181

19.10.21 – 22.02.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: nach Absprache

18x Di, 16:00 - 18:30 Uhr

54 U-Std, Campus Fachhochschule

223,00 € / 190,60 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

Italienisch A2

Dieser Kurs richtet sich an Studierende, die das Niveau A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) abgeschlossen haben und ihre Sprachkenntnisse auf das Niveau A2 erweitern möchten. Wortschatz und Grammatik werden gefestigt und erweitert. Der Kurs ist sehr praxisorientiert, der Schwerpunkt liegt auf der Konversation und der Anwendung des Gelernten in Gesprächen über alltägliche Situationen.

→ A2

W22-4C281

29.03.22 – 26.07.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

18x Di, 16:00 - 18:30 Uhr

54 U-Std, Campus Fachhochschule

223,00 € / 190,60 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

Italienisch B1

Dieser Kurs ist für Studierende geeignet, die das A2 Niveau des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) abgeschlossen haben und ihre Sprachkenntnisse auf dem Niveau B1 weiter ausbauen möchten, um sich beispielsweise auf einen Aufenthalt im Ausland vorzubereiten. Der Fokus liegt auf der Konversation, die Themen stehen hierbei in direkter Verbindung mit den Studieninhalten der Teilnehmenden. Selbstverständlich werden auch Grammatik und Wortschatz gefestigt und erweitert.

→ B1

H21-4C381

21.10.21 – 24.02.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

18x Do, 16:00 - 18:30 Uhr

54 U-Std, Campus Fachhochschule

223,00 € / 190,60 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera



Spanisch A1

In diesem Kurs erhalten Sie Grundkenntnisse für Alltag und Beruf. Sie erlernen und üben elementare Strukturen der spanischen Sprache sowie einen Grundwortschatz. Der Unterricht orientiert sich an der Kompetenzstufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) für Sprachen.

→ A1

H21-4D181

20.10.21 – 23.02.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: Estudiantes. ELE A1 (Klett)

18x Mi, 16:00 - 18:30 Uhr

54 U-Std, Campus Fachhochschule

223,00 € / 190,60 €

Alicia Amelung

Spanisch A2

Dieser Kurs ist für Studierende konzipiert, die das Sprachniveau A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) erreicht haben. Im Vordergrund steht die Bewältigung von Alltags- und Hochschulsituationen des studentischen Lebens. Mit Hilfe der bereits vorhandenen Kenntnisse und erlernten Grundstrukturen der spanischen Sprache erfolgt die Erweiterung und Vertiefung auf dem Sprachniveau A2.

→ A2

W22-4D281

30.03.22 – 27.07.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

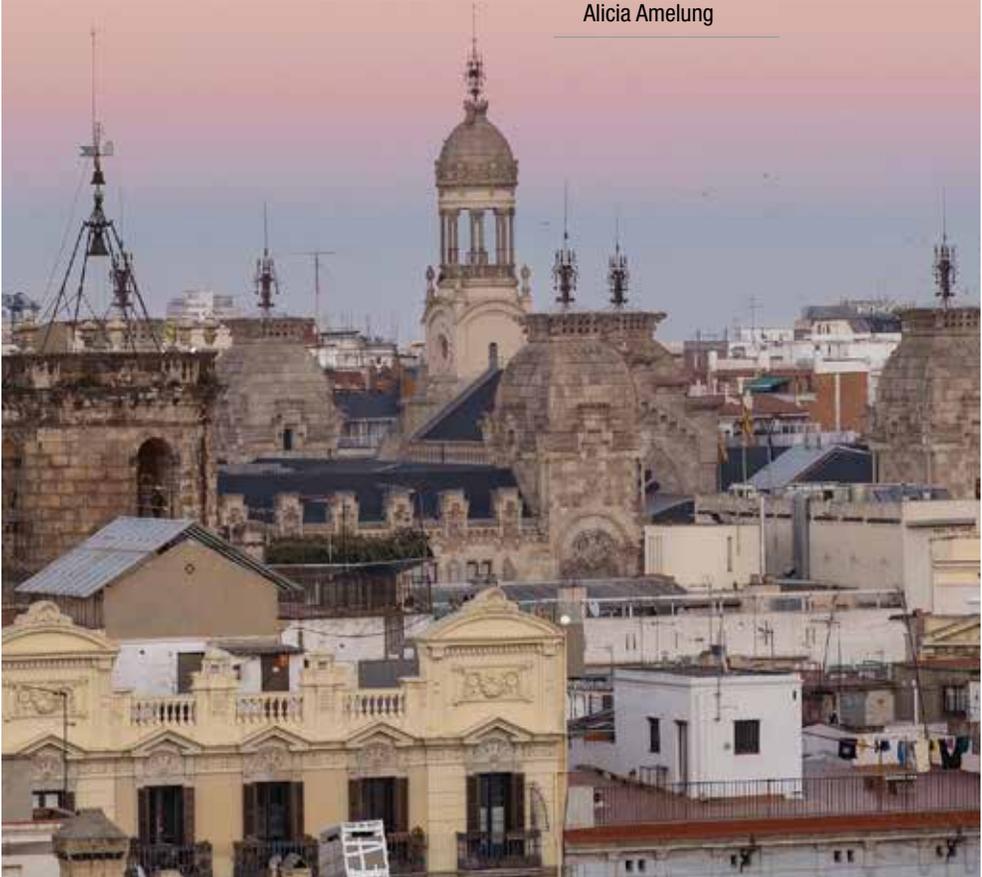
Lit.: Estudiantes. ELE A2 (Klett)

18x Mi, 16:00 - 18:30 Uhr

54 U-Std, Campus Fachhochschule

223,00 € / 190,60 €

Alicia Amelung





Fit für die Schule - Englisch A1

● ● ● Junge VHS (6. und 7. Klasse)

Ihr besucht die 6. oder 7. Klasse und möchtet Euch für die Mittelstufe fit machen? Dann seid Ihr in diesem Kurs richtig! Im Mittelpunkt stehen die Beschreibung von Personen, Sachen und Tätigkeiten, Orts-/Zeit- und Mengenangaben, das Verstehen und die Formulierung von Bitten, Aufforderungen und Wünschen sowie die Wiedergabe von Handlungen und Ereignissen. Ihr übt Themen wie die Singular- und Pluralbildung, einfache Präpositionen, die Zeitformen present, will-future, present perfect sowie die Fragebildung. Die Materialien werden von der Kursleitung gestellt. Join us!

→ A1

H21-4A165J

11.10.21 – 15.10.21

Vorkenntnisse sind erforderlich

5 Tage 10:00 - 13:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

77,00 €

Désiré Turbanisch

Englisch für den MSA - Vorbereitung auf die schriftliche Prüfung

● ● ● Junge VHS Ferienkurs (10. Klasse)

Vor Dir liegt die schriftliche Prüfung für den MSA Englisch? Du fühlst Dich noch unsicher und möchtest bei der Prüfungsvorbereitung zusätzliche Unterstützung bekommen? Dann bereite Dich mit unserer Hilfe vor! In unserem Kurs trainieren wir alle notwendigen Bereiche der schriftlichen Prüfung: Hören, Schreiben und Lesen. Wir schauen uns wichtige grammatische Themen an und wiederholen notwendigen Wortschatz. Außerdem lernst Du, welche Strategien Dir helfen, die einzelnen Prüfungsteile gut zu bewältigen. So wirst Du gut vorbereitet in die Prüfung gehen können.

→ A2/B1

W22-4A265J

11.04.22 – 14.04.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

4 Tage 09:30 - 12:45 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

63,00 €

Désiré Turbanisch

Englisch für den MSA - Vorbereitung auf die mündliche Prüfung

● ● ● Junge VHS (10. Klasse)

((())) Online-Kurs

Der MSA in Englisch steht Dir bevor? Dann bereite Dich mit unserer Hilfe vor! Einmal pro Woche trainieren wir online Deine mündliche Kommunikationsfähigkeit. Wir wiederholen wichtige grammatische Aspekte und festigen Deinen Wortschatz. Ihr bestimmt das Tempo des Kurses, so dass Du gut vorbereitet in die Prüfung gehen kannst. Unser Ferienkurs in den Osterferien bereitet Dich zusätzlich auf die schriftliche Prüfung vor,

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Du benötigst einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrophon. Alle notwendigen Informationen erhältst Du rechtzeitig vor Kursbeginn.

→ A2/B1

W22-4A263J

20.01.22 – 24.03.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

9x Do, 17:00 - 18:00 Uhr

12 U-Std, vhs.cloud

49,00 €

Désiré Turbanisch



Muttersprachlicher Unterricht für Schülerinnen und Schüler



Ihr Kind wächst mehrsprachig auf und Sie möchten es in der Muttersprache fördern? Dafür möchten Sie sich mit anderen Eltern vernetzen und erfahren, welche Möglichkeiten es in Brandenburg gibt? In dieser Veranstaltung können Sie andere mehrsprachige Familien kennenlernen und sich mit ihnen austauschen. Wir als Volkshochschule informieren Sie außerdem über Möglichkeiten der Sprachförderung in Ihrer Herkunftssprache. Die Regionalen Arbeitsstellen für Bildung, Integration und Demokratie (RAA Brandenburg) werden das Projekt „Muttersprachlicher Unterricht“ vorstellen. Das vom Ministerium für Bildung, Jugend und Sport geförderte Angebot zur gezielten Förderung der jeweiligen Muttersprache richtet sich an alle Schülerinnen und Schüler mit Migrationshintergrund im Land Brandenburg.

**Die Veranstaltung findet gemeinsam mit den RAA Brandenburg statt.
Eine Anmeldung ist erforderlich.**

H21-1H001

30.09.21

1x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Anna Fabian / Dr. Ulrike Hasemann-Friedrich

F22-1H001

08.06.22

1x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Anna Fabian / Dr. Ulrike Hasemann-Friedrich

Spanisch in den Schulferien A1

● ● ● **Junge VHS Ferienkurs (11-14 Jahre)**

Du interessierst Dich für die spanische Sprache, hast vielleicht im vergangenen Jahr in der Schule angefangen, Spanisch zu lernen oder wirst dies im neuen Schuljahr tun? Dieser Kurs richtet sich an alle Schülerinnen und Schüler, die Lust haben, vor dem Beginn des kommenden Schuljahres eine neue Sprache zu entdecken und sich spielerisch anzueignen und erste vorhandene Kenntnisse festigen und ausbauen möchten.

→ **A1**

S22-4D165J

11.07.22 – 15.07.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: nach Absprache

5 Tage 09:30 - 12:45 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

77,00 €

Lucia Garcia Garcia

Japanisch nicht nur für Mangafans A1

● ● ● **Junge VHS Ferienkurs (12-15 Jahre)**

Du interessierst Dich für Japan und Japanisch? Du findest japanische Schriftzeichen faszinierend? In unserem Ferien-Schnupperkurs lernst Du, Grußwörter und einfache Phrasen auf Japanisch zu sagen. Du erfährst, wie die japanische Schrift funktioniert und kannst am Ende Deinen Namen schreiben. Und natürlich sprechen wir auch über Mangas, japanische Feste und die japanische Kultur. Zum Abschluss sehen wir einen japanischen Film. Sei dabei!

→ **A1**

W22-4M117J

11.04.22 – 13.04.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

3 Tage 09:30 - 12:45 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

49,00 €

Natsuko Yamagishi

→ **A1**

S22-4M117J

11.07.22 – 13.07.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

3 Tage 09:30 - 12:45 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

49,00 €

Natsuko Yamagishi



Zertifikat Polnisch B1/B2 - Vorbereitungskurs

●●● Junge VHS (14-18 Jahre)

((●●)) Online-Kurs mit 2 Präsenzterminen

Du verstehst und sprichst mühelos Polnisch? In diesem Kurs bereiten wir Dich gut auf die Prüfung für das offiziell anerkannte Sprachzertifikat „telc Język polski B1-B2 Szkola“ vor. Der Kurs findet online statt, für das Kennenlernen sowie für eine Prüfungssimulation treffen wir uns zweimal persönlich in der VHS. Die Entscheidung, ob Du Dich zur Prüfung anmelden möchtest, triffst Du erst nach der Hälfte des Kurses. Hierzu wird Dich Deine muttersprachliche Kursleiterin beraten.

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Du benötigst einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhältst Du rechtzeitig vor Kursbeginn.

→ B1/B2

W22-4F361J

19.02.22 – 19.03.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

2x Sa, 10:00 - 12:30 Uhr, 4x Fr, 16:30 - 19:00 Uhr

22 U-Std, vhs.cloud / VHS im Bildungsforum

108,30 €

Magdalena Lepianka-Nowak

Zertifikat Polnisch B1/B2

●●● Junge VHS (14-18 Jahre)

Deine Familiensprache ist Polnisch und Du kannst Dich mühelos mit Verwandten oder Freunden in Polen verständigen? Dann hast du eine wertvolle Qualifikation, die auf eine Zertifizierung wartet. An der VHS Potsdam kannst Du das offiziell anerkannte Sprachzertifikat „telc Język polski B1-B2 Szkola“ erhalten, das für eine Zulassung zur Universität oder als Sprachnachweis für einen späteren Arbeitgeber sehr nützlich sein kann. Die Prüfung besteht aus einem schriftlichen und einem mündlichen Teil. Je nach Ergebnis bekommst Du das Sprachniveau B1 bzw. B2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) bestätigt.

Anmeldefrist ist der 04. März 2022 (mind. 5 Teilnehmende).

→ B1/B2

W22-4F363J

26.03.22

1x Sa, 08:30 - 14:30 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

110,00 €

Mit den Augen besser hören - Gebärdensprache

●●● Junge VHS (9-15 Jahre)

Ihr findet diese geheimnisvolle und wunderschöne Sprache, die im eigenen Land zu Hause ist, spannend? Es fasziniert Euch, wenn die Hände durch die Luft fliegen, die Gesichter dazu lustig aussehen und man sich so durch Fenster oder unter Wasser unterhalten kann?

Begleitet von Rhythmik & Musik gebe ich mich mit Euch auf eine spielerische Reise in die Welt der Gehörlosen. Hierbei lernt Ihr nicht nur die Sprache kennen, sondern auch die Zusammenhänge zwischen Sprache und kulturellen Hintergründen und das mit jeder Menge Spaß!

Bei Interesse besteht die Möglichkeit, einen Fortsetzungskurs zu organisieren.

→ Grundkurs

H21-4Q103J

09.09.21 – 09.12.21

Vorkenntnisse sind erforderlich

12x Do, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

131,80 €

Annemarie Saling

→ Grundkurs

W22-4Q103J

13.01.22 – 07.04.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

12x Do, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

131,80 €

Annemarie Saling

→ Grundkurs

F22-4Q103J

28.04.22 – 07.07.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

10x Do, 15:45 - 17:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

111,00 €

Annemarie Saling



Dr. Myrtan Xhyra
Programmbereichsleitung

0331 289-4561
myrtan.xhyra@
rathaus.potsdam.de



Matthias Ristow
Fachverfahrenskordinator

0331 289-4565
matthias.ristow@
rathaus.potsdam.de



Melanie Ferslev-Richter
Verwaltung

0331 289-4578
melanie.ferslev@
rathaus.potsdam.de



Beruf und Computer



Förderung von beruflicher Weiterbildung



An wen richtet sich die Förderung?

Erwerbstätige, die mindestens 15 Stunden pro Woche arbeiten und deren zu versteuerndes Jahreseinkommen 20.000 € (bzw. 40.000 € bei gemeinsam Veranlagten) nicht übersteigt.

Was wird gefördert?

Die Teilnahme an einem Kurs, einem Lehrgang oder einem Seminar, für die berufliche Weiterbildung bzw. Neuorientierung.

Wie sieht die Förderung aus?

Sie bekommen einen 50 % Zuschuss der Kursgebühr (max. bis zu 500 €). Die Eigenbeteiligung beträgt ebenfalls 50 %.

Wie bekomme ich diese Förderung?

Sie vereinbaren ein kostenfreies Beratungsgespräch zur Bildungsprämie. Im Anschluss erhalten Sie nach Prüfung der Voraussetzungen direkt den Bildungsprämiegutschein. Es ist wichtig, dass Ihr Beratungsgespräch erfolgt, bevor Sie die Rechnung für die Kursgebühr von Ihrem Bildungsträger erhalten.

Weitere Informationen

Nähere Informationen zum Verfahren und Gutschein stehen auf der Internetseite www.bildungspraemie.info zur Verfügung.

Bildungsprämie-Beratungsstelle in Potsdam

Weila - Weiterbildungs-Info-Laden

Charlottenstr. 14

14467 Potsdam

Anja Bierbaum

Tel.: 0331 20029972

weila@rathaus.potsdam.de

www.weiterbildung-potsdam.de

Fördergeber und Mittelherkunft

Die Bildungsprämie wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung und aus dem Europäischen Sozialfonds der Europäischen Union gefördert.

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung



Zusammen.
Zukunft.
Gestalten.

Europäische
Union

An die Arbeit - nutzen Sie Ihre Chancen!

Bildung und Arbeit spielen in unserem Leben eine wichtige Rolle. Manchmal ist es nicht ganz einfach, den (Wieder-)Einstieg ins Berufsleben zu finden. Der Bereich Arbeit und Beschäftigung der Landeshauptstadt Potsdam hilft Potsdamer Bürgerinnen und Bürgern dabei, sich auf die Chancen und Erfordernisse des Arbeits- und Bildungsmarktes einzustellen. Nutzen Sie die Erfahrungen und Kontakte des Bereiches, lassen Sie sich beruflich beraten und unterstützen! Der Bereich Arbeit und Beschäftigung hilft Ihnen dabei sich in den Arbeitsmarkt und in das Arbeitsleben zu integrieren.

Bei uns sind Sie richtig, wenn Sie

- › Unterstützung bei der Vermittlung in Arbeit oder beim Übergang von der Schule in den Beruf suchen
- › nach familienbedingter Erwerbsunterbrechung wieder in den Beruf einsteigen wollen
- › vor der Herausforderung stehen, Beruf und Pflege zu vereinbaren
- › sich im Bundesfreiwilligendienst in der Verwaltung der Landeshauptstadt Potsdam engagieren möchten
- › neu zugewandert sind und Unterstützung für Ihr neues Berufsleben wünschen

Wir bieten Ihnen:

- › Maßnahmen zur Integration und Qualifizierung für den Arbeitsmarkt
- › Beratung und Angebote für den beruflichen Einstieg nach der Schule
- › Begleitung und Unterstützung beim Wiedereinstieg in den Beruf
- › Informationen und Beratung zur Vereinbarung von Beruf und Pflege
- › Bundesfreiwilligendienst in den Bereichen Grün-, Kultur- und Denkmalpflege, Soziales, Bildung und Sport sowie Naturschutz
- › Individuelle Beratung und Begleitung für Neuzugewanderte
- › (Sprachen: Arabisch, Deutsch, Englisch, Französisch)

Kontakt:

Landeshauptstadt Potsdam

Bereich Arbeit und Beschäftigung

0331 289-6280

arbeit-beschaeftigung@rathaus.potsdam.de





Firmen-Schulung



Weiterbildung auf Bestellung

Wir ermöglichen Ihnen maßgeschneiderte und kostengünstige Weiterbildungsangebote für Ihre Mitarbeiter*innen und gehen dabei auf deren arbeitsplatzspezifische Bedürfnisse ein.

Nutzen Sie unsere Schulungen

- › Kommunikation und Computerwissen
- › Vermittlung personaler und sozialer Kompetenzen
- › Sprachen und interkulturelles Training
- › Bewegung, Entspannung, Work-Life-Balance



Wir bieten Ihnen

- › qualifizierte und engagierte Dozent*innen
- › ein ausgezeichnetes Preis-Leistungs-Verhältnis
- › gute Erreichbarkeit (zentrale Lage)
- › Kleingruppenunterricht
- › Inhouse-Schulungen

Die Volkshochschule verfügt über

- › modern ausgestattete Unterrichtsräume
- › zwei EDV-Schulungsräume mit 11 bzw. 6 Plätzen
- › interaktive Tafeln
- › WLAN
- › vernetzte Rechner (Windows 10 / Linux, Microsoft Office 2016 Pro)



Interessiert?

Sprechen Sie uns an und wir finden die passende Weiterbildung für Ihre Mitarbeiter*innen. Die Schulungen können wir Ihnen sowohl in unseren Räumen als auch bei Ihnen vor Ort anbieten.

Beratung

Dr. Ulrike Hasemann-Friedrich

0331 289-4562

ulrike.hasemann-friedrich@rathaus.potsdam.de

Manuela Peglow

0331 289-4563

manuela.peglow@rathaus.potsdam.de



VHS-IHK-Gästeführerqualifizierung

VOLKSHOCHSCHULE POTSDAM IN ZUSAMMENARBEIT MIT DER IHK POTSDAM UND DER STIFTUNG PREUSSISCHE SCHLÖSSER UND GÄRTEN (SPSG)

Potsdam zieht immer mehr Besucher an. Kein Wunder, denn die Landeshauptstadt hat viel zu bieten. Sie ist UNESCO-Welterbe-Stadt, Stadt der Schlösser und Gärten, der Wissenschaft und neuerdings auch „UNESCO-City of Film“. Die Potsdamer Stadtgeschichte ist vielschichtig und spannend. Sie ist ein echter Glücksfall für alle, die Spaß daran haben, sich mit der spannenden und vielschichtigen Geschichte Potsdams zu befassen und dieses Wissen kompetent und unterhaltsam weiterzugeben.

Der Kurs Gästeführerqualifizierung vermittelt ortsspezifische Kenntnisse und gleichzeitig die Kompetenz, dieses Wissen an die verschiedensten Besuchergruppen weiterzugeben. Aber auch für alle, die mehr über Potsdam wissen möchten und später nicht als Gästeführer bzw. Gästeführerin arbeiten wollen, ist dieser Kurs hervorragend geeignet. Privat Verwandten und Freunden als „wissender Bürger“ Potsdam nahe zu bringen, ist sicher auch ein lohnendes Ziel. Es besteht keine Verpflichtung, an der Prüfung teilzunehmen.

ZIELGRUPPE

an freiberuflicher Arbeit im Tourismusbereich Interessierte mit einer positiven Einstellung zur Stadt und ersten Kenntnissen zu Stadt- und Regionalgeschichte sowie alle anderen, an Potsdams Geschichte und Architektur interessierte Menschen

LEHRGANGSINHALTE

1. Regional-, Stadt- und Baugeschichte
2. Thematische Stadtgänge und Stadtrundfahrten mit dem Bus
3. Wochenendseminare zu Methodik, Didaktik, Kommunikation und Selbstmanagement
4. Lehrgangsinternes Testat (Klausur und praktischer Stadtgang)

KOOPERATION ZWISCHEN DER IHK POTSDAM UND DER SPSG

Gemäß der Vereinbarung zwischen der IHK Potsdam und der Stiftung Preußische Schlösser und Gärten Berlin-Brandenburg (SPSG) vom 18.12.2008 räumt die SPSG den IHK-Absolventen des Lehrgangs „Gästeführerqualifizierung“ die Möglichkeit ein, unter Vorlage des IHK-Zertifikats Lizenzen für ihre Schlösser und Gärten zu den in dieser Vereinbarung festgelegten Bedingungen zu erwerben.

LEHRGANGSERÖFFNUNG

am Samstag, 06.11.2021, 09:30 Uhr im Bildungsforum, Am Kanal 47, Raum „Schwarzschild“ (4. Etage)

Gebühr für das lehrgangsinterne Testat: 65,00 Euro.

Der Erste-Hilfe-Nachweis ist extern zu erwerben.

Vorhandene Nachweise dürfen nicht älter als ein Jahr sein.

H21-50000

06.11.21 – 11.06.22

BF, Am Kanal 47

498,00 EUR (keine Ermäßigung)

Dozententeam



Gästeführerlehrgang

Datum	Beginn	Ende	UE	Thema	Ort
Sa, 06.11.21	09:30	11:00	2	Lehrgangseröffnung und Auftakt	BF, WIS
Sa, 06.11.21	11:15	16:30	6	Urheberrecht, Datenschutz und Reiserecht	BF, VHS
Di, 09.11.21	18:00	20:15	3	Tourismus unter wirtschaftlichen Aspekten	BF, WIS
Sa, 20.11.21	09:00	11:15	3	1.1. Geschichte Brandenburgs von den Anfängen bis zur Reformation	BF, VHS
Di, 23.11.21	18:00	20:15	3	1.2.a. Einführung in die Stadtgeschichte	BF, WIS
Sa, 27.11.21	09:00	16:15	8	3.1.a. Methodik, Didaktik, Kommunikation	IHK
Di, 30.11.21	18:00	20:15	3	1.2.b. Einführung in die Stadtgeschichte	BF, WIS
Di, 07.12.21	18:00	20:15	3	1.3. Das Haus Hohenzollern – Geschichte der Dynastie	BF, WIS
Di, 14.12.21	18:00	20:15	3	1.4. Militärgeschichte – Potsdam als Garnisonstadt	BF, VHS
Sa, 08.01.22	09:00	16:15	8	3.1.b. Methodik, Didaktik Kommunikation	IHK
Di, 11.01.22	18:00	20:15	3	1.5. Potsdamer Mythen	BF, WIS
Di, 18.01.22	18:00	20:15	3	1.6. Die Frauen der Hohenzollern	BF, WIS
Sa, 22.01.22	09:00	16:15	8	3.1.c. Methodik, Didaktik, Kommunikation und Marketing	IHK
Di, 25.01.22	18:00	20:15	3	1.7. Geschichte und Stadtentwicklung Potsdams in der DDR-Zeit	BF, WIS
Di, 08.02.22	18:00	20:15	3	1.9. Medienstadt Babelsberg	BF, WIS
Di, 15.02.22	18:00	20:15	3	1.8. Geschichte und Stadtentwicklung Potsdams nach der Wende	BF, WIS
Di, 22.02.22	18:00	20:15	3	1.10.a. Die Hohenzollern als Bauherren in Potsdam	BF, WIS
Di, 01.03.22	18:00	20:15	3	1.10.b. Die Hohenzollern als Bauherren in Potsdam	BF, WIS
Di, 08.03.22	18:00	20:15	3	1.10.c. Die Hohenzollern als Bauherren in Potsdam	BF, WIS

Gästeführerlehrgang



Datum	Beginn	Ende	UE	Thema	Ort
Sa, 12.03.22	09:00	15:30	7	3.3. Praktische Vorbereitung einer Gästeführung	Stadt
Di, 15.03.22	18:00	20:15	3	Vortrag „Stiftung Preußische Schlösser und Gärten als wichtiger Leistungs-Faktor des Tourismus in Potsdam	BF, WIS
Sa, 19.03.22	09:00	16:15	8	3.2. Videotraining „Auftreten des Gästeführers“ / Kommunikation	IHK
Di, 22.03.22	18:00	19:30	2	Berufsorientierung: Strukturen und Perspektiven	BF, WIS
Fr, 25.03.22	10:00	17:15	3	2.1. Übungsstadtrundfahrt	Bus
Sa, 02.04.22	10:00	12:15	3	2.2. Potsdams historische Mitte (Stadtgang)	Stadt
Sa, 09.04.22	10:00	12:15	3	2.3. I. und II. Barocke Stadterweiterung (Stadtgang)	Stadt
Fr. 29.04.22	15:00	17:15	3	2.4. Übungsstadtrundfahrt	Bus
Sa, 07.05.22	10:00	12:15	3	2.5. Stadtgang 1 (Luftschiffhafen)	Stadt
Sa, 14.05.22	10:00	12:15	3	2.6. Stadtgang 2 (Potsdamer Kulturlandschaft – eine Parkanlage der Stadt)	Stadt
Sa, 21.05.22	10:00	12:15	3	2.7. Stadtgang 3 (Alexandrowka)	Stadt
Sa, 11.06.22	09:00	14:30	6	3.4. Trainingsstadtgang (Prüfungsvorbereitung)	Stadt
17./18.06.22	09:00	16:15		4. Schriftliches Testat und praktischer Stadtgang	IHK und Stadt
Di, 28.06.22	17:30	20:00		Zertifikatsübergabe	BF, WIS

BF = Bildungsforum, Am Kanal 47

VHS = Volkshochschule im Bildungsforum (2. Etage)

WIS = Wissenschaftsetage im Bildungsforum (4. Etage)

IHK = Bildungszentrum der IHK Potsdam, Breite Str. 2 a - c



Mach es zu Deiner Chefsache - Existenzgründung in Potsdam

In Zusammenarbeit mit der Wirtschaftsförderung der Landeshauptstadt Potsdam

Chef*in im eigenen Unternehmen sein - das wäre schon eine tolle Sache. Aber wie macht man das am besten? Businessplan, Formalitäten, Werbung und natürlich das liebe Geld: Es gibt viele Dinge, um die man sich vor der Existenzgründung kümmern müsste. Welche Schritte sind sinnvoll? Gibt es einen roten Faden, dem ich folgen könnte? Und welche Förderprogramme kommen für mich infrage? In Potsdam lässt es sich gut gründen und das wollen wir Ihnen zeigen. Wir informieren Sie über die ausgezeichnete Unterstützungslandschaft für Existenzgründer*innen in unserer Stadt von der ersten Orientierungsberatung, über ein qualifizierendes Coaching bis hin zur Gründung selbst und auch darüber hinaus.

Für den Online-Vortrag 2021 benötigen Sie einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

→ im Live-Stream

H21-5A005

28.09.21

1x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, Webkonferenz

entgeltfrei

Uta Meng

→ in Präsenz

W22-5A005

31.03.22

1x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Uta Meng

Effizientes Marketing

Marketing ist ein nicht zu unterschätzendes Instrument. Dieser Kurs richtet sich an Unternehmer*innen, Mitarbeiter*innen und Marketingverantwortliche. Sie lernen in diesem Kurs das ABC des Marketings kennen, angefangen von den Unternehmens- und Marktanalysen über die Erstellung eines Marketing- und Vertriebskonzeptes inkl. optimalem Marketing-Mix bis zur Erfolgskontrolle einzelner On- und Offline-Werbemaßnahmen. Wichtige Marketinggrundlagen und -aktivitäten werden Ihnen kurz und verständlich erläutert. Sie erhalten praxisnahe Tipps und neue Ideen, die Sie schnell und erfolgreich umsetzen können.

H21-5A015

08.10.21

1x Fr, 16:30 - 20:30 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

27,00 € / 23,00 €

Nicole Wundrich

Buchführung für Kleinunternehmer*innen

Inhalte dieses Kurses sind Sinn und Zweck der Buchführung, Aufzeichnungspflichten, die Einnahmen-Überschuss-Rechnung gem. §4 (3) EStG, Praktisches Beispiel zu (3) EStG, Kassenbuch, Organisation der Belegsammlung, Anforderungen an eine Rechnung, Aufbewahrungspflichten, Mahnwesen, Angebote, Umsatzsteuer, Rechtsformen und Auswirkungen auf die Buchführung.

H21-5A025

08.11.21 – 17.11.21

2x Mo, 2x Mi, 18:00 - 20:30 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

71,80 € / 62,30 €

Ronald Schwiedergall





Grundlagen der Finanzbuchhaltung

Anhand zahlreicher Beispiele und Übungen bekommen Sie folgende Themen vermittelt: Gesetzliche Grundlagen, Inventar und Inventur, Bilanz, Geschäftsvorfälle der Finanzbuchhaltung, Bestands- und Erfolgskonten sowie einfache Buchungen auf Bestands- und Erfolgskonten. Es besteht die Option, den Kurs zur Vertiefung der Inhalte oder Weiterführung der Themen anschließend zu verlängern.

Dieser Kurs richtet sich ausdrücklich an Teilnehmende ohne Vorkenntnisse.

W22-5A030

17.01.22 – 23.02.22

5x Mo, 5x Mi, 17:45 - 21:00 Uhr

40 U-Std, VHS im Bildungsforum

223,00 € / 191,20 €

Ronald Schwiedergall

Lohn- und Gehaltsabrechnung

Sie erhalten das Grundlagenwissen für eine personen- und sachgerechte Lohn- und Gehaltsabrechnung. Inhalte: Rechtsgrundlagen, Begriffsbestimmungen, Steuerabzugsbeträge (Lohn- und Kirchensteuer, Solidaritätszuschlag), Sozialversicherung, Lohnabrechnung, Fehlzeiten, Lohnfortzahlung, Zuschläge, Sachbezüge, Einmalzahlungen und sonstige Bezüge, Pauschalversteuerungen, geringfügig entlohnte und kurzfristige Beschäftigung, Arbeiten am Monats- bzw. Jahresende, Bewerbung, Einstellung, Arbeitsvertrag, Kündigung, Entlassung, Zeugnis, Tarifvertrag, Arbeitsrecht. Die Themen werden in praktischen Übungen erklärt und erarbeitet.

Bitte einen Taschenrechner mitbringen.

F22-5A035

13.06.22 – 22.06.22

2x Mo, 2x Mi, 17:45 - 21:00 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

93,40 € / 80,70 €

Ronald Schwiedergall



Storytelling für Eltern, Lehrer*innen und Erzieher*innen

Geschichten erreichen Herz und Verstand, regen Verhaltensänderung an, vermitteln Normen und Werte. Das Erzählen von Geschichten ist ein soziales Erlebnis. Kinder und Erwachsene lieben sie. Wer eine Geschichte anhört, erreicht in der Regel einen entspannten Zustand und kann beim Zuhören den Fokus auf etwas anderes als auf den bestehenden Konflikt richten. Mit einer lebendig erzählten Geschichte gewinnt man die Aufmerksamkeit und die Konzentration der Zuhörer*innen leichter als durch nüchterne Ansprache oder strenge Zurechtweisung. Wer versucht, den Handlungsablauf und dessen Sinn zu erfassen und die darin enthaltene Weisheit zu verstehen, erlernt Problemlösungsstrategien für den Alltag. In diesem Workshop werden die Wirkungen des Geschichtenerzählens auch mit vielen praktischen Beispielen vermittelt.

W22-5B045

05.03.22

1x Sa, 09:00 - 16:00 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

43,20 € / 36,80 €

Ute Terrey

Sie schreiben? Eine Einführung in das Selfpublishing

Ratgeber, Fantasy-Geschichten, Opas Kriegserinnerungen - dank Selfpublishing muss heute niemand mehr auf die mühselige Suche nach einem Verlag gehen oder in hohe Druckkosten investieren, um zu publizieren. Jeder, der auch nur über geringe Computerkenntnisse verfügt, kann im Internet gratis Bücher erstellen. In diesem Workshop erfahren Sie, was die wichtigsten Unterschiede zwischen einem E-Book und dem klassischen gedruckten Buch sind, wie Sie ein ansprechendes Cover gestalten und wie Sie Ihr Manuskript Schritt für Schritt zur Veröffentlichungsreife bringen.

H21-5B046

06.11.21

1x Sa, 10:00 - 15:15 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,40 € / 27,60 €

Tanja Stern

F22-5B046

07.05.22

1x Sa, 10:00 - 15:15 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,40 € / 27,60 €

Tanja Stern

Improvisation leben

Wir strukturieren unser Leben, unsere Zeit, unser tägliches Tun. Dennoch besteht unser Leben zu einem großen Teil aus Improvisation, denn unerwartet auftretende Situationen erfordern den spontanen praktischen Gebrauch unserer Kompetenzen. Sie werden mit Methoden vertraut gemacht, die Ihnen erlauben, spontan zu agieren, schlagfertig zu antworten und aus dem Stegreif erzählen zu können. In Übungen probieren sich die Teilnehmenden im Improvisieren aus und entdecken dabei ihre persönliche kreative Seite. Improvisation ist die Fähigkeit, erworbene Kompetenzen im geeigneten Moment kreativ anzuwenden.

F22-5B105

29.04.22

1x Fr, 16:30 - 20:30 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

27,00 € / 23,00 €

Anne Pake



Effektives Zeit- und Selbstmanagement

Durch Termindruck und zusätzliche Projekte steigt die Belastung im Beruf und auch privat. Zeit- und Selbstmanagement hilft Ihnen, Aufgaben effizient und in Ruhe zu erledigen. Gleichzeitig gewinnen Sie dadurch Freizeit und Freiraum für sich. Lernen Sie in diesem Workshop Übungen und Methoden kennen, wie Sie durch weniger Arbeit zu gleichen oder besseren Ergebnissen kommen können. Einmal gut organisiert, ist schon halb gewonnen.

W22-5B110

18.02.22

1x Fr, 16:30 - 20:30 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

27,00 € / 23,00 €

Anne Pake



Konfliktmanagement im Job

Meinungsverschiedenheiten, Widerstände, Streit und ausgewachsene Konflikte gibt es überall - und ganz ehrlich: niemand ist glücklich damit! In unserem beruflichen Umfeld treffen unterschiedliche Charaktere zusammen - mit ihren unterschiedlichen Prägungen, Werten, Vorstellungen und Standpunkten. Dies sorgt automatisch für „Reibungswärme“ und Auseinandersetzungen. Doch ohne Widerstand gibt es auch keine Veränderung. In diesem Seminar erhalten Sie Hintergrundwissen zum alternativen Umgang mit Konflikten und Problemen an Ihrem Arbeitsplatz.

F22-5B115

06.05.22

1x Fr, 16:30 - 20:30 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

27,00 € / 23,00 €

Mary C. Baßler

Entscheidungsmanagement für wichtige Fragen

Jede und jeder hat seine eigene Strategie, Dinge zu entscheiden und Pläne zu schmieden, die umgesetzt werden sollen. Schwierig wird es, wenn auch andere von meiner Entscheidung betroffen sind. Es ist aber auch möglich, Entscheidungen zu treffen, die Konsens für alle bedeuten. Sie lernen eine Methode kennen, die leicht zu erlernen ist und sofort in der Praxis angewandt werden kann. Sie ist aus der Erfahrung der Mediationspraxis entstanden und bewährt sich für Einzelpersonen genauso wie für Familien und Organisationen.

W22-5B200

12.02.22

1x Sa, 09:00 - 16:00 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

43,20 € / 36,80 €

Mary C. Baßler

Wer sucht, findet Wege - Berufliche Neuorientierung für Frauen

Das Thema „Beruflicher Neubeginn“ ist aktueller denn je, denn im heutigen beschleunigten Arbeitsleben ist vieles nicht mehr wie früher. Trotz aller äußerer Hürden haben Sie Einfluss darauf, ob Sie Ihre berufliche Zukunft dem Zufall überlassen oder diese erfüllend und erfolgreich gestalten! In diesem Seminar geht es darum, wie Sie aus Ihren Interessen, Erfahrungen und Fähigkeiten eine attraktive berufliche Vision schmieden und daraus ein realisierbares Ziel und einen Handlungsplan entwickeln können.

Der Kurs wird vom Büro für Chancengleichheit und Vielfalt der Landeshauptstadt Potsdam gefördert.

W22-5C010

04.03.22

1x Fr, 17:00 - 20:15 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

12,40 € / keine Ermäßigung

Mary C. Baßler



Konstruktiv Nein sagen

(((••))) Online-Kurs

Im Job und auch im Privatleben ist es heute wichtiger denn je, klare Grenzen zu ziehen und auch einmal Nein zu sagen, zur Bitte des Kollegen oder zum Anliegen der Freundin. Oft fällt uns das schwer - aus Angst vor Ablehnung, Konflikten und gestörter Harmonie. Das muss aber nicht sein, denn jeder kann lernen, seine Grenzen freundlich, aber bestimmt zu ziehen und das Gegenüber dennoch nicht vor den Kopf zu stoßen.

In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie sich selbst gut abgrenzen können. Sie üben wertschätzend, aber bestimmt Nein zu sagen und trotzdem eine gute Beziehung zu Ihrem Umfeld zu haben. An Ihren eigenen Praxisbeispielen vertiefen Sie das erlernte Wissen.

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

H21-5C105D

15.10.21

1x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr

4 U-Std, vhs.cloud

20,40 € / keine Ermäßigung

Ann Hillert

Kreativ bewerben - Stärken herausstellen und positiv auffallen

Haben Sie das Gefühl, dass Ihr Lebenslauf und Ihr Anschreiben Ihre wahre Persönlichkeit nicht richtig widerspiegeln und vieles zu kurz kommt? Verschicken Sie viele Bewerbungen ohne eine Reaktion zu bekommen oder erhalten nur Absagen? Verschwinden Ihre Unterlagen im Meer der Mitbewerber*innen? Dann ist es Zeit, etwas zu ändern! In diesem Workshop erhalten Sie neue Ideen für kreative Lebensläufe, aussagekräftige Anschreiben, die in Erinnerung bleiben, und erlernen Möglichkeiten, professionell auf sich aufmerksam zu machen.

W22-5C200

12.02.22

1x Sa, 10:00 - 16:00 Uhr

7 U-Std, VHS im Bildungsforum

37,80 € / 32,20 €

Julia von La Chevallerie



Mein(e) Beruf(ung)

In diesem Workshop geht es sehr stark um Reflexion und Wahrnehmung der eigenen Person und des eigenen Könnens. Welche Vision habe ich von mir, welche Kompetenzen und Stärken kann ich anbieten? Die Betrachtung von Selbstbild und Fremdbild führen dazu, dass Sie eigene Interessen identifizieren und damit ihre Profession. Weitere Fragen sind: Wofür bin ich auf der Welt und was macht mich aus? Was kann ich und welchen Auftrag möchte ich umsetzen, um meine Kompetenzen und Fähigkeiten optimal einzusetzen?

Methodisch wird u. a. mit den Elementen der systemischen Strukturaufstellungen zu persönlichen und beruflichen Themen gearbeitet.

H21-5C210

19.11.21

1x Fr, 16:30 - 20:30 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

27,00 € / keine Ermäßigung

Anne Pake



Körpersprache in Teambesprechungen und schwierigen Gesprächen

Wohltuend Grenzen zu setzen, ein ausgewogenes Verhältnis von Nähe und Distanz zu finden, spielt im persönlichen Leben sowie im Arbeitsleben eine große Rolle. Der Körper sendet automatisch ununterbrochen Signale aus, die in hohem Maße den Kommunikationsprozess beeinflussen. Damit werden häufig unbewusst Weichen in eine hilfreiche oder aber ungünstige Richtung gestellt. Menschen reagieren auf nonverbale Signale oft schneller und direkter als auf das Gesagte. Eine bewusste Körpersprache kann deshalb unsere Begegnungen mit anderen verständnisvoller, harmonischer, dynamischer und erfolgreicher gestalten. In diesem zweitägigen Workshop werden Sie für die nonverbale Ebene sensibilisiert. Anhand anschaulicher Demonstrationen und praktischer Übungen, erfahren Sie, wie Ihnen nonverbale Kommunikation in Gesprächen oder Konflikten helfen kann.

H21-5C220

26.11.21 – 27.11.21

1x Fr, 17:00 - 20:15 Uhr, 1x Sa, 10:00 - 16:00 Uhr

11 U-Std, VHS im Bildungsforum

66,40 € / 57,60 €

Ute Terrey



Digitalisierung im beruflichen Alltag

Die Digitalisierung lässt neue Führungsmodelle sprießen und alte verkümmern. Sie durchdringt weltweit die menschliche Gesellschaft und verändert unsere Lebensweise radikal. Das betrifft auch alle arbeitenden Organisationen sowie die öffentliche Verwaltung. Neue digitale Wege der Kommunikation und Vernetzung machen Prozesse nicht nur schneller und komplexer, sondern auch weniger planbar und schwerer zu kontrollieren. Das gilt auch für Führungsprozesse. Durch die Corona-Pandemie sind Führungskräfte neu gefordert - als Anbieter von Orientierung und Sicherheit in Krisenzeiten, aber auch als Führungskraft über Distanz, teilweise im Home-Office, mit neuen Medien, Instrumenten und Problemen. In diesem Workshop erfahren Sie, welche Chancen und Risiken die Digitalisierung und die mit ihr einhergehenden gesellschaftlichen Veränderungen im Arbeitsalltag mit sich bringen.

H21-5C250

06.11.21

1x Sa, 09:00 - 16:00 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

43,20 € / 36,80 €

Mary C. Baßler



Einführung in die motivierende Gesprächsführung

Bildungsfreistellung

Haben Sie in Ihrer beruflichen Praxis oder auch privat mit Menschen zu tun, deren Veränderungsbereitschaft gering ist? Die wenig Durchhaltevermögen oder auch wenig Selbstvertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten mitbringen? Wünschen Sie sich mehr Werkzeuge, um hier mittelfristig Verhaltensänderungen anzustoßen? Der Ansatz der „Motivierenden Gesprächsführung“ („Motivational Interviewing“) will das Gegenüber darin unterstützen, die Bereitschaft zu Veränderungen aufzubauen sowie dessen Motivation und Engagement zu stärken. Im Kurs werden einige Prinzipien, Techniken und Handlungsanweisungen dieser Gesprächsführung vermittelt und an konkreten Beispielen eingeübt. Dabei geht es insbesondere um zielführendes aktives Zuhören, „Change Talk“, die Kommunikation zur Verstärkung selbstmotivierender Haltungen (spezifische Coachingfragen) und den Umgang mit inneren Widerständen.

H21-5C224B

11.11.21 – 12.11.21

Do, Fr, 09:00 - 16:00 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

104,60 € / keine Ermäßigung

Ulrike Wolf

Deeskalierende Gesprächsführung

Bildungsfreistellung

Gespräche mit heftigen Emotionen kommen in vielen Berufsfeldern vor, z. B. in Ämtern und Behörden, im sozialen oder im pädagogischen Bereich. Solche Gespräche können schnell eskalieren und in physischen Aggressionen enden. Lernziel des Kurses ist eine professionelle Gesprächsführung, die der Emotionalität der Situation Rechnung trägt und die gleichzeitig darauf hinarbeitet, im Interesse einer konstruktiven Lösung so weit wie möglich zu deeskalieren. Sie lernen, welches Verhalten ungewollt zu Eskalationen beiträgt und folglich zu vermeiden ist und wie man bei drohenden Tötlichkeiten am besten reagiert. Darüber hinaus üben wir Strategien ein, um aus einer Eskalation wieder in eine konstruktive Gesprächsführung zurückzufinden.

W22-5C225B

09.02.22 – 10.02.22

1x Mi, 09:00 - 16:15 Uhr, 1x Do, 09:00 - 16:15 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

104,60 € / keine Ermäßigung

Ulrike Wolf

Stimmbildung für Beruf und Alltag

Qualifizierung für Kursleitende

Der Stimmklang enthält einen Großteil der sprachlichen Botschaft und trägt wesentlich zum Gelingen von Kommunikation bei. Die Stimme reagiert auf unser Befinden und auf unsere Spannung. Sie erfahren in diesem Workshop, wie Ihre Stimme funktioniert. Anhand von Übungen entdecken Sie das Zusammenwirken von Atmung, Stimme und Körperspannung. Das Ziel ist eine optimale Balance zwischen Aufrichtung, Atmung und Artikulation, um den stimmlichen und kommunikativen Anforderungen in Beruf und Alltag besser gewachsen zu sein.

Entgeltfrei für Kursleitende der VHS Potsdam

H21-5C230Q

20.11.21

1x Sa, 10:00 - 12:30 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

15,30 € / keine Ermäßigung

Ulrike Kramer

W22-5C230Q

02.04.22

1x Sa, 10:00 - 12:30 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

15,30 € / keine Ermäßigung

Ulrike Kramer



Meine Stimme - eine akustische Visitenkarte

Bildungsfreistellung

Ihre Stimme ist Ausdruck Ihrer Persönlichkeit, eine akustische Visitenkarte, die Sie täglich nutzen. Die Anliegen und Anlässe des Sprechens können sehr vielseitig sein. Die Stimme ist für diese Vielfalt außerordentlich gestaltbar. Dabei geht es nicht um den Aspekt des „Schönsprechens“, sondern es steht der gesamte Körper im Mittelpunkt. Sie werden in zahlreichen Übungen und praxisnahen Arbeits-Settings, für die Sie Präsenz sowie eine sichere Stimmführung brauchen, geschult. Hindernisse wie Blockaden, Verspannungen, Unsicherheiten oder Redeängste werden angesprochen, um für Sie individuelle Lösungsansätze zu entwickeln, die Ihnen helfen, eine positive Ausstrahlung, Charisma und Kompetenz auszudrücken. Der Workshop richtet sich besonders an Menschen, die für Ihren beruflichen Kontext Ihre Führungs-kompetenzen entwickeln und weiter ausbauen möchten, wie z.B. Team- und Leitungsverantwortliche, Lehrer*innen sowie Sozialarbeiter*innen oder Menschen, die Vorträge und Präsentationen halten.

F22-5C235B

02.05.22 – 03.05.22

1x Mo, 09:00 - 16:00 Uhr, 1x Di, 09:00 - 16:00 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

104,60 € / keine Ermäßigung

Ute Terrey

Empfängerorientierte Kommunikation mit dem 4-Quadranten-Modell

(((•))) Online-Kurs

Sie fragen sich manchmal, was in Ihrem Gesprächspartner vor sich geht und warum er Sie einfach nicht versteht, obwohl Sie doch klar und deutlich kommunizieren? Dann ist es hilfreich, sich damit zu beschäftigen, auf welchem Kanal Ihr Gesprächspartner Informationen empfängt und verarbeitet, um eine erfolgreiche Kommunikation zu führen. Eine Möglichkeit sind Persönlichkeitsmodelle, die uns helfen, unsere Mitmenschen zu verstehen und unsere Kommunikation zielgerichtet zu gestalten. Im Workshop lernen Sie ein solches praxisnahes Modell kennen und erfahren, wie Sie in Zukunft zielgerichteter kommunizieren können.

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

W22-5C236D

14.01.22

1x Fr, 17:00 - 19:30 Uhr

3 U-Std, vhs.cloud

15,30 € / keine Ermäßigung

Ann Hillert

Schlagfertigkeitstraining

Dumme Sprüche und unverschämte Bemerkungen verschlagen Ihnen schon mal die Sprache? Die guten Antworten fallen Ihnen allenfalls Stunden oder Tage später ein? Schlagfertigkeit ist erlernbar! Nach diesem Kurs kennen Sie etwa ein Dutzend Techniken, um in Zukunft gekonnt zu kontern. Im geschützten Kursrahmen können Sie ausprobieren, welche Strategien Ihnen liegen und wo Sie Ihr persönliches Entwicklungspotenzial sehen. Und das Beste ist: Dabei haben Sie auch noch Spaß!

W22-5C240

19.02.22

1x Sa, 09:00 - 16:00 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

43,20 € / 36,80 €

Ulrike Wolf



Klartext reden für Frauen

Reden wir doch einfach Klartext! Sagen wir ohne Umschweife, was wir meinen und wollen - klar und direkt. Das ist gar nicht so einfach? Stimmt. Oft sind wir lieber still oder sagen nur halbherzig unsere Meinung. Schließlich wollen wir gemocht und anerkannt werden. Doch Offenheit und Ehrlichkeit sind die Grundlage für eine Kommunikation ohne Missverständnisse. In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie sich offen äußern können, ohne andere vor den Kopf zu stoßen. Sie lernen, zu kritisieren, ohne zu kränken, und „Nein“ zu sagen, ohne zu verprellen. Sie üben, besser hinzuhören und Anweisungen klar zu formulieren, um Unklarheiten zu vermeiden. Sie erleben, wie Sie durch klare Kommunikation Zeit sinnvoll nutzen, Arbeitsabläufe im Team verbessern und Beziehungen stärken können.

Der Kurs wird vom Büro für Chancengleichheit und Vielfalt der Landeshauptstadt Potsdam gefördert.

W22-5C245

12.03.22

1x Sa, 09:00 - 16:00 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

24,80 € / keine Ermäßigung

Mary C. Baßler

Bilder im Sprachunterricht

Qualifizierung für Kursleitende

Während sich viele Aktivitäten im Kursraum um das geschriebene bzw. gesprochene Wort drehen, schöpfen wir das Potenzial für Sprechansätze, das in Bildern und Illustrationen steckt, häufig gar nicht aus. In diesem Workshop entdecken wir zusammen, wie wir Bilder, Illustrationen und auch Videos noch besser nutzen können, um unseren Teilnehmenden zu helfen ihren Wortschatz auszubauen und ihre Grammatik zu festigen. Wir werden eine Reihe von Aktivitäten basierend auf Fotos und Illustrationen in Kursbüchern ausprobieren, die Sie spielend leicht auch für Ihr Kursbuch oder eigene Materialien adaptieren können.

Entgeltfrei für Kursleitende der VHS Potsdam

W22-5C251Q

18.03.22

1x Fr, 15:30 - 18:45 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

16,40 € / keine Ermäßigung

Robert Kirstein

Gut getextet - Moderne Pressearbeit

In Ihrem Beruf sind Sie (auch) für die Pressearbeit verantwortlich und benötigen das grundlegende Handwerkszeug? In diesem Workshop erfahren Sie, welche Themen sich für die Pressearbeit und eine Pressemitteilung eignen, wie eine Pressemitteilung aufgebaut sein sollte und was in eine Pressemappe gehört. Weitere Themen: Wann ist der richtige Zeitpunkt für eine Pressemitteilung? Wie knüpfen und pflegen Sie Medienkontakte? Was unterscheidet Presstexte von Werbetexten? Wie erstellt man einen Redaktionsplan? Welche Rolle spielt Social Media heute bei der Pressearbeit? An verschiedenen Beispielen üben Sie aktiv, wie Sie Ihre Medienarbeit erfolgreich aufstellen können, damit Ihre Botschaft dank neuer Ideen und professioneller Umsetzung auch ankommt.

H21-5C300

12.11.21

1x Fr, 16:30 - 20:30 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

27,00 € / 23,00 €

Julia von La Chevallerie

„Business-Vita“ - Wie manage ich meinen guten Ruf?

„Es dauert zwanzig Jahre, sich eine Reputation zu erwerben und fünf Minuten, sie zu verlieren. Wenn man das im Auge behält, handelt man anders“ (Warren Buffet).

Im Zeitalter des analog-digitalen Erlebnisraums, in dem wir uns bewegen, wird es immer wichtiger, sich über die Chancen und Risiken im Internet und in den Sozialen Medien bewusst zu sein. Der Vortrag richtet sich vor allem an junge Erwachsene im Übergang zur Berufswelt. Sie erhalten einen Überblick über die wichtigsten Bereiche und erfahren, wie Sie für eine gute Reputation sorgen können.

H21-5C301

10.12.21

1x Fr, 16:30 - 18:00 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Andreas Klisch



Wie schreibt man heute? Zeitgemäße Korrespondenz und E-Mails

„Schreiben ist leicht, man muss nur die falschen Wörter weglassen“ (Mark Twain). Dieser Kurs richtet sich an alle, die zeitgemäß schreiben möchten, egal ob E-Mail oder Brief. Sie erhalten einen kurzen Überblick über die aktuellen Schreib- und Gestaltungsregeln (DIN 5008) und lernen, schon mit kleinen Handgriffen verständlicher zu formulieren. Von Korrespondenz-Fossilien, wie „anbei“, „in der Anlage“ und „verbleiben“ werden wir uns endgültig verabschieden. Darüber hinaus besprechen wir die wichtigsten Standards im E-Mail-Verkehr. Fragen zu Formulierungen aus Ihrem Schreiballtag sind jederzeit willkommen.

W22-5C305

22.01.22

1x Sa, 09:00 - 15:00 Uhr

7 U-Std, VHS im Bildungsforum

37,80 € / 32,20 €

Katja Thal

PR für gemeinnützige Organisationen und Vereine

Sie wollen, dass Ihre Botschaft von einer breiten Öffentlichkeit wahrgenommen wird? Sie möchten Spender*innen und Unterstützer*innen mobilisieren und sich besser vernetzen? Nie war es so einfach, Inhalte zu verbreiten und zu kommunizieren wie jetzt. Aber nur wer gut zielt, trifft auch ins Schwarze. In diesem Workshop erarbeiten Sie spezielle Ideen für die Öffentlichkeitsarbeit von gemeinnützigen Organisationen und Vereinen - von den Grundlagen, wie man die richtigen Botschaften identifiziert, formuliert und die passenden Kanäle auswählt bis hin zu Social Media-Kampagnen und Fundraising.

W22-5C310

01.04.22

1x Fr, 16:30 - 20:30 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

27,00 € / 23,00 €

Julia von La Chevallerie





Auf dem Laufenden bleiben - Die aktuelle Rechtschreibung

Bildungsfreistellung

Die Rechtschreibreform scheint Geschichte zu sein, doch es bleiben Unsicherheiten und Fragen: Welche Schreibweise ist die bessere, wenn es zwei Möglichkeiten gibt? Setzt man lieber ein Komma zu viel oder ein Komma weniger? Dieser Kurs gibt Ihnen einen Überblick über die aktuellen Schreibweisen. Wir begeben uns auf einen spannenden Ausflug zu alten und neuen Problemen der Orthografie. Dabei erkennen Sie die Stolperstellen und lernen, mit Trends und Schreibvarianten umzugehen. Die Schwerpunkte:

- S-Laute und Stammprinzip
- Groß- und Kleinschreibung
- Getrennt- und Zusammenschreibung
- Silbentrennung
- Komma und Bindestrich
- Schreibweise von Fremdwörtern

W22-5C315B

14.02.22

1x Mo, 09:00 - 16:15 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

48,80 € / keine Ermäßigung

Katja Thal

Dirty Tricks in der Rhetorik erkennen und durchkreuzen

Geschickte Rhetoriker*innen manipulieren andere Menschen mit sprachlichen Kniffen und verschaffen sich so Vorteile auf deren Kosten. Meist ohne dass es bemerkt wird, führen sie ihre Opfer aufs Glatteis oder ziehen sie über den Tisch. Wie funktioniert das? Nach dem Kurs wissen Sie um die häufigsten sprachlichen Manipulationsstrategien und können so Ihr Unterbewusstsein davor schützen. Überdies haben Sie einige Abwehrstrategien zur Hand, um „schwarze Rhetorik“ schachmatt zu setzen. Inhalte: Manipulation mit Emotionen und Bedürfnissen, Kampf mit nonverbalen Mitteln, Führen mit Fragen, u.a.

H21-5C410

13.11.21

1x Sa, 09:00 - 16:00 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

43,20 € / 36,80 €

Ulrike Wolf



Kommt da nicht ein Komma hin?

Richtig gesetzte Satzzeichen sind für Leser*innen eine unverzichtbare Hilfe, um den Sinn von Texten schnell und richtig zu erfassen. In der deutschen Sprache ist die Zeichensetzung weitgehend grammatisch begründet. Allerdings können Schreibende die Satzzeichen auch zur feineren Schattierung ihrer Gedanken verwenden. Deshalb können die Regeln an dieser Stelle nicht mit der Strenge und Ausschließlichkeit gehandhabt werden, die den Regeln der Rechtschreibung zukommt. Anhand vieler Übungen üben und festigen Sie die Kommaregeln und weitere Regeln der Zeichensetzung.

Schwerpunkte:

- gelockerte Kommasetzung nach der Rechtschreibreform
- das „gefühlte Komma“ und die wichtigsten Kommaregeln im Überblick
- weitere Satzzeichen: Semikolon, Punkt, Doppelpunkt, Bindestrich und Apostroph
- Satzzeichen in anderer Verwendung

H21-5C500

13.11.21

1x Sa, 09:00 - 15:00 Uhr

7 U-Std, VHS im Bildungsforum

37,80 € / 32,20 €

Katja Thal



Smartphone-Basiswissen 1: Geräteaufbau, Telefonie und E-Mail

In diesem Kurs erlernen Sie die grundlegende Bedienung Ihres Smartphones. Nach dem Kurs können Sie eigene Einstellungen vornehmen und per Telefonie oder Textnachrichten kommunizieren.

Inhalt:

- Geräteaufbau, Tasten, Navigations-Begriffe, Einstellungen
- Telefonieren und Kontakte verwalten
- Datenvolumen, WLAN, Internet
- Texteingabe, SMS und E-Mail
- Termine verwalten (Kalender)

Bitte bringen Sie zum Kurs Ihr betriebsbereites und aufgeladenes Android-Smartphone mit. Ein eingerichtetes Konto auf Ihrem Smartphone ist von Vorteil, aber nicht zwingend erforderlich.

H21-5D100

25.10.21 – 27.10.21

1x Mo, 09:30 - 12:00 Uhr, 1x Mi, 09:30 - 12:00 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,40 € / 27,60 €

David Hable

W22-5D100

24.01.22 – 26.01.22

1x Mo, 09:30 - 12:00 Uhr, 1x Mi, 09:30 - 12:00 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,40 € / 27,60 €

David Hable

F22-5D100

02.05.22 – 04.05.22

1x Mo, 09:30 - 12:00 Uhr, 1x Mi, 09:30 - 12:00 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,40 € / 27,60 €

David Hable

Smartphone-Basiswissen 2: Apps

Nach diesem Kurs wissen Sie, was eine App ist, wie Sie den Google Play-Store verwenden, wie Sie Apps suchen und diese installieren und deinstallieren.

Weitere Inhalte:

- Symbole verschieben
- Kennenlernen einiger Apps, wie z.B. Google-Maps oder Taschenrechner
- Google, Browser und Google-Suche
- Speicherbedarf, Speicherplatz, Speichererweiterung
- Dateien und Zugriff auf Dateien
- grundlegende Fragen zur Datensicherheit

Bitte bringen Sie zum Kurs Ihr betriebsbereites und aufgeladenes Android-Smartphone mit. Der Umgang mit Ihrem Gerät, das Telefonieren, SMS und E-Mail stellen für Sie kein Problem dar.

H21-5D105

15.11.21 – 17.11.21

1x Mo, 09:30 - 12:00 Uhr, 1x Mi, 09:30 - 12:00 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,40 € / 27,60 €

David Hable

W22-5D105

21.02.22 – 23.02.22

1x Mo, 09:30 - 12:00 Uhr, 1x Mi, 09:30 - 12:00 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,40 € / 27,60 €

David Hable

F22-5D105

16.05.22 – 18.05.22

1x Mo, 09:30 - 12:00 Uhr, 1x Mi, 09:30 - 12:00 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,40 € / 27,60 €

David Hable



SMARTPHONE

Smartphone-Basiswissen 3: Fotos und Daten

In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit der Bedienung der internen Kamera und dem Umgang mit Fotos, Musik und Videos.

Inhalt:

- Bilder und Videos mit der internen Kamera aufnehmen
- Dateien per EMail versenden
- Radio und Musik hören
- Videos z.B. aus TVMediatheken oder YouTube anschauen
- Fragen zu Speicherplatz, Sicherheit und Urheberrecht
- kostenlose Sound und Bilderquellen

Bitte bringen Sie Ihr betriebsbereites und aufgeladenes Android-Smartphone mit. Die Bedienung Ihres Gerätes, das Telefonieren, SMS und E-Mail stellen für Sie kein Problem dar.

H21-5D110

06.12.21 – 08.12.21

1x Mo, 09:30 - 12:00 Uhr, 1x Mi, 09:30 - 12:00 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,40 € / 27,60 €

David Hable

W22-5D110

14.03.22 – 16.03.22

1x Mo, 09:30 - 12:00 Uhr, 1x Mi, 09:30 - 12:00 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,40 € / 27,60 €

David Hable

F22-5D110

30.05.22 – 01.06.22

1x Mo, 09:30 - 12:00 Uhr, 1x Mi, 09:30 - 12:00 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,40 € / 27,60 €

David Hable





PC-Kurs für Einsteiger und Wiedereinsteiger 1

Aller Anfang ist schwer, aber es ist nie zu spät. In diesem Computerkurs beginnen Sie bei Null. Wir beschäftigen uns mit den verschiedenen Komponenten des Computers: Monitor, Tastatur und Maus. Nach dem Einschalten des PCs und Starten des Betriebssystems erkunden wir den Desktop - die Bedienoberfläche des PCs. Wir starten verschiedene Programme, die das Betriebssystem zur Verfügung stellt und schauen uns an, was diese können. Die Seminare sind einzeln buchbar, es wird jedoch empfohlen die Seminarreihe 1-3 komplett zu buchen.

Voraussetzungen: keine

H21-5D200

03.11.21 – 17.11.21

3x Mi, 15:00 - 17:30 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

55,60 € / 48,50 €

Bernd Kröger

PC-Kurs für Einsteiger und Wiedereinsteiger 2

Erste Schritte sind getan, und nun geht es weiter mit dem Kennenlernen des PCs und seines Betriebssystems. Wir nehmen Einstellungen vor und passen den PC unseren Bedürfnissen und der Hardware an. Wie stellt man die Auflösung des Monitors so ein, dass die Hardware optimal genutzt wird? Welche Einstellungen kann ich für die Maus vornehmen? Solche und ähnliche Fragen werden behandelt. Außerdem: Wie speichert man Daten auf dem PC? Wie legt man Ordner an? Wie verwaltet man seine Daten? Die Seminare sind einzeln buchbar, es wird jedoch empfohlen, die Seminarreihe 1-3 komplett zu buchen.

Voraussetzungen: Kenntnisse im Umgang mit Tastatur und Maus.

W22-5D205

16.02.22 – 02.03.22

3x Mi, 15:00 - 17:30 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

55,60 € / 48,50 €

Bernd Kröger

PC-Kurs für Einsteiger und Wiedereinsteiger 3

Auch in diesem Teil des Kurses geht es um Programme, die das Betriebssystem zur Verfügung stellt. Wir betrachten die verschiedenen Speichermedien wie USB-Stick, Festplatte und Wechselmedien. Sie lernen, wie man die verschiedenen Dateitypen bestimmten Programmen zuordnen kann und wie man Dateipfade anlegt und verwaltet. Datensicherheit durch Sicherheitskopien und die Sortierung von Bildersammlungen und anderen Dateien sind weitere Themen des Kurses.

Voraussetzungen: Windows-Kenntnisse

F22-5D210

27.04.22 – 11.05.22

3x Mi, 15:00 - 17:30 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

55,60 € / 48,50 €

Bernd Kröger

PC-Grundkurs kompakt

Sie haben sich einen neuen Computer gekauft und brauchen dafür eine persönliche Anleitung? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Sie lernen den Computer, die Tastatur, den Monitor und die Maus kennen. Nach dem Anschalten machen wir gemeinsam die ersten Schritte, nehmen persönliche Einstellungen vor und üben den Umgang mit Maus und Tastatur. Nach den technischen Basics folgt das Kennenlernen der wichtigsten Programme. Wir erstellen einfache Briefe und klären zudem, wie und wo man diese Dateien abspeichert bzw. die Daten verwaltet. Selbstverständlich widmen wir uns auch dem Speichern und Sortieren von Fotos und erstellen für diese wichtigen Erinnerungen Sicherheitskopien auf externen Medien. Am letzten Termin schreiben und versenden wir E-Mails und unternehmen eine erste Reise ins Internet.

Es werden keine Computerkenntnisse vorausgesetzt.

W22-5D215

18.02.22 – 04.03.22

3x Fr, 17:00 - 20:15 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

71,80 € / 62,30 €

Gregor Mair

F22-5D215

17.06.22 – 01.07.22

3x Fr, 17:00 - 20:15 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

71,80 € / 62,30 €

Gregor Mair



Tastschreiben am PC

Es beeindruckt Sie, wenn jemand auf der Tastatur schreiben kann, ohne dabei auf die Tasten zu sehen? Dann versuchen Sie es doch auch! Unterrichtsmaterialien sind ein PC-Schreibprogramm und ein Lehrbuch, das von der VHS zur Verfügung gestellt wird. Nach fünf Wochen Training sind Sie fit. Neben der Teilnahmebescheinigung können Sie auch eine Leistungsbescheinigung erhalten.

W22-5D225

08.02.22 – 10.03.22

5x Di, 5x Do, 18:00 - 20:30 Uhr
30 U-Std, VHS im Bildungsforum
169,00 € / 145,20 €
Brigitte Malich

Tastschreiben am PC kompakt

Bildungsfreistellung

Ob im Studium, im Beruf oder privat: Wer richtig und schnell tippen kann, hat es einfach leichter, mit dem PC umzugehen. In diesem Sommer-Crashkurs erlernen Sie in kurzer Zeit das 10-Finger-Blindschreiben einschließlich einiger grundlegender Funktionen der Textverarbeitung mit Word sowie der Briefgestaltung nach der DIN 5008.

Das benötigte Übungsbuch kostet 10,00 Euro und ist am ersten Kurstag bei der Kursleiterin zu erwerben.

S22-5D230B

22.08.22 – 26.08.22

5 Tage 09:00 - 14:15 Uhr
30 U-Std, VHS im Bildungsforum
190,00 € / keine Ermäßigung
Doris Katanic

Windows 10 für Umsteiger*innen

Dieser Kurs wendet sich an alle, die mit einer älteren Windows-Version vertraut sind und die Neuerungen von Windows 10 kennenlernen und ausprobieren möchten. Kursinhalt: Neuerungen im Überblick, das Startmenü und Info-Center, Arbeiten mit Apps, Kacheln und Kachelgruppen, Arbeiten mit mehreren Desktops, dem Explorer und der Suchleiste, definieren von Standard-Apps und Sprunglisten, Tastenkombinationen, Tipps und Tricks zur Verwaltung und Konfiguration, Systemeinstellungen, neue Zusatzprogramme und Funktionen (Edge, Cortana etc.).

Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse

H21-5D235

24.11.21 – 01.12.21

2x Mi, 18:00 - 20:30 Uhr
6 U-Std, VHS im Bildungsforum
32,40 € / 27,60 €
Gregor Mair

W22-5D235

16.03.22 – 23.03.22

2x Mi, 18:00 - 20:30 Uhr
6 U-Std, VHS im Bildungsforum
32,40 € / 27,60 €
Gregor Mair





Digitale Selbstverteidigung: Wirksame Tricks zum Schutz Ihrer Privatsphäre

Es reicht! Windows 10 liest Ihre Tastatureingaben mit, Shops erkennen aus Ihrem Einkaufsverhalten Ihre Lebenssituation. Datenstaubsauger wie Google, Twitter, Facebook, Deutsche Post & Co. greifen ungefragt nach jeder persönlichen Information, die sie bekommen können - und wir machen es ihnen ungewollt besonders einfach. Untereinander verknüpft zu „Big Data“ ergeben diese ein fast lückenloses Persönlichkeitsprofil, das mehr über Sie verrät, als Sie ahnen. Sehen Sie, was man heute bereits aus kleinsten Datenspuren ablesen kann. Erkennen Sie, dass „Ich habe nichts zu verbergen“ schlicht falsch ist und sich schlimmstenfalls gegen Sie wendet. Erfahren Sie, dass Sie etwas dagegen tun können! Hier lernen Sie, welche zum Teil verblüffend einfachen Maßnahmen es den Datenkraken richtig schwermachen und wie Sie effektiv Ihre Privatsphäre schützen können. Neben Vorführungen erhalten Sie eine umfassende Sammlung wertvoller Links, die Sie sicher weiterführen.

H21-5D255

29.10.21

1x Fr, 17:00 - 20:15 Uhr
4 U-Std, VHS im Bildungsforum
20,40 € / keine Ermäßigung
Matthias Ristow

F22-5D255

29.04.22

1x Fr, 17:00 - 20:15 Uhr
4 U-Std, VHS im Bildungsforum
20,40 € / keine Ermäßigung
Matthias Ristow

Soziale Netzwerke - Spaß und Kommunikation

Das Teilen, Liken, Posten, Chatten ist für fast alle Jugendlichen Alltag. Immer mehr Eltern und Großeltern wollen, um mit den Kids kommunizieren zu können oder informiert zu bleiben, ebenfalls in den sozialen Netzwerken online sein. Technisches Verständnis wird dafür nicht gebraucht, aber ein paar Grundregeln sollten bekannt sein. Sie erhalten Zahlen und Trends der sozialen Netzwerke und bekommen einen Überblick über die Vor- und Nachteile der beliebtesten Kanäle. Was gehört auf Facebook, Twitter & Co. und was nicht? Sie lernen, wie Sie eigene Profile anlegen und einrichten, Inhalte posten, lesen und chatten sowie Ihre Privatsphäre schützen. Rechtliche Hinweise runden den Workshop ab.

H21-5D280

20.11.21

1x Sa, 10:00 - 15:00 Uhr
6 U-Std, VHS im Bildungsforum
32,40 € / 27,60 €
Nicole Wundrich

IT- Sicherheit: Herausforderungen für Wissenschaft und Gesellschaft

(((•))) Vortrag im Live-Stream

Der technologische Wandel war und ist ein stetiger Begleiter des Menschen. Doch noch nie war der Wandel so rasant, absolut und durchdringend wie heute. Die zunehmende Bedeutung digitaler Dienste und Anwendungen wirft Fragen zu deren Vertrauenswürdigkeit und Sicherheit auf. Gleichzeitig fordert der technische Fortschritt, beispielsweise in Form von Künstlicher Intelligenz oder Quantencomputern, etablierte Methoden der Cybersicherheit immer wieder aufs Neue heraus. Cyberangriffe werden immer häufiger zu Herausforderung für Wirtschaft und Gesellschaft. Welchen Beitrag zu mehr Sicherheit kann jeder einzelne leisten?

Claudia Eckert ist Professorin für IT-Sicherheit an der TU München und geschäftsführende Leiterin des Fraunhofer-Instituts für Angewandte und Integrierte Sicherheit AISEC in München.

IDie Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.

H21-5A001D

21.09.21

1x Di, 19:30 - 21:00 Uhr
2 U-Std, Live-Stream
entgeltfrei
Prof. Dr. Claudia Eckert



Weiterbildung in Kooperation mit der IHK Potsdam



Das Qualifizierungskonzept entspricht den Vorgaben bundeseinheitlicher IHK-Qualitätsstandards im Rahmen der Marke „IHK Weiterbildung“.

Die Volkshochschule Potsdam bietet mit dieser Bildungskooperation ein IHK-Zertifikat an, das Sie erhalten, wenn Sie die Teilnahme an mindestens 50 Unterrichtsstunden aus den nachfolgenden Kursen nachweisen.

Effizientes Arbeiten im Büro mit Office 2019

Bildungsfreistellung

In einer intensiven Woche lernen Sie das ganze Office-Paket kennen und nutzen. Sie erhalten außer Grundlagen viele Tipps für einen robusten und effizienten Office-Alltag. Die Themen:

Word:

- Zeichen- und Absatz-Formatierung
- effiziente Nutzung von Formatvorlagen
- Dokumentvorlagen
- Einfügen externer Inhalte (Bilder & Texte)
- Tabulatoren und Tabellen - auch zur Gestaltung komplizierter Layouts
- Arbeiten mit großen Dateien

H21-5D500B

01.11.21 – 05.11.21

5 Tage 09:00 - 14:15 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

David Hable

W22-5D500B

14.02.22 – 18.02.22

5 Tage 09:00 - 14:15 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

David Hable

F22-5D500B

09.05.22 – 13.05.22

5 Tage 09:00 - 14:15 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

David Hable

S22-5D500B

29.08.22 – 02.09.22

5 Tage 09:00 - 14:15 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

190,00 € / keine Ermäßigung

David Hable

Excel:

- alltagssichere und professionelle Tabellen anlegen
- Listen-Eingabe
- Tricks und Tipps zu Zahlenformaten
- Einsatz relativer und absoluter Adressierung
- wichtige Funktionen (Mathematik, Text, WENN-Funktion usw.)
- Sortieren & Filtern
- Auswahl und Erstellung passender Diagramme

PowerPoint:

- Sofort-Erstellung einer Dia-Schau
- Designs und Layouts als Grundlage wirkungsvoller Präsentationen
- Einfügen und Animation von Text und Objekten
- mühelos Organigramme und ansprechende Grafiken erstellen
- wahrnehmungspsychologische Grundlagen und professionelle Vortragstechniken

Voraussetzung: EDV-Grundkenntnisse



Word effizienter nutzen - Tabellen und Formulare

Sie arbeiten schon mit Tabellen in Word und möchten nun Formulare erstellen, in denen Ihre Kolleg*innen oder Kund*innen aus einer Liste Daten auswählen können oder nur bestimmte Felder ausfüllen dürfen? In dieser Veranstaltung erlernen Sie die Gestaltung solcher Formulare, das Erstellen geschützter Bereiche und die Absicherung der Formulare durch Kennwörter.

W22-5D510

11.03.22

1x Fr, 17:00 - 20:15 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

20,40 € / keine Ermäßigung

Gregor Mair

Word effizienter nutzen - Serienbriefe

Mit dieser Wordfunktion erstellen Sie professionelle Serienbriefe und verwenden Adressenlisten aus Outlook, Excel, Access oder anderen Datenquellen zur Adressierung. Ebenfalls erlernen Sie das Erstellen von Serien-E-Mails, Etiketten, Umschlägen oder Adressverzeichnissen.

H21-5D520

12.11.21

1x Fr, 17:00 - 20:15 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

20,40 € / keine Ermäßigung

Gregor Mair

Microsoft Office 2019 Excel - Grundwissen

Bildungsfreistellung

- Inhalte dieses Kurses sind:
- Daten eingeben, verändern und löschen
- Eingabe wiederholen/automatisieren
- Formatieren von Zellen, Zeilen, Spalten und Zahlen
- Zeilen und Spalten einfügen, löschen, verschieben, kopieren, ein- und ausblenden
- Arbeiten mit Tabellen (Teilen, Ausschnitte, fixieren, Titel, Kommentare)
- Kalkulationsfunktionen (wichtige Alltagsformeln)

Voraussetzung: EDV-Grundkenntnisse

H21-5D530B

02.12.21 – 03.12.21

Do, Fr, 09:00 - 16:15 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

104,60 € / keine Ermäßigung

David Hable

W22-5D530B

03.03.22 – 04.03.22

Do, Fr, 09:00 - 16:15 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

104,60 € / keine Ermäßigung

David Hable

F22-5D530B

02.06.22 – 03.06.22

Do, Fr, 09:00 - 16:15 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

104,60 € / keine Ermäßigung

David Hable

S22-5D530B

14.07.22 – 15.07.22

Do, Fr, 09:00 - 16:15 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

104,60 € / keine Ermäßigung

David Hable

Excel - Auswertung großer Datenmengen

Bildungsfreistellung

Pivot-Tabellen eignen sich hervorragend zum Filtern und Auswerten großer Datenbestände. In dieser Veranstaltung erfahren Sie, wie Pivot-Tabellen mit Excel erstellt werden und welchen Einsatzbereich sie haben.

Inhalt:

- Einsatz von Datenbank-Funktionen
- Tabellen-Funktionalität nutzen
- Pivot-Tabellen aus Excel-Daten erstellen
- Pivot-Tabellen auswerten und anpassen (u.a. Pivot-Tabellendaten gruppieren, Datenschnitte)
- PivotCharts erstellen und bearbeiten

Voraussetzung: Excel-Grundlagen

W22-5D540B

22.02.22

1x Di, 09:00 - 16:15 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

48,80 € / keine Ermäßigung

Olaf Hartmann



Excel - Lösen komplexer Aufgabenstellungen

Bildungsfreistellung

Anhand vielfältiger Beispielaufgaben erlernen Sie das effektive Arbeiten mit Excel. Sie haben die Möglichkeit, konkrete Aufgabenstellungen mitzubringen. Inhalte des Kurses sind:

- Vorgehensweise und Fehlerquellen
- effizientes Arbeiten durch sinnvollen Einsatz von Bezügen und Namen
- Logische Funktionen (WENN, UND, ODER)
- SVERWEIS, INDEX, VERGLEICH
- ZÄHLENWENN, SUMMEWENN, SUMMENPRODUKT
- Verschachtelte Formeln und Funktionen
- Zielwertsuche, Solver

Voraussetzung: Excel-Grundlagen

F22-5D550B

16.05.22 – 18.05.22

3 Tage 09:00 - 16:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / keine Ermäßigung

Olaf Hartmann

Erfolgreicher kommunizieren und planen mit Outlook

Bildungsfreistellung

Die tägliche Arbeitsorganisation im Büro ist eine der mühevollsten Angelegenheiten: Kalender mit Terminen führen, an Termine erinnert werden, Besprechungen planen, E-Mails schreiben und organisieren, Kontakte mit Telefonnummern und E-Mail-Adressen erfassen, an Aufgaben denken und sie bis zu einem bestimmten Zeitpunkt erledigen. Mit Outlook lassen sich solche Aufgaben unter einer einzigen übersichtlichen Oberfläche zusammengefasst erledigen.

Voraussetzung: EDV-Grundkenntnisse

H21-5D560B

22.11.21

1x Mo, 09:00 - 16:15 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

48,80 € / keine Ermäßigung

Thorsten Wallnig

Finden statt suchen: Digitale Fotos einfach verwalten

Sie kennen das bestimmt: „Ich benötige rasch mal alle Bilder, auf denen Jonas zu sehen ist“ oder „Irgendwo hatte ich doch ein Frühlingsbild.“ Dafür gibt es bewährte Lösungen! In diesem Einführungskurs bekommen Sie Tipps zur Organisation, Gruppierung, Archivierung, Bewertung, Sicherung und Pflege von digitalen Bildern. Sie erfahren, wie Sie einfach und unabhängig Ihre Bilder verwalten können. Einige Bildverwaltungsprogramme werden exemplarisch vorgestellt.

Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse

W22-5D560

25.03.22

1x Fr, 17:00 - 20:15 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

20,40 € / keine Ermäßigung

Mathias Männecke

PowerPoint im Beruf

Bildungsfreistellung

Sie möchten Daten und Fakten anschaulich darstellen, um Kolleg*innen von Ihren Vorschlägen zu überzeugen? In dieser Veranstaltung erfahren Sie, wie einfach eine professionell aussehende Präsentation erstellt werden kann.

Inhalt:

- die Arbeitsoberfläche von PowerPoint
- Bestandteile und Ansichten einer Präsentation
- Sofort-Erstellung einer Dia-Schau
- Designs und Layouts als Grundlage wirkungsvoller Präsentationen
- Einfügen und Animation von Text und Objekten
- Mühelos Organigramme und ansprechende Grafiken erstellen
- Wahrnehmungspsychologische Grundlagen und professionelle Vortragstechniken

Voraussetzung: EDV-Grundkenntnisse

W22-5D570B

28.03.22

1x Mo, 09:00 - 16:15 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

48,80 € / keine Ermäßigung

Thorsten Wallnig



Einführung in Linux

Mehr Freiheit, mehr Sicherheit, mehr Gelassenheit, kostenlos und anonym, ohne Viren, Würmer & Co. - so eine Welt existiert wirklich! Sie heißt Linux und ist überall dort zu finden, wo höchste Anforderungen bestehen: Auf Webservern, bei Banken, Polizei, etc. und zunehmend auch auf PCs. Linux ist einfach zu bedienen und eröffnet Ihnen den Zugang zu einer umfangreichen Welt freier Programme (und Menschen).

Folgende Themen werden behandelt:

- warum Linux?
- Versionen
- Installation
- Oberfläche
- Bedienung und Anpassung
- Laufwerke, Ordner und Dateien
- Programme
- das Terminal
- meine Daten
- Sicherheit

W22-5D610

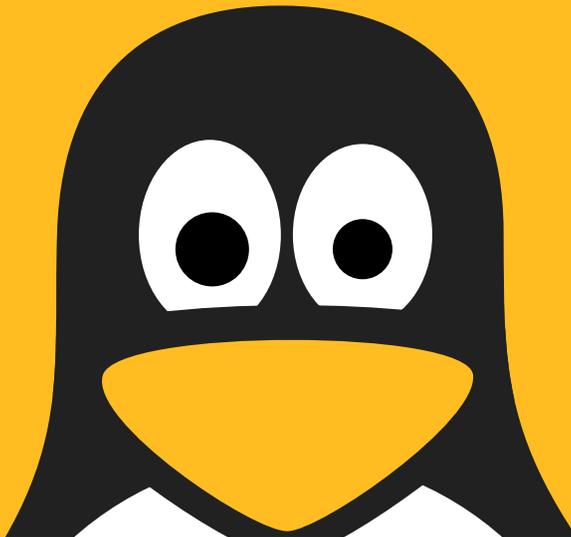
05.03.22

1x Sa, 10:00 - 16:00 Uhr

7 U-Std, VHS im Bildungsforum

42,70 € / 36,40 €

Matthias Ristow





Wie werde ich im Netz gefunden? Die Suchmaschinenoptimierung

Sie haben die erste Hürde geschafft und eine aussagekräftige, ansprechende Webseite erstellt. Nun wollen Sie natürlich auch, dass Nutzer*innen Sie im Netz finden. Mittels Suchmaschinenoptimierung (SEO) können Sie an den verschiedensten Stellschrauben drehen, um die Sichtbarkeit Ihrer Webseite zu verbessern. Was diese Stellschrauben sind und worauf Sie dabei achten müssen, lernen Sie in diesem Kurs.

Inhalt:

- Einführung in SEO
- Vermittlung von Grundlagenwissen
- die richtigen Keywords finden
- die eigene Website optimieren
- Performance messen
- kostenlose Tools

Voraussetzung: EDV-Grundkenntnisse

W22-5E005

26.02.22

1x Sa, 09:00 - 16:00 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

48,80 € / 41,60 €

Nicole Wundrich

Voraussetzungen: Sicherer Umgang mit Windows, Dateiverwaltung, Internet und Webbrowsern. Programmierkenntnisse sind vorteilhaft, aber kein Muss.

W22-5E010B

17.01.22 – 19.01.22

3 Tage 09:00 - 16:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

163,40 € / keine Ermäßigung

Anja Morsch



Social Media Marketing

Soziale Netzwerke sind aus dem digitalen Alltag nicht mehr wegzudenken. Sie sind ein wichtiger Bestandteil in der Unternehmenskommunikation geworden. Mittels Social Media Plattformen wie Facebook, Instagram, Xing und Co. können Inhalte zielgruppengerecht erstellt und verbreitet werden. In diesem Kurs lernen Sie anhand erfolgreicher Beispiele, wie Sie die richtige Plattform für Ihre Ziele auswählen und auf was Sie beim Erstellen der Inhalte achten sollten.

Inhalt:

- Was sind soziale Netzwerke?
- Auswahl des passenden Kanals
- Content-Planung
- Kommunikation mit den Nutzern
- Hashtags verstehen und richtig einsetzen
- kostenlose Tools

Voraussetzung: EDV-Grundkenntnisse

W22-5E015

18.03.22 – 19.03.22

1x Fr, 17:30 - 20:00 Uhr, 1x Sa, 10:00 - 16:00 Uhr

10 U-Std, VHS im Bildungsforum

68,00 € / 59,00 €

Nicole Wundrich

WordPress-Grundlagen. Moderne Webseite selbst erstellt

Bildungsfreistellung

Für alle, die eine Webseite mit wechselnden Inhalten benötigen: WordPress ist eines der erfolgreichsten und verbreitetsten Systeme zur Verwaltung von Web-Inhalten (CMS). Egal, ob Sie stets aktuelle Bilder zeigen, einen Blog betreiben oder Informationen zu vorher festgelegten Zeitpunkten geben möchten - WordPress erledigt dies problemlos und bietet Ihnen einen riesigen Spielraum für die Umsetzung Ihrer Ideen. Der Kurs führt Sie von der Installation über Grundlagen der Bedienung bis hin zu Administrationsaufgaben. Sie erhalten einen persönlichen Web-Account, den Sie auch nach Ende des Kurses noch weiter verwenden können. Das Angebot richtet sich an Personen, die eine eigene Website benötigen, Freelancer, Selbstständige, kleine Unternehmer*innen oder Entscheidungsträger*innen in Unternehmen, Mitarbeiter*innen in Marketing Abteilungen, sowie an alle, die WordPress kennenlernen wollen.



Photoshop Elements 1

Der Kurs richtet sich an alle, die sich intensiv mit den Möglichkeiten der digitalen Bildbearbeitung beschäftigen wollen. Wir beginnen mit den Grundlagen der Bildbearbeitung, inklusive der Handhabung von Dateien. Sie verändern die Bildgröße, korrigieren die Belichtung, den Kontrast und Farbstiche. Dabei können Sie mit Ihren eigenen Bildern arbeiten oder auf vorhandenes Bildmaterial des Kursleiters zurückgreifen. Zur Präsentation Ihrer Bilder erstellen Sie Diashows, die Sie auch im Internet zeigen können. Der Kurs beinhaltet viele Übungen, sodass wir nicht nur theoretische Kenntnisse sammeln. Sie erhalten ein ausführliches Skript als PDF-Datei zum Herunterladen aus dem Internet.

Voraussetzungen: Starten und Bedienen von Programmen unter Windows.

W22-5F000

08.03.22 – 22.03.22

3x Di, 18:30 - 20:45 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,90 € / 53,80 €

Bernd Kröger



Bildbearbeitung mit Gimp - die kostenlose Photoshop-Alternative

Nicht nur äußerlich ist Gimp seinem großen Vorbild Adobe Photoshop sehr ähnlich. Auch der Umfang an Funktionen zur Bearbeitung von Bildern ist beachtlich. Alle professionellen Techniken wie Retusche, Maskierung, Farb- und Kontrastkorrektur, Einfügen von Texten, geometrische Korrekturen, Zeichnen, die Arbeit mit Ebenen, 100 Filterfunktionen und vieles mehr stehen Ihnen kostenlos zur Verfügung. Lernen Sie dieses erstaunliche Programm kennen und gehen Sie erste Schritte in Richtung qualifizierte Bildbearbeitung.

Voraussetzung: EDV-Grundkenntnisse

W22-5F010

21.01.22 – 28.01.22

2x Fr, 17:00 - 20:15 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

43,20 € / 36,80 €

Bernd Kröger



Photoshop Elements 2

Im zweiten Teil des Bildbearbeitungskurses werden Sie Ihre Bilder nachschärfen oder weichzeichnen. Sie lernen Objekte frei zu stellen und erstellen Bildausschnitte. Verschiedene Auswahlen helfen, nur bestimmte Bildbereiche zu bearbeiten. Die Ebenen-Technik ermöglicht sehr genaue und kreative Bearbeitung von Bildern. Mit dem RAW-Konverter des Programms lassen sich Bearbeitungen auch bei gespeicherten Bildern reversibel ausführen. Sie erstellen Präsentationen für das Internet und erstellen Diashows für den Monitor. Der Kurs lässt Raum für Ihre Fragen in Sachen Bildbearbeitung und enthält viele Übungen, so dass das Gelernte sofort angewendet werden kann und besser im Gedächtnis bleibt.

Voraussetzung: Starten und Bedienen von Programmen unter Windows.

F22-5F005

17.05.22 – 07.06.22

3x Di, 18:30 - 20:45 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,90 € / 53,80 €

Bernd Kröger



Einführung in die Bildbearbeitung mit Affinity

Affinity Photo ist eine leistungsstarke Bildbearbeitungssoftware, preisgünstig und ohne Abokosten, aber mit beeindruckendem Leistungsumfang. In diesem Kurs lernen Sie nicht nur die Grundfunktionen von Affinity Photo kennen, sondern auch einige Anwendungsmöglichkeiten professioneller Bildbearbeitung, damit Ihre Bilder künftig so richtig gut zur Geltung kommen. Sie erfahren einige Tricks, wie man Fotos professionell retuschiert, Ebeneneffekte einsetzt, Bilder für die Webveröffentlichung und den Druck vorbereitet und künstlerisch verändert. Dieser Kurs wendet sich an ambitionierte Hobbyfotograf*innen und Bildgestalter*innen.

Voraussetzung: solide Computer- und Internet-Kenntnisse

H21-5F015

13.11.21

1x Sa, 10:00 - 16:00 Uhr

7 U-Std, VHS im Bildungsforum

42,70 € / 36,40 €

Irene Kind





Professionelle Grafiken mit Affinity - Grundlagen

Mit seinem beeindruckenden Funktionsumfang enthält dieses Programm einfach alles, was Sie benötigen, um professionelle Grafiken zu erstellen und spannende Layouts zu entwickeln. In diesem Kurs lernen Sie die Benutzeroberfläche von Affinity Designer von Grund auf kennen und zugleich auch wesentliche Basics professioneller Layoutgestaltung. Zum Entwickeln von Logos und digitalen Zeichnungen erfahren Sie Grundlegendes über Pixel und Vektoren, Linien und Formen zeichnen, Farbfelder und Verläufe und weitere Gestaltungsmöglichkeiten. Anhand von praxisbezogenen Arbeitsbeispielen lernen Sie sowohl die Werkzeuge und Funktionen als auch das Dokumentmanagement von Affinity Designer kennen.

Voraussetzung: solide Computer- und Internet-Kenntnisse

W22-5F020

11.02.22 – 12.02.22

1x Fr, 17:00 - 20:15 Uhr,

1x Sa, 10:00 - 16:00 Uhr

11 U-Std, VHS im Bildungsforum

74,10 € / 64,20 €

Irene Kind



Drucksachen gestalten mit Affinity Publisher - Grundlagen

Affinity Publisher ist eine Anwendung für Design und Layout, mit der sich Medien für Druck und digitale Medien gestalten und erstellen lassen. Die professionelle und dennoch preisgünstige Software ist eine gute Alternative zu Adobe Indesign. Anhand praxisnaher Beispiele bekommen Sie eine grundlegende Einführung in den Funktionsumfang des Programms. Von der Benutzeroberfläche mit ihren Werkzeugen und Fenstern bis zu Dokumentmanagement, Text und Typografie, Seitenaufbau und Einbindung von Grafiken, Tabellen und Objekten lernen Sie die grundlegenden Anwendungsmöglichkeiten mit Publisher kennen. Die Vorbereitung für die Weitergabe an die Druckerei mit den gängigen PDF Export Funktionen ermöglicht Ihnen einen reibungslosen Workflow in der Druckvorstufe und in der Endverarbeitung.

Voraussetzung: solide Computer- und Internet-Kenntnisse

F22-5F025

07.05.22

1x Sa, 10:00 - 16:00 Uhr

7 U-Std, VHS im Bildungsforum

42,70 € / 36,40 €

Irene Kind





Videos am PC bearbeiten

Sie haben viele Videos und Filme auf Ihrem Smartphone, wissen aber nicht, wie Sie diese auf Ihren PC übertragen können und wie bzw. mit welchem Programm Sie die Dateien bearbeiten können? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Sie erfahren auch, wie Sie fertige Filme sicher auf Ihrem Rechner abspeichern können und diese auch schnell wiederfinden.

F22-5D540

13.05.22 – 14.05.22

1x Fr, 18:00 - 20:30 Uhr, 1x Sa, 10:00 - 16:00 Uhr
10 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,00 € / 53,10 €

Mathias Männecke



Ein Fotobuch erstellen

Fotobücher vom Urlaub oder der Familienfeier sind die ideale Form, um unvergessliche Eindrücke wirkungsvoll und ansprechend zu präsentieren, ob als Geschenk oder zur persönlichen Erinnerung. Mit einer erprobten kostenlosen Software für Windows, Mac oder Linux wird die Verarbeitung der digitalen Fotos vorgenommen. Gemeinsam legen wir dann Schritt für Schritt ein Fotobuch an. Dabei werden auch einfache Möglichkeiten der Bildbearbeitung und -verbesserung behandelt und gezeigt, wie Bilder arrangiert und mit Texten versehen werden. Wer auf einem Datenträger eine Auswahl eigener Bilder mitbringt, kann gleich mit der Gestaltung seines persönlichen Fotobuchs beginnen.

H21-5D240

20.11.21

1x Sa, 09:00 - 16:00 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

43,20 € / 36,80 €

Mathias Männecke



Digitales Entwerfen und Planen mit Sketchup Make

Von einer Raum-Idee zum 3D-Modell! Schnelle räumliche Skizzen einfach selber erstellen, ob zum selber Einrichten, für Holzbau, für künstlerische Projekte, Events oder als erste Architekturskizzen: das Gratis-Programm Sketchup ist schnell und intuitiv zu erlernen und ein hervorragendes Werkzeug zur Präsentation von Ideen im kreativen Bereich. Eine freie Datenbank der Software bietet viele kostenlose Möbel und 3D-Modelle teils namhafter Hersteller. Aus den entstandenen Modellen lassen sich ansprechende Grafiken im skizzenhaften Stil einfach exportieren. Visualisieren sie Ihre Ideen maßstabsgerecht als Basis für Ihre Projekte. Im Einführungskurs lernen Sie die Programmoberfläche kennen und erlernen die Grundfunktionen für eigene Projekte und Modelle. Sie erhalten einen umfassenden Überblick über den Aufbau und die Möglichkeiten des Programms. Inhalte des Aufbaukurses sind das Erstellen komplexerer Geometrien, der arbeit- und zeitsparende Einsatz von Komponenten, das Verwalten von Texturen und Objekten in Bibliotheken und die Nutzung, Installation und Verwendung von Erweiterungen.

Voraussetzung: EDV Kenntnisse

→ Einführungskurs

H21-5F030

27.11.21 – 04.12.21

2x Sa, 09:00 - 16:00 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

104,60 € / 90,20 €

Birgit Stoessel

→ Aufbaukurs

W22-5F035

26.03.22 – 02.04.22

2x Sa, 09:00 - 16:00 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

104,60 € / 90,20 €

Birgit Stoessel



10-Finger-System an zwei Vormittagen

● ● ● Junge VHS (ab Klasse 7)

Wer beim Schreiben am Computer das 10-Finger-System beherrscht, ist klar im Vorteil. Mit der beschleunigten Lehr- und Lernmethode lernt Ihr in nur vier Lektionen, die komplette PC-Tastatur blind zu bedienen und Euch die Lage der Buchstaben, Zahlen und Sonderzeichen dauerhaft einzuprägen. Diese Methode basiert auf den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen der Hirnforschung. Die Tastatur wird mental über Farben und Bilder erarbeitet. Erst im letzten Teil jeder Stunde wird am PC praktisch trainiert. In kürzester Zeit erarbeitet Ihr Euch so ganz entspannt das gesamte Tastaturfeld! **Im Kursentgelt inbegriffen sind vier nützliche Lernhefte, die am ersten Kurstag ausgeteilt werden.**

W22-5D220J

01.02.22 – 02.02.22

1x Di, 09:00 - 12:15 Uhr, 1x Mi, 09:00 - 12:15 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

56,90 €

Katja Thal

S22-5D220J

18.07.22 – 19.07.22

1x Mo, 09:00 - 12:15 Uhr, 1x Di, 09:00 - 12:15 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

56,90 €

Katja Thal

Bewirb Dich kreativ

● ● ● Junge VHS (ab Klasse 9)

Du willst eine Bewerbung für einen Ausbildungsplatz oder ein Praktikum schreiben, weißt aber nicht wie? Für den Lebenslauf fallen Dir nur das Geburtsdatum und die Einschulung ein? Bislang hast Du nur Absagen bekommen und weißt nicht, woran das liegt? Dann bist Du in diesem Workshop richtig. Du erhältst Tipps und neue Ideen für einen kreativen Lebenslauf und ein überzeugendes Anschreiben, das Deine Chancen erhöht, denn professionell auf sich aufmerksam zu machen, ist gar nicht so schwer.

H21-5C205J

27.11.21

1x Sa, 11:00 - 15:30 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

21,70 €

Julia von La Chevallerie

Lampenfieber

● ● ● Junge VHS (ab Klasse 9)

Lampenfieber, die große Aufregung vor Präsentationen und Prüfungen, bereitet uns weiche Knie, feuchte oder kribbelnde Hände, glühende Wangen und führt manchmal auch zu einer kompletten Blockade. Dann geht nichts mehr. Das ultimative Mittel gegen Lampenfieber gibt es nicht. Wir können uns jedoch im Vorfeld damit auseinandersetzen und Methoden erlernen, die uns helfen, in einer Präsentation oder einer Prüfung souverän zu überzeugen. Vorbereitung ist alles und dieses Seminar hilft zu verstehen, was Lampenfieber ist, was gut daran ist und wie wir damit umgehen können, um Präsentationen und Prüfungen zu meistern.

W22-5C255J

12.03.22

1x Sa, 10:00 - 15:30 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

26,10 €

Anne Pake



Schülerreferate - erfolgreich mit PowerPoint

● ● ● Junge VHS (ab Klasse 8)

Alle erwarten, dass man tolle Präsentationen erstellen und Vorträge halten kann, aber kaum jemand sagt einem so richtig, was „toll“ ist - und wie man es macht. Was braucht eine Präsentation, damit Sie gut aussieht und begeistert? Wie ist das mit Animationen, Fotos, Videos oder Effekten? Wie kann ich in wenigen Minuten anspruchsvolle Grafiken schaffen? Welche Tricks gibt es eigentlich für einen perfekten Vortrag? Auf diese und viele weitere Fragen bekommt Ihr in diesem Kurs professionelle Antworten und eine Menge Tricks für den Schulalltag mit PowerPoint.

H21-5D260J

06.11.21

1x Sa, 10:00 - 16:00 Uhr

7 U-Std, VHS im Bildungsforum

30,50 €

Matthias Ristow

Java für Anfänger*innen - Computerprogramme selbst schreiben

● ● ● Junge VHS (10-16 Jahre)

Ob App, Spiel oder Maschine - für alles braucht man eine Programmiersprache. In diesem Kurs lernt Ihr die Werkzeuge kennen, die man benötigt, um eigene Programme zu schreiben. Wir benutzen dafür die Sprache Java, deren sprachliche Konzepte leicht auf andere Sprachen übertragbar sind (sehr ähnlich zu C#). Wir beschäftigen uns mit Datentypen, Schleifen, Fallunterscheidungen, Arrays, Listen, In-/Output, Objekte (OOP) und schreiben unsere eigenen kleinen Computerprogramme. Bei Bedarf und Zeit können auch weitere Datenstrukturen wie Bäume, Heap oder Hash betrachtet werden.

H21-5D265J

12.10.21 – 21.10.21

2x Di, 2x Do, 09:30 - 12:45 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,70 €

Gregor Mair

Fit am PC - Einführung

● ● ● Junge VHS Ferienkurs (10-12 Jahre)

In diesem Kurs erlernt Ihr spielerisch den Umgang mit dem PC und dem Betriebssystem Windows 10. Es werden Begriffe erklärt, Hintergrundbilder und Bildschirmschoner erstellt, Symbole auf dem Desktop gelegt und Verknüpfungen erstellt. Die Übungen machen wir an Schulungsrechnern der VHS. Gern könnt Ihr Euren eigenen Laptop mitbringen.

Voraussetzungen: keine

H21-5D400J

12.10.21 – 13.10.21

1x Di, 10:00 - 12:45 Uhr, 1x Mi, 10:00 - 12:45 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

26,10 €

Mathias Männecke

Fit am PC - Excel & Word für die Schule

● ● ● Junge VHS Ferienkurs (10-12 Jahre)

In diesem Kurs lernt Ihr spielerisch den Umgang mit Word und Excel. Mit der Textverarbeitung Word werden wir ansprechende Texte, mit Excel überzeugende Stundenpläne für Freizeit und Schule erstellen und gestalten. Die Übungen machen wir an Schulungsrechnern der VHS. Gern könnt Ihr Euren eigenen Laptop mitbringen.

Teilnahmevoraussetzung: Windows 10-Grundkenntnisse

H21-5D405J

19.10.21 – 20.10.21

1x Di, 10:00 - 12:45 Uhr, 1x Mi, 10:00 - 12:45 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

26,10 €

Mathias Männecke





Integration

Deutsch als
Fremdsprache





Anja Hendel
Programmbereichsleitung

0331 289-4564
anja.hendel@
rathaus.potsdam.de



Heike Dörder
Koordination Integrationskurse

0331 289-4577
heike.doerder@
rathaus.potsdam.de



N.N.
Lernwerkstatt Deutsch

0331 289-4576
vhs-deutschkurse@
rathaus.potsdam.de



Integration

INTEGRATIONS- UND BERUFS- SPRACHKURSE

Wir starten regelmäßig mit Integrationskursen (A1 - B1) und Berufssprachkursen ab B2. Außerdem führen wir Kurse C1 für Mediziner*innen zur Vorbereitung auf die Fachsprachprüfung der Ärztekammer durch. Diese Kurse werden durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) gefördert.



**Bundesamt
für Migration
und Flüchtlinge**

Für diese Kurse müssen Sie sich persönlich anmelden. Bitte vereinbaren Sie dafür telefonisch oder per Mail einen Termin.

Zum Termin bringen Sie bitte folgende Dokumente mit:

- Berechtigung oder Verpflichtung zum Kurs
- Zertifikate von Deutschprüfungen
- Pass
- Bescheide über den Erhalt von Leistungen (Jobcenter, Sozialamt, Wohngeld?)
- Ihre Bankverbindung (z.B. für die Rückzahlung von Fahrkosten nach dem Kurs)

Wir informieren Sie gern telefonisch oder per Mail über die aktuellen Kurse und Einstufungstermine.

Anja Hendel

Programmbereichsleitung
0331 289-4564

Heike Dörder

Koordination Integrationskurse
0331 289-4577

N.N.

Lernwerkstatt Deutsch
0331 289-4576

Informationen zu Kursen und Kursanmeldungen
vhs-deutschkurse@rathaus.potsdam.de



Deutsch B2 berufsbezogen

In diesem Kurs bereiten Sie sich auf die sprachlichen Anforderungen in einer Ausbildung oder im Arbeitsalltag vor. Ziel ist das Sprachniveau B2. Abhängig von der pandemischen Entwicklung kann der Unterricht in das virtuelle Klassenzimmer verlagert werden.

Nur für Teilnehmende mit einer Berechtigung vom BAMF, Jobcenter oder der Agentur für Arbeit. Selbstzahler dürfen wir leider nicht aufnehmen. Der Kurs wird gefördert vom BMAS (Bundesministerium für Arbeit und Soziales) und BAMF (Bundesamt für Migration und Flüchtlinge). Der Kurs wird voraussichtlich teilweise über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud stattfinden. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

→ B2

H21-4S410

27.09.21 – 22.02.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

80x Mo - Do, 08:30 - 13:00 Uhr
400 U-Std, VHS im Bildungsforum
928,00 € / keine Ermäßigung
Eigenanteil für Beschäftigte
Lucia Garcia Vargas

→ B2

H21-4S415

02.11.21 – 30.03.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

80x Mo - Do, 08:30 - 13:00 Uhr
400 U-Std, VHS im Bildungsforum
928,00 € / keine Ermäßigung
Eigenanteil für Beschäftigte
Stefanie Menge

Deutsch C1 berufsbezogen

Mit diesem Kurs haben Sie in 400 Unterrichtsstunden die Möglichkeit, Ihre Sprachkenntnisse bis zum Niveau C1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) zu erweitern. Sie schließen diesen Kurs mit der Sprachniveauprüfung der telc gGmbH ab.

Nur für Teilnehmende mit einer Berechtigung vom BAMF, Jobcenter oder der Agentur für Arbeit. Selbstzahler dürfen wir leider nicht aufnehmen. Der Kurs wird gefördert vom BMAS (Bundesministerium für Arbeit und Soziales) und BAMF (Bundesamt für Migration und Flüchtlinge). Pandemiebedingt ist ein Wechsel in die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud möglich. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

→ C1

H21-4S505

27.09.21 – 03.03.22

Vorkenntnisse B2 erforderlich

80x Mo, 08:30 - 13:00 Uhr
400 U-Std, VHS im Bildungsforum
928,00 € / keine Ermäßigung
Eigenanteil für Beschäftigte
Kristina Schwientek



Deutsch C1 für Mediziner*innen

Es handelt sich um das vom BAMF geförderte Spezialmodul „Akademische Heilberufe“. Der Kurs richtet sich an Migrant*innen, die im Heimatland ein Studium der Medizin abgeschlossen haben, über ein anerkanntes B2-Zertifikat verfügen und sich im beruflichen Anerkennungsverfahren befinden. Sie trainieren die Berufssprache, die Sie in Ihrem Arbeitsalltag in Klinik oder Praxis benötigen. Ziel ist das Niveau C1 sowie das Bestehen des Fachsprachtests für die Approbation.

Nur für Teilnehmende mit einer Berechtigung vom BAMF, Jobcenter oder der Agentur für Arbeit. Selbstzahler dürfen wir leider nicht aufnehmen. Der Kurs wird gefördert vom BMAS (Bundesministerium für Arbeit und Soziales) und BAMF (Bundesamt für Migration und Flüchtlinge).

→ C1

H21-4S535

21.09.21 – 19.04.22

Vorkenntnisse B2 erforderlich

120x Mo - Do, 08:30 - 13:00 Uhr
560 U-Std, VHS im Bildungsforum
1.392,00 € / keine Ermäßigung
Eigenanteil für Beschäftigte
Nicole Oppermann

Deutsch A1

Der Kurs richtet sich an alle, die zur besseren Integration in Beruf und Alltag die deutsche Sprache erlernen wollen. In einem Modul erreichen Sie die Kompetenzstufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für Sprachen (GER).

→ A1

H21-4W105

06.09.21 – 08.12.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

12x Mo, 12x Mi, 18:00 - 20:30 Uhr
69 U-Std, VHS im Bildungsforum
289,90 € / 248,50 €
Christin Scholz

→ A1

W22-4W110

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

12x Mo, 11x Di, 18:00 - 20:30 Uhr
69 U-Std, VHS im Bildungsforum
289,90 € / 248,50 €
N. N.

→ A1

F22-4W115

25.04.22 – 06.07.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

10x Mo, 11x Mi, 18:00 - 20:30 Uhr
63 U-Std, VHS im Bildungsforum
265,30 € / 227,50 €
N. N.



Deutsch A2

Der Kurs richtet sich an alle, die zur besseren Integration in Beruf und Alltag die deutsche Sprache erlernen wollen. In zwei Modulen erreichen Sie die Kompetenzstufe A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für Sprache (GER).

→ A2.1

H21-4W205

09.09.21 – 09.12.21

Vorkenntnisse A1 erforderlich

12x Do, 11x Di, 18:00 - 20:30 Uhr

69 U-Std, VHS im Bildungsforum

289,90 € / 248,50 €

Ghazaleh Satvat

→ A2.1

W22-4W209

12.01.22 – 06.04.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

12x Mi, 11x Mo, 18:00 - 20:30 Uhr

69 U-Std, VHS im Bildungsforum

289,90 € / 248,50 €

N. N.

→ A2.2

W22-4W205

13.01.22 – 07.04.22

Vorkenntnisse A2.1 erforderlich

12x Do, 11x Di, 18:00 - 20:30 Uhr

69 U-Std, VHS im Bildungsforum

289,90 € / 248,50 €

Ghazaleh Satvat

→ A2.2

F22-4W209

25.04.22 – 04.07.22

Vorkenntnisse A2.1 erforderlich

10x Mo, 10x Mi, 18:00 - 20:30 Uhr

60 U-Std, VHS im Bildungsforum

253,00 € / 217,00 €

N. N.

→ A2.2

H21-4W206

08.09.21 – 10.12.21

Vorkenntnisse A2.1 erforderlich

12x Mi, 12x Fr, 18:00 - 20:30 Uhr

72 U-Std, VHS im Bildungsforum

302,20 € / 259,00 €

Olga Leibolt

→ A2.1

F22-4W211

25.04.22 – 05.07.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

10x Mo, 11x Di, 18:00 - 20:30 Uhr

63 U-Std, VHS im Bildungsforum

265,30 € / 227,50 €

N. N.



Der persönliche Kontakt und direkte Austausch in unseren Kursen steht bei uns an allererster Stelle. Die vhs.cloud, die Lernplattform für Volkshochschulen in Deutschland, bietet, die Möglichkeit, dies in einem geschützten Raum zu vertiefen und zu ergänzen.

Greifen Sie bei Ihrem **Präsenzkurs** auf Kursmaterialien und Inhalte zu und informieren Sie sich von überall aus über das Kursgeschehen - etwa, wenn Sie auf Reisen sind.

Auch in unseren **Online-Kursen** und **Kursen mit Online-Anteilen** nutzen wir die vhs.cloud. Sie benötigen hierfür eine gute Internetverbindung sowie einen PC oder Laptop mit Kamera und Mikrofon.

Weitere Hinweise zum Thema vhs.cloud finden Sie unter [vhs.potsdam.de](https://www.vhs.potsdam.de)



Deutsch B1

Der Kurs richtet sich an alle, die zur besseren Integration in Beruf und Alltag die deutsche Sprache erlernen wollen. In zwei Modulen erreichen Sie die Kompetenzstufe B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für Sprachen (GER).

→ B1.1

H21-4W303

06.09.21 – 06.12.21

Vorkenntnisse A2.2 erforderlich

12x Mo, 11x Mi, 18:00 - 20:30 Uhr

69 U-Std, VHS im Bildungsforum

289,90 € / 248,50 €

N. N.

→ B1.2

W22-4W303

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse B1.1 erforderlich

12x Mo, 11x Mi, 18:00 - 20:30 Uhr

69 U-Std, VHS im Bildungsforum

289,90 € / 248,50 €

N. N.

→ B1.2

H21-4W306

06.09.21 – 06.12.21

Vorkenntnisse A2 erforderlich

12x Mo, 11x Di, 18:00 - 20:30 Uhr

69 U-Std, VHS im Bildungsforum

289,90 € / 248,50 €

Werner Ort

→ B1.1

W22-4W310

12.01.22 – 08.04.22

Vorkenntnisse A2.2 erforderlich

12x Mi, 12x Fr, 18:00 - 20:30 Uhr

72 U-Std, VHS im Bildungsforum

302,20 € / 259,00 €

Olga Leibolt

→ B1.2

F22-4W310

27.04.22 – 08.07.22

Vorkenntnisse B1.1 erforderlich

11x Mi, 10x Fr, 18:00 - 20:30 Uhr

63 U-Std, VHS im Bildungsforum

265,30 € / 227,50 €

Olga Leibolt

→ B1.1

F22-4W315

26.04.22 – 05.07.22

Vorkenntnisse A2.2 erforderlich

11x Di, 9x Do, 18:00 - 20:30 Uhr

60 U-Std, VHS im Bildungsforum

253,00 € / 217,00 €

Ghazaleh Satvat



Deutsch ab B1/B2 - Deutsch lernen mit Theaterstücken

Sie möchten besser Deutsch sprechen lernen? Und viele neue Wörter lernen? Mini-Auszüge aus Theaterstücken zum Thema „Lachen und Weinen“ bilden die Basis dieses Deutschkurses. Monologe und Dialoge aus verschiedenen Jahrhunderten bieten sich zum Sprechen, Erkunden und Ausprobieren an. An jedem Termin arbeiten wir mit einem anderen literarischen Text. Kurze grammatische Einheiten erleichtern das Verständnis. Ab Sprachniveau B1, Theaterkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

→ B1/B2

H21-4W325

20.09.21 – 01.11.21

Vorkenntnisse B1 erforderlich

5x Mo, 14:00 - 15:30 Uhr

10 U-Std, VHS im Bildungsforum

78,00 € / 67,50 €

Sabine Wiedemann

→ B1/B2

F22-4W325

25.04.22 – 23.05.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

5x Mo, 14:00 - 15:30 Uhr

10 U-Std, VHS im Bildungsforum

78,00 € / 67,50 €

Sabine Wiedemann

→ B1/B2

W22-4W325

17.01.22 – 21.02.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

5x Mo, 14:00 - 15:30 Uhr

10 U-Std, VHS im Bildungsforum

78,00 € / 67,50 €

Sabine Wiedemann





Deutsch B2

Der Kurs richtet sich an Berufstätige, Studierende oder Austauschschüler*innen, die zur besseren Integration in Beruf und Alltag die deutsche Sprache erlernen wollen. Nach zwei Modulen erreichen Sie die Kompetenzstufe B2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für Sprachen (GER).

→ B2.1

H21-4W401

08.09.21 – 08.12.21

Vorkenntnisse B1 erforderlich

12x Mi, 11x Mo, 18:00 - 20:30 Uhr

69 U-Std, VHS im Bildungsforum

289,90 € / 248,50 €

Marina Roncoroni

→ B2.1

W22-4W405

13.01.22 – 07.04.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

12x Do, 11x Di, 18:00 - 20:30 Uhr

69 U-Std, VHS im Bildungsforum

289,90 € / 248,50 €

N. N.

→ B2.2

W22-4W401

12.01.22 – 06.04.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

12x Mi, 11x Mo, 18:00 - 20:30 Uhr

69 U-Std, VHS im Bildungsforum

289,90 € / 248,50 €

Marina Roncoroni

→ B2.2

F22-4W405

26.04.22 – 07.07.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

11x Di, 10x Do, 18:00 - 20:30 Uhr

63 U-Std, VHS im Bildungsforum

289,90 € / 248,50 €

N. N.

→ B2.2

H21-4W404

09.09.21 – 09.12.21

Vorkenntnisse B1 erforderlich

12x Do, 11x Di, 18:00 - 20:30 Uhr

69 U-Std, VHS im Bildungsforum

289,90 € / 248,50 €

Lothar Friedrich

→ B2.1

F22-4W410

25.04.22 – 06.07.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

10x Mo, 11x Mi, 18:00 - 20:30 Uhr

63 U-Std, VHS im Bildungsforum

265,30 € / 227,50 €

N. N.



Deutsch B2 am Vormittag

Sie möchten ein Studium aufnehmen, brauchen Deutsch für Ihre Arbeit oder möchten Ihre Sprachkenntnisse auffrischen und vertiefen. Bei entsprechendem Leistungsniveau können Sie am Ende des Kurses die B2-Prüfung ablegen.

Es handelt sich um einen Kurs für Selbstzahler. Eine Förderung durch das BAMF ist hier nicht möglich.

→ B2.1

H21-4W421

20.09.21 – 08.12.21

Vorkenntnisse B1 erforderlich

10x Mo, 10x Mi, 08:30 - 12:00 Uhr

80 U-Std, VHS im Bildungsforum

335,00 € / 287,00 €

Sabine Wiedemann

→ B2.2

W22-4W421

12.01.22 – 28.03.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

10x Mi, 10x Mo, 08:30 - 12:00 Uhr

80 U-Std, VHS im Bildungsforum

335,00 € / 287,00 €

Sabine Wiedemann

→ B2.1

F22-4W421

25.04.22 – 29.06.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

9x Mo, 10x Mi, 08:30 - 12:00 Uhr

76 U-Std, VHS im Bildungsforum

318,60 € / 273,00 €

Sabine Wiedemann



Deutsch B2/C1 Grammatik praktisch - Richtig schreiben und sprechen

(((•))) Online-Kurs

In diesem Online-Kurs arbeiten Sie an Ihrer Grammatik und trainieren korrektes Schreiben und Sprechen. Sie üben nicht nur anhand von Arbeitsblättern und Lern-Apps konkrete Strukturen, sondern wenden diese in komplexen Schreib- und Sprechaufgaben an. Der Unterricht findet als Live-Seminar in der vhs.cloud statt. Sie können sich also von überall auf der Welt zuschalten. Ihre Dozentin hat jahrelange Unterrichtserfahrung (in Präsenz und online) und gibt Ihnen individuelles Feedback zu Ihren schriftlichen wie mündlichen Kenntnissen. Zusätzlich zu den drei wöchentlichen Unterrichtsstunden sollten Sie weitere drei Stunden für Ihr Selbststudium einplanen, um optimal von diesem Kurs zu profitieren. Der Kurs setzt Kenntnisse auf dem Niveau B2 voraus.

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

→ B2/C1

H21-4W423D

15.09.21 – 15.12.21

Vorkenntnisse B2 erforderlich

12x Mi, 19:00 - 21:30 Uhr

36 U-Std, vhs.cloud

221,20 € / 189,60 €

Sandra Bakker

→ B2/C1

W22-4W423D

12.01.22 – 06.04.22

Vorkenntnisse B2 erforderlich

12x Mi, 19:00 - 21:30 Uhr

36 U-Std, vhs.cloud

221,20 € / 189,60 €

Sandra Bakker

→ B2/C1

F22-4W423D

27.04.22 – 27.07.22

Vorkenntnisse B2 erforderlich

12x Mi, 19:00 - 21:30 Uhr

36 U-Std, vhs.cloud

221,20 € / 189,60 €

Sandra Bakker



Deutsch B1/B2 - Aussprache und Konversation

Durch Gespräche über interessante Themen und gezielte phonetische Übungen erweitern und verfeinern Sie Ihre Kompetenzen beim Sprechen. Im Mittelpunkt steht dabei die Aussprache: Sie werden für Klang und Rhythmus der deutschen Sprache sensibilisiert, trainieren Ihre Aussprache und Satzmelodie und können in einer kleinen Gruppe an Ihren spezifischen Ausspracheproblemen arbeiten. Die Dozentin hat Sprechwissenschaft und Phonetik studiert und verfügt über viel Unterrichtserfahrung.

→ B1/B2

H21-4W445

17.09.21 – 03.12.21

Vorkenntnisse B1 erforderlich

10x Fr, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

149,00 € / 128,00 €

Friederike Wallner-Zimmer

→ B1/B2

W22-4W445

14.01.22 – 25.03.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

10x Fr, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

149,00 € / 128,00 €

Friederike Wallner-Zimmer

→ B1/B2

F22-4W445

29.04.22 – 08.07.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

10x Fr, 17:30 - 19:00 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

149,00 € / 128,00 €

Friederike Wallner-Zimmer

Deutsch C1

Sie sind berufstätig und haben nicht viel Zeit für einen Sprachkurs? Mit diesem Kurs können Sie einmal pro Woche gemeinsam mit anderen lernen und - abhängig davon, wieviel Zeit Sie parallel investieren können - nach drei bzw. vier Modulen das Zertifikat Deutsch C1 ablegen.

→ C1.1

H21-4W505

09.09.21 – 16.12.21

Vorkenntnisse B2+ erforderlich

12x Do, 18:00 - 20:30 Uhr

36 U-Std, VHS im Bildungsforum

197,80 € / 169,70 €

Sabine Wiedemann

→ C1.2

W22-4W505

13.01.22 – 07.04.22

Vorkenntnisse C1.1 erforderlich

12x Do, 18:00 - 20:30 Uhr

36 U-Std, VHS im Bildungsforum

197,80 € / 169,70 €

Sabine Wiedemann

→ C1.3

F22-4W505

28.04.22 – 07.07.22

Vorkenntnisse C1.2 erforderlich

10x Do, 18:00 - 20:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

166,00 € / 142,60 €

Sabine Wiedemann



Deutsch C1

(((•))) Online-Kurs

Sie möchten effektiv und zeitlich flexibel Ihre Deutschkenntnisse mit dem Ziel C1 erweitern? Der Unterricht findet als Live-Seminar in der vhs.cloud statt. Sie können sich also von überall auf der Welt zuschalten.

In diesem Kurs trainieren Sie Ihre Sprachkompetenz im Lesen, Hören, Sprechen und Schreiben. Ihre Dozentin hat jahrelange Unterrichtserfahrung (in Präsenz und online) und gibt Ihnen individuelles Feedback zu Ihren schriftlichen wie mündlichen Kenntnissen. Zusätzlich zu den drei wöchentlichen Unterrichtsstunden sollten Sie weitere drei Stunden für Ihr Selbststudium einplanen, um optimal von diesem Kurs zu profitieren. Der Kurs setzt Kenntnisse auf dem Niveau B2 voraus.

Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

→ C1.3

H21-4W510D

13.09.21 – 13.12.21

Vorkenntnisse C1.1 erforderlich

12x Mo, 19:00 - 21:30 Uhr

36 U-Std, vhs.cloud

221,20 € / 189,60 €

Sandra Bakker

→ C1.1

W22-4W510D

10.01.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse B2 erforderlich

12x Mo, 19:00 - 21:30 Uhr

36 U-Std, vhs.cloud

221,20 € / 189,60 €

Sandra Bakker

→ C1.2

F22-4W510D

25.04.22 – 25.07.22

Vorkenntnisse B2 erforderlich

12x Mo, 19:00 - 21:30 Uhr

36 U-Std, vhs.cloud

221,20 € / 189,60 €

Sandra Bakker





Integrationskurs 1

Der Kurs ist Kern der staatlichen Integrationskursmaßnahmen und hat das Ziel der Vermittlung ausreichender Sprachkenntnisse zur Integration in die deutsche Gesellschaft. Er wird gefördert durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).

Der Kurs ist auch offen für Sprachinteressierte ohne Förderung.

→ Modul 2

S21-4X0022

02.08.21 – 27.08.21

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Lothar Friedrich

→ Modul 3

S21-4X0023

30.08.21 – 24.09.21

Vorkenntnisse A1 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Lothar Friedrich

→ Modul 4

H21-4X0024

27.09.21 – 29.10.21

Vorkenntnisse A2.1 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Lothar Friedrich

→ Modul 5

H21-4X0025

01.11.21 – 26.11.21

Vorkenntnisse A2 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Lothar Friedrich

→ Modul 6

H21-4X0026

29.11.21 – 05.01.22

Vorkenntnisse B1.1 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Lothar Friedrich

→ Orientierung

W22-4X0020

06.01.22 – 07.02.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Lothar Friedrich



Integrationskurs 2

Der Kurs ist Kern der staatlichen Integrationskursmaßnahmen und hat das Ziel der Vermittlung ausreichender Sprachkenntnisse zur Integration in die deutsche Gesellschaft. Er wird gefördert durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).

Der Kurs ist auch offen für Sprachinteressierte ohne Förderung.

→ Modul 1

H21-4X0051

01.09.21 – 28.09.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari

→ Modul 2

H21-4X0052

29.09.21 – 02.11.21

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari

→ Modul 3

H21-4X0053

03.11.21 – 30.11.21

Vorkenntnisse A1 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari

→ Modul 4

H21-4X0054

01.12.21 – 07.01.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari

→ Modul 5

W22-4X0055

10.01.22 – 04.02.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari

→ Modul 6

W22-4X0056

07.02.22 – 04.03.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari

→ Orientierung

W22-4X0050

07.03.22 – 04.04.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari



Integrationskurs 3

Der Kurs ist Kern der staatlichen Integrationskursmaßnahmen und hat das Ziel der Vermittlung ausreichender Sprachkenntnisse zur Integration in die deutsche Gesellschaft. Er wird gefördert durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).

Der Kurs ist auch offen für Sprachinteressierte ohne Förderung.

→ Modul 1

H21-4X0121

25.10.21 – 19.11.21

Vorkenntnisse nicht erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

N. N. / Andrea El-Messari

→ Modul 5

W22-4X0125

28.02.22 – 25.03.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

N. N. / Andrea El-Messari

→ Modul 2

H21-4X0122

22.11.21 – 17.12.21

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

N. N. / Andrea El-Messari

→ Modul 6

W22-4X0126

28.03.22 – 03.05.22

Vorkenntnisse B1.1 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

N. N. / Andrea El-Messari

→ Modul 3

W22-4X0123

03.01.22 – 28.01.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

N. N. / Andrea El-Messari

→ Orientierung

F22-4X0120

09.05.22 – 08.06.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

N. N. / Andrea El-Messari

→ Modul 4

W22-4X0124

31.01.22 – 25.02.22

Vorkenntnisse A2.1 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Andrea El-Messari / N. N.





Integrationskurs 4

Der Kurs ist Kern der staatlichen Integrationskursmaßnahmen und hat das Ziel der Vermittlung ausreichender Sprachkenntnisse zur Integration in die deutsche Gesellschaft. Er wird gefördert durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).

Der Kurs ist auch offen für Sprachinteressierte ohne Förderung.

→ Modul 1

W22-4X0151

17.01.22 – 11.02.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Lothar Friedrich

→ Modul 2

W22-4X0152

14.02.22 – 11.03.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Lothar Friedrich

→ Modul 3

W22-4X0153

14.03.22 – 08.04.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Lothar Friedrich

→ Modul 4

F22-4X0154

25.04.22 – 20.05.22

Vorkenntnisse A2.1 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Lothar Friedrich

→ Modul 5

F22-4X0155

23.05.22 – 22.06.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari

→ Modul 6

F22-4X0156

23.06.22 – 20.07.22

Vorkenntnisse B1.1 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Lothar Friedrich

→ Orientierung

S22-4X0150

10.08.22 – 06.09.22

Vorkenntnisse B1 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Lothar Friedrich





Integrationskurs 5

Der Kurs ist Kern der staatlichen Integrationskursmaßnahmen und hat das Ziel der Vermittlung ausreichender Sprachkenntnisse zur Integration in die deutsche Gesellschaft. Er wird gefördert durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).

Der Kurs ist auch offen für Sprachinteressierte ohne Förderung.

→ Modul 1

F22-4X0201

06.04.22 – 05.05.22

Vorkenntnisse nicht erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari

→ Modul 2

F22-4X0202

09.05.22 – 08.06.22

Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari

→ Modul 3

F22-4X0203

09.06.22 – 06.07.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari

→ Modul 4

S22-4X0204

25.07.22 – 19.08.22

Vorkenntnisse A1 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari

→ Modul 5

S22-4X0205

22.08.22 – 16.09.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari

→ Modul 6

H22-4X0206

19.09.22 – 17.10.22

Vorkenntnisse A2 erforderlich

20x täglich, 08:30 - 13:00 Uhr

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

407,00 € / 347,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari



DEUTSCH-TEST UND ZERTIFIKATE



Einbürgerung

Mit dem **Zertifikat Deutsch (ZD) B1** erfolgt der Nachweis der Sprachkompetenz.

Prüfungstermine: 26.11.21 / 28.01.22 / 22.04.22 / 24.06.22 / 16.09.22

Prüfungsgebühr: 148,00 € (ab 5 Teilnehmenden), Modelltest unter www.telc.net

Anmeldung: bis 7 Wochen vor der Prüfung, Mindestteilnehmerzahl 5

Der **Einbürgerungstest** überprüft staatsbürgerkundliches Grundwissen sowie Kenntnisse zu Werten unserer Verfassung.

Prüfungstermine: 24.09.21 / 19.11.21 / 21.01.22 / 25.03.22 / 17.06.22 / 23.09.22

Prüfungsgebühr: 25,00 €, Fragenkatalog im Integrationsportal unter www.bamf.de

Anmeldung: bis 5 Wochen vor der Prüfung

Deutschtest für Zuwanderer A2/B1 (DTZ) sowie Prüfungen Berufssprachkurse

Nur für vom BAMF geförderte Teilnehmende an Integrationskursen der VHS Potsdam
Die Anmeldung erfolgt im Rahmen des Kursbesuchs.

B2 – telc – Prüfung

Prüfungstermine: 10.12.21 / 09.04.22 / 08.07.22

Prüfungsgebühr: 148,00 € (ab 5 Teilnehmenden)

Anmeldung: bis 7 Wochen vor der Prüfung, zunächst nur für interne Teilnehmende

C1-telc-Prüfung

Prüfungstermine: 17.12.21 / 09.07.22

Prüfungsgebühren: 190,00 EUR (ab 5 Teilnehmenden)

Anmeldung: bis 7 Wochen vor der Prüfung, zunächst nur für interne Teilnehmende

Hochschulzugangsprüfungen

Telc C1 Hochschule

Prüfungstermine: 15.10.21 / 10.06.22

Prüfungsgebühr: 190,00 € (ab 5 Teilnehmende)

Anmeldung: bis 7 Wochen vor der Prüfung





LERNWERKSTATT DEUTSCH



Eine neue Sprache lernt man am besten im Gespräch mit anderen Menschen. Auf diesem Grundsatz beruht die Arbeit der Lernwerkstatt Deutsch, die an fünf Werktagen jeweils für 90 Minuten geöffnet ist. Das Angebot wird von der VHS koordiniert und findet in den Räumen unseres Kooperationspartners, der Stadt- und Landesbibliothek, statt. Es richtet sich an alle Migrantinnen und Migranten, die Deutsch lernen möchten - unabhängig von Aufenthaltsstatus und Vorbildung.

Das Angebot ist ein großer Erfolg, denn alle Beteiligten wissen, dass Deutschkenntnisse für eine gelingende Integration unverzichtbar sind. 2016 haben wir mit dem Projekt sogar den Weiterbildungspreis des Landes Brandenburg gewonnen und 2018 hat uns die Stadt Potsdam den Ehrenamtspreis für unser "Wirken für Demokratie, Toleranz und Integration" verliehen. Von dem Angebot profitieren nicht nur die Lernenden. Auch die ehrenamtlichen Lernbegleiter*innen empfinden den persönlichen Austausch als sehr bereichernd.

Aufgrund der Corona-Pandemie variieren die Öffnungszeiten der Lernwerkstatt. Bitte informieren Sie sich unter vhs.potsdam.de oder rufen uns an.

Kontakt:

N.N.

0331 289-4576

vhs-deutschkurse@rathaus.potsdam.de

**Helfen
macht
glücklich!**

Bei uns können Sie als ehrenamtliche Lernbegleiter*innen aktiv werden und die Arbeit in unseren offenen Lernangeboten unterstützen. Über den Zeitpunkt und Umfang Ihres Engagements entscheiden Sie selbst. Die offenen Lernangebote werden von einer Mitarbeiterin der Volkshochschule geleitet. Sie sind kostenlos und können ohne Anmeldung genutzt werden.

Lernwerkstatt Deutsch, Grundbildungszentrum

In der täglich stattfindenden Lernwerkstatt Deutsch können Migrantinnen und Migranten ihre Deutschkenntnisse verbessern. In den mehrmals wöchentlich stattfindenden Lerncafés des Grundbildungszentrums üben die Teilnehmenden das Lesen, Rechnen und Schreiben sowie Englisch und den Umgang mit dem PC. Diese Grundbildungsangebote richten sich an Erwachsene mit der Erstsprache Deutsch, die Schwierigkeiten mit dem Lesen und Schreiben haben.

Ihr Engagement

Sie unterstützen Sie die Teilnehmenden beim Lernen, beim Lesen, Sprechen und Schreiben. Da alle Lernenden individuell betreut werden, sind wir auf ehrenamtliche Unterstützung angewiesen und freuen uns immer über interessierte Lernbegleiterinnen und Lernbegleiter!

Unsere Mitarbeiter unterstützen Sie bei dieser abwechslungsreichen und erfüllenden Arbeit. Außerdem bieten wir Ihnen neben einem **regelmäßigen Austausch** auch **kostenfreie Fortbildungen** an.

Bitte informieren Sie sich auf unserer Webseite über aktuelle Termine. Gern können Sie uns auch telefonisch oder per Mail kontaktieren.



Grundbildung



Cindy Legler
Grundbildungskurse

0331 289-4588
cindy.leger@
rathaus.potsdam.de



Maria Schulze
Projektleitung GRUBISO

0331 289-6285
maria.schulze@
rathaus.potsdam.de



Nicole Hagemann
Projektleitung
Grundbildungszentrum

0331 289-4574
nicole.hagemann@
rathaus.potsdam.de



Kathrin Giersch
Projektassistentin
Grundbildungszentrum

0331 289-4574
kathrin.giersch@
rathaus.potsdam.de



Grundbildungskurse

Sie möchten besser Lesen und Schreiben lernen?

Wir helfen Ihnen dabei!

Einen Text lesen, eine Nachricht schreiben, die Grundrechenarten beherrschen oder einen Computer bedienen – all dies sind in unserer Gesellschaft unverzichtbare Fähigkeiten, im Alltag ebenso wie im Beruf. Primäre Analphabeten, also Menschen, die das Lesen und Schreiben gar nicht gelernt haben, gibt es in Deutschland kaum. Es gibt aber viele Menschen, die nur mit großen Schwierigkeiten lesen und schreiben können. Längere Texte zu verstehen oder selbst etwas fehlerfrei aufzuschreiben, ist für sie eine große Hürde. Die Kenntnisse dieser Menschen reichen für das Leben in der heutigen Gesellschaft nicht aus.

Holen Sie sich Unterstützung!

Wer diese Basiskompetenzen nicht hat, kann sich bei uns Unterstützung holen. Wir bieten kostenlose Kurse und Lerncafés an, um diese zu trainieren. Die Kurse sind mit maximal acht Lernenden sehr klein. Das ermöglicht uns eine intensive und individuelle Betreuung.

Sie sind nicht allein!

Es gibt in Deutschland rund 6,2 Millionen Erwachsene, die nicht ausreichend lesen und schreiben können. Blicken Sie nach vorn und trauen Sie sich, Ihre Fähigkeiten zu verbessern.

Das Besondere an unseren **Grundbildungskursen** ist, dass wir uns auf **jedes Niveau** einstellen können. Auch wenn Sie keine oder nur geringe Vorkenntnisse haben: Bei uns sind Sie richtig!

Alle unsere Kurse stehen unter dem Vorbehalt der Förderung und richten sich an Erwachsene ab 16 Jahren mit Wohnsitz im Land Brandenburg und Erstsprache Deutsch.

Kontakt:

Cindy Legler

Tel: 0331 289-4588

Mail: cindy.legler@rathaus.potsdam.de

Förderung der Grundbildungskurse:



Alle Kurse aus dem Bereich Grundbildung werden gefördert durch das Ministerium für Bildung, Jugend und Sport und das Ministerium der Justiz und für Europa und Verbraucherschutz aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds und des Landes Brandenburg.



Lesen und Schreiben von Anfang an

Dieser Kurs ist ein Anfängerkurs. Er richtet sich an Erwachsene ab 16 Jahren, die lernen möchten, ganze Sätze richtig zu schreiben. Sie können schon Buchstaben und einzelne Wörter schreiben. Außerdem sprechen sie Deutsch als Mutter- oder Erstsprache. Alle können in eigenem Tempo und nach eigenen Interessen lernen. Ein Kurseinstieg ist laufend möglich.

Unter dem Vorbehalt der Förderung.
Anmeldung nur nach persönlicher Beratung. Tel: 0331 289-4588, Mail: vhsinfo@rathaus.potsdam.de

→ VHS

H21-7A101

31.08.21 – 07.12.21

15x Di, 14:30 - 17:00 Uhr

45 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Gertraude Schaefer / Dr. Alexander Pirozhkov

→ Oberlin Werkstätten

H21-7A224

01.09.21 – 08.12.21

15x Mi, 09:00 - 10:30 Uhr

30 U-Std, Oberlin Werkstätten, Herrmannswerder 5

entgeltfrei

Eleonore Schwarze

→ oskar

H21-7A303

01.09.21 – 01.12.21

14x Mi, 09:30 - 11:00 Uhr

28 U-Std, oskar Begegnungszentrum,

Oskar-Meißter-Straße 4-6

entgeltfrei

Eva Krogmann

Besser lesen und schreiben

Dieser Kurs ist für Menschen, die lesen und schreiben gelernt haben, aber sehr viele Fehler machen. Sie werden individuell betreut und können ganz in ihrem Tempo und nach ihren Interessen lernen. Ein Kurseinstieg ist laufend möglich.

Unter dem Vorbehalt der Förderung.
Anmeldung nur nach persönlicher Beratung. Tel: 0331 289-4588, Mail: vhsinfo@rathaus.potsdam.de

→ Oberlin Werkstätten

H21-7A226

01.09.21 – 08.12.21

15x Mi, 11:00 - 12:30 Uhr

30 U-Std, Oberlin Werkstätten, Herrmannswerder 5

entgeltfrei

Eleonore Schwarze

→ VHS

H21-7A102

02.09.21 – 09.12.21

15x Do, 14:30 - 17:00 Uhr

45 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Dr. Alexander Pirozhkov

Lesen und Schreiben am PC

In diesem Kurs lernen Sie, Texte am Computer zu schreiben. Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt. Sie können individuell und ganz in Ihrem Tempo lernen.

Unter dem Vorbehalt der Förderung.
Anmeldung nur nach persönlicher Beratung. Tel: 0331 289-4588, Mail: vhsinfo@rathaus.potsdam.de

→ Projekthaus erlenhof 32

H21-7C102

30.08.21 – 06.12.21

15x Mo, 10:00 - 11:30 Uhr

30 U-Std, Projekthaus erlenhof 32

entgeltfrei

Mathias Männecke

→ Oberlin Werkstätten

H21-7C104

02.09.21 – 09.12.21

15x Do, 09:30 - 11:00 Uhr

30 U-Std, Oberlin Werkstätten, Herrmannswerder 5

entgeltfrei

Mathias Männecke



Einstieg ins E-Learning

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt eine Lernplattform kennen. Sie lernen:

- Was ist eine Lernplattform?
- Wie findet man sich dort zurecht?
- Wie kann man dort lernen?

Unter dem Vorbehalt der Förderung.

Anmeldung nur nach persönlicher Beratung. Tel: 0331 289-4588, Mail: vhsinfo@rathaus.potsdam.de

→ Oberlin Werkstätten

H21-7C107

02.09.21 – 09.12.21

15x Do, 11:30 - 13:00 Uhr

30 U-Std, Oberlin Werkstätten, Herrmannswerder 5
entgeltfrei

Mathias Männecke

Englisch von Anfang an

In diesem Kurs erhalten Sie erste Grundlagen in der englischen Sprache. Sie lernen auch, was englische Begriffe in unserer Alltagssprache bedeuten und wie sie verwendet werden.

Der Kurs ist für Menschen, die bisher keinen oder nur ganz wenig Kontakt mit der englischen Sprache hatten und denen das Lernen schwerfällt.

Unter dem Vorbehalt der Förderung.

Anmeldung nur nach persönlicher Beratung. Tel: 0331 289-4588, Mail: vhsinfo@rathaus.potsdam.de

→ VHS

H21-7C120

30.08.21 – 06.12.21

15x Mo, 15:00 - 16:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum
entgeltfrei

Olga Wolter

→ Oberlin Werkstätten

H21-7C121

17.09.21 – 19.11.21

10x Fr, 10:30 - 12:00 Uhr

20 U-Std, Oberlin Werkstätten, Herrmannswerder 5
entgeltfrei

Désiré Turbanisch

→ Oberlin Werkstätten

H21-7C122

17.09.21 – 19.11.21

10x Fr, 13:00 - 14:30 Uhr

20 U-Std, Oberlin Werkstätten, Herrmannswerder 5
entgeltfrei

Désiré Turbanisch



Einfach Potsdam - Stadtgeschichte einfach erklärt

In diesem Kurs wird die Geschichte von Potsdam einfach erklärt. Der Kurs ist für Erwachsene, die mehr über Potsdam lernen wollen und die lesen und schreiben üben möchten.

Unter dem Vorbehalt der Förderung.

Anmeldung nur nach persönlicher Beratung. Tel: 0331 289-4588, Mail: vhsinfo@rathaus.potsdam.de

H21-7C148

01.09.21 – 15.12.21

16x Mi, 16:30 - 18:45 Uhr

48 U-Std, VHS im Bildungsforum
entgeltfrei

Silke Kamp



GRUBISO

GRUBISO – Lerncafés am Schlaatz

GRUBISO steht für „Grundbildung im Sozialraum“. Das Projekt der VHS befindet sich im Stadtteil Schlaatz. Dort informieren, beraten und schulen wir zum Thema Alphabetisierung und Grundbildung. In unseren Lerncafés können Erwachsene Lesen, Schreiben und Rechnen üben, sich Grundkenntnisse in Englisch aneignen und am Computer trainieren.

Das Angebot ist kostenfrei. Eine Anmeldung ist nicht nötig. Gelernt wird im Zweierteam mit Lernpaten oder in kleinen Gruppen.

Das Projekt wird bis zum 31.10.2021 vom Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördert. Unsere Kooperationspartner sind die Soziale Stadt Pro Potsdam gGmbH und die Tafel Potsdam e.V.



Information und Beratung

Kommen Sie einfach im Projekthaus erlenhof 32 vorbei oder kontaktieren Sie uns, um einen Termin zu vereinbaren.

Mehr Info unter grubiso.potsdam.de

Kontakt:

Leitung

Maria Schulze
0331 289-6285
maria.schulze@rathaus.potsdam.de

Projektassistentz

Cindy Legler
0331 289-6287
cindy.legler@rathaus.potsdam.de

Päd. Mitarbeit

Pia Christ
0331 289-6286
pia.christ@rathaus.potsdam.de

Päd. Mitarbeit

(Soziale Stadt Potsdam e.V.)
Larysa Hotsur
0331 289-6287
larysa.hotsur@rathaus.potsdam.de

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung



Kostenfreie Lerncafés in Potsdam

Die kostenfreien Lerncafés stehen allen Erwachsenen mit Erstsprache Deutsch offen, die besser lesen, schreiben, rechnen und einen Computer bedienen möchten. Ehrenamtliche Lernbegleiter*innen sowie Kursleitende unterstützen Sie vor Ort. Auf Wunsch kontrollieren wir Ihre Aufgaben, üben das Lautlesen und helfen beim Schreiben von Texten.

Lerncafé Deutsch und PC an der Volkshochschule (Projekt GRUNDBILDUNGSZENTRUM)

Jeden Mittwoch, 16:00 bis 19:00 Uhr
VHS, Raum 2-11

Lerncafé Mathe an der Volkshochschule (Projekt GRUNDBILDUNGSZENTRUM)

Jeden Dienstag, 15:00 bis 17:15 Uhr
VHS, Raum 2-38

Lerncafé im Haus der Begegnung, Waldstadt (Projekt GRUNDBILDUNGSZENTRUM)

Jeden Montag 9:00 bis 12:00 Uhr
Zum Teufelssee 30, 14478 Potsdam

Lerncafé im oskar – Das Begegnungszentrum in der Gartenstadt Drewitz

(Projekt GRUNDBILDUNGSZENTRUM)

Jeden Freitag, 08:30 – 11:30 Uhr
Oskar-Meißner-Straße 4-6, 14480 Potsdam

Lerncafés der Volkshochschule im Schlaatz (Projekt GRUBISO)

- Jeden Dienstag 16:00 bis 19:00 Uhr
Projekthaus erlenhof 32
- Jeden Mittwoch, 16:00 bis 19:00 Uhr
Friedrich-Reinsch-Haus, Milanhorst 9
- Jeden Donnerstag, 09:00 bis 12:00 Uhr
Friedrich-Reinsch-Haus, Milanhorst 9



Ehrenamt Möchten Sie ehrenamtlich helfen?

Dann werden Sie Lernpatin oder
Lernpate in unseren Lerncafés.
Ihr Ehrenamt können Sie flexibel
gestalten und sich nach Ihren
zeitlichen Kapazitäten einbringen.
Melden Sie sich gerne bei uns,
auch wenn Sie Interesse an
unseren Schulungen zum Thema
haben.



Grundbildungszentrum

Das **Grundbildungszentrum der Volkshochschule** bietet Beratung, Information und Vernetzung zum Thema Alphabetisierung und Grundbildung Erwachsener.

Beratung

Wir beraten Erwachsene zu Lernangeboten in Potsdam und geben Ihnen Tipps, wie Sie auch im Internet das Lesen, Schreiben und Rechnen trainieren können.

Information / Schulungen

Wir informieren Sie zu allen Fragen rund um Lese-, Schreib- und Rechenschwierigkeiten bei Erwachsenen. Dazu bieten wir Ihnen vier kostenfreie Schulungen an:

- „Einführung in die Leichte Sprache“
- „Aufbauseminar Leichte Sprache“
- „Verwaltungstexte in Leichter Sprache“
- „Lese- und Schreibschwierigkeiten erkennen und ansprechen“

Vernetzung

Werden Sie Mitglied in unserem Netzwerk Grundbildung! Wir treffen uns zweimal im Jahr und tauschen uns zu allen Fragen der Grundbildung aus.

Lerncafés

In unseren kostenfreien Lerncafés bekommen alle Erwachsenen mit Erstsprache Deutsch, die besser lesen, schreiben, rechnen und einen Computer bedienen möchten, individuelle Unterstützung.

Kontakt:

Leitung

Nicole Hagemann
0331 289-4574
nicole.hagemann@rathaus.potsdam.de

Projektassistenz

Kathrin Giersch
0331 289-4574
kathrin.giersch@rathaus.potsdam.de

Grundbildungszentrum Potsdam
der Volkshochschule im Bildungsforum
Am Kanal 47
14467 Potsdam

Weitere Informationen finden Sie auf der Webseite
gbz.potsdam.de.



Das Grundbildungszentrum wird durch das Ministerium für Bildung, Jugend und Sport aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds und des Landes Brandenburg gefördert.



Einführung in die Leichte Sprache

(((•))) Online-Kurs

Leichte Sprache ist für Menschen mit großen Problemen beim Lesen. Das können z.B. Menschen mit Lernschwierigkeiten oder Menschen mit Lese- und Schreibschwierigkeiten sein. Leichte Sprache besteht aus einfachen, kurzen Hauptsätzen und wird durch Bilder unterstützt. In der Schulung lernen Sie die Grundlagen der Leichten Sprache kennen. In praktischen Übungen können Sie das Gelernte gleich umsetzen.

Der Kurs findet auf der datenschutzkonformen Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung, Kamera und Mikrofon. Alle nötigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

Eine Anmeldung unter gbz@rathaus.potsdam.de ist erforderlich.

→ in Zusammenarbeit mit GRUBISO

H21-70028D

24.09.21

1x Fr, 09:00 - 11:30 Uhr

3 U-Std, vhs.cloud

entgeltfrei

Larysa Hotsur

→ in Zusammenarbeit mit dem GBZ Elbe-Elster

W22-70029D

21.01.22

1x Fr, 09:00 - 11:30 Uhr

3 U-Std, vhs.cloud

entgeltfrei

Sabine Rau

→ in Zusammenarbeit mit dem GBZ Elbe-Elster

F22-70030D

06.05.22

1x Fr, 09:00 - 11:30 Uhr

3 U-Std, vhs.cloud

entgeltfrei

Sabine Rau

Einführung in die Leichte Sprache

Leichte Sprache ist für Menschen mit großen Problemen beim Lesen. Das können z.B. Menschen mit Lernschwierigkeiten oder Menschen mit Lese- und Schreibschwierigkeiten sein. Leichte Sprache besteht aus einfachen, kurzen Hauptsätzen und wird durch Bilder unterstützt. In der Schulung lernen Sie die Grundlagen der Leichten Sprache kennen. In praktischen Übungen können Sie das Gelernte gleich umsetzen.

Eine Anmeldung unter gbz@rathaus.potsdam.de ist erforderlich.

H21-70031

26.11.21

1x Fr, 09:00 - 11:30 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Nicole Hagemann

W22-70032

25.03.22

1x Fr, 09:00 - 11:30 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Nicole Hagemann

Aufbauseminar Leichte Sprache

In diesem Kurs erfahren Sie die Unterschiede zwischen Texten in Leichter und Einfacher Sprache. Das Aufbauseminar ist hauptsächlich durch praktische Übungen geprägt. Sie übertragen Texte in Leichte und Einfache Sprache und lernen mehr über die Regeln der Leichten Sprache, wie z.B. zu Zahlen, Zeichen, Bildern, Gestaltung, mündliche Sprache.

Eine Anmeldung unter gbz@rathaus.potsdam.de ist erforderlich.

H21-70033

29.10.21

1x Fr, 09:00 - 11:30 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Nicole Hagemann

F22-70034

01.06.22

1x Mi, 09:00 - 11:30 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Nicole Hagemann

Verwaltungstexte in Leichter Sprache

Leichte Sprache ist für Menschen mit großen Problemen beim Lesen. Das können z.B. Menschen mit Lernschwierigkeiten oder Menschen mit Lese- und Schreibschwierigkeiten sein. Leichte Sprache besteht aus einfachen, kurzen Hauptsätzen und wird durch Bilder unterstützt. In der Schulung lernen Sie die Grundlagen der Leichten Sprache kennen. In praktischen Übungen können Sie das Gelernte gleich umsetzen. Die Textbeispiele beziehen sich alle auf Verwaltungstexte.

Eine Anmeldung unter gbz@rathaus.potsdam.de ist erforderlich.

H21-70040

10.12.21

1x Fr, 09:00 - 11:30 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Nicole Hagemann

Lese- und Schreibschwierigkeiten erkennen und ansprechen

Über 6 Millionen Erwachsene in Deutschland können nicht ausreichend lesen und schreiben.

Wie kann das sein? Und was bedeutet das für den Alltag? Wo bekommt man Hilfe? In dieser Schulung lernen Sie, wie Sie Lese- und Schreibschwierigkeiten erkennen, ansprechen und wie Sie die Menschen unterstützen können.

Eine Anmeldung unter gbz@rathaus.potsdam.de ist erforderlich.

W22-70060

11.02.22

1x Fr, 09:00 - 11:30 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Nicole Hagemann

Vorlese-Express

Am 19.11.2021

zwischen 15:00 und 19:00 Uhr

rollt der Vorlese-Express durch Potsdam

Tram-Linie 96

Prominente lesen vor

Nähere Informationen ab Oktober auf unserer Webseite





Entgeltordnung

Entgeltordnung für die Volkshochschule im Bildungsforum der Landeshauptstadt Potsdam vom 06.05.2015

Die Stadtverordnetenversammlung der Landeshauptstadt Potsdam hat in ihrer Sitzung am 06.05.2015 folgende Entgeltordnung für die Volkshochschule im Bildungsforum beschlossen.

§ 1 - Teilnahmeberechtigung

- (1) Teilnehmende der Volkshochschule können in der Regel diejenigen werden, die das 16. Lebensjahr vollendet haben.
- (2) Über Ausnahmen entscheidet die Volkshochschule im Einvernehmen mit den Erziehungsberechtigten; sie sind in einzelnen Fällen zulässig, wenn die inhaltliche Konzeption und Durchführung der Veranstaltungen nicht beeinträchtigt wird.
- (3) In Kursen für Kinder und Jugendliche unter 16 Jahren sind die Bildungsangebote methodisch-didaktisch der Zielgruppe angepasst.

§ 2 - Entgeltpflicht

- (1) Die Teilnahme an Veranstaltungen der Volkshochschule - Kurse, Vorträge, Einzelveranstaltungen - ist entgeltpflichtig.
- (2) Ausgenommen von der Entgeltpflicht sind Fachkonferenzen, Einzelberatungen, Einstufungstests oder Veranstaltungen ähnlicher Art.

§ 3 - Zahlungsweise

- (1) Die Entgeltpflicht entsteht mit der Anmeldung zur Veranstaltung. Das Entgelt ist am Tag des Veranstaltungsbegins fällig.
- (2) Die Teilnehmenden erhalten eine Rechnung.
- (3) Es kann eine Probestunde vereinbart werden, die bei Kursbelegung kostenpflichtig ist. Das Entgelt wird in diesem Fall sofort nach der Probestunde fällig.
- (4) Stornierungen sind grundsätzlich bis 5 Werktage vor Kursbeginn möglich, sie bedürfen in jedem Fall der Schriftform. Mündliche und anderweitige Abmeldungen bei der Kursleitung sind ausgeschlossen. Nichterscheinen gilt nicht als Rücktritt vom Kurs.
- (5) Bei Einzelveranstaltungen, die zwei Unterrichtsstunden umfassen, wird das Entgelt unmittelbar vor Beginn der Veranstaltung in bar kassiert. Eine nummerierte Eintrittskarte wird den Teilnehmenden ausgehändigt.
- (6) Der Kauf eines Gutscheins ist nur gegen Bar- oder EC-Zahlung möglich.

§ 4 - Entgelthöhe, Einschreibpauschale und Prüfungsentgelt

- (1) Das Entgelt für Veranstaltungen der Volkshochschule beträgt 4,00 € pro Unterrichtsstunde (45 Minuten) als Regelsatz.
- (2) Die Volkshochschule kann vom Regelsatz abweichend – je nach Zielsetzung und Nachfrage – das Entgelt für Veranstaltungen um bis zu 100 v. H. herab- oder heraufsetzen, wenn sich in der Summe der Veranstaltungen daraus keine Mindereinnahmen ergeben.

Die Entscheidung trifft die Leitung der Volkshochschule.

- (3) Die Durchführung der Kurse steht unter dem Vorbehalt des Erreichens der Mindestteilnehmendenzahl oder einer zu erwirtschaftenden Mindesteinnahme für die jeweilige Veranstaltung (einfache Kostendeckung).
- (4) Veranstaltungen, die in Kooperation mit einem anderen Bildungsträger angeboten werden, dessen Entgeltsätze hiervon abweichen, können nach den Bestimmungen des Kooperationspartners durchgeführt werden, wenn auch die Vergütung (Honorierung der Lehrenden) nach den Richtlinien des Kooperationspartners erfolgt.
- (5) Kosten, die bei der Durchführung des Unterrichts anfallen, sind von den Teilnehmenden zusätzlich zu entrichten (Eintrittsgelder, Lehrmaterialien, Modellgelder, Prüfungsgebühren, Mietpauschale und ähnliche Kosten).
- (6) Veranstaltungen im Auftrag und auf Rechnung Dritter bleiben davon unberührt und folgen betriebswirtschaftlichen Gesichtspunkten, die zwischen den Vertragspartnern schriftlich vereinbart werden.
- (7) Für Veranstaltungen und Veranstaltungsreihen mit einem Umfang von 9 und mehr Unterrichtsstunden wird eine Einschreibpauschale in Höhe von 7,00 € erhoben, die nicht ermäßigbar ist.
- (8) Teilnahmebescheinigungen werden nur nach regelmäßigem Besuch (80 v. H. der durchgeführten Unterrichtsstunden) ausgestellt. Sie sind kostenlos.
- (9) Die Prüfungsentgelte richten sich nach den Bestimmungen der jeweiligen Prüfungseinrichtung. Bei den Zertifikaten gelten die aktuellen Gebührenregelungen der entsprechenden Institute und Verbände.

§ 5 - Ermäßigungen, Jahreskarte (VHS-Card)

(1) Ermäßigungen in Höhe von 15 v. H. erhalten bei der Anmeldung unter Vorlage entsprechender Bescheinigungen:

- a) Arbeitslose
 - b) Teilnehmende im Seniorenalter
 - c) Teilnehmende, die die Schule besuchen, und Studierende
 - d) Auszubildende, Teilnehmende während ihres Praktikums und Au-pairs
 - e) Behinderte, die erwerbsunfähig sind und eine Erwerbsunfähigkeitsrente beziehen
 - f) Einzelpersonen, soweit ihre Situation den vorher genannten Gruppen ähnelt. Die Entscheidung trifft die Leitung der Volkshochschule.
- (2) Unter Vorlage entsprechender Bescheinigungen erhalten Empfangende von Grundsicherung, von Arbeitslosengeld II sowie Asylsuchende 65 v.H. Ermäßigung.
- (3) Bei Kursen, die die Volkshochschule im Auftrag Dritter als Lizenznehmer oder –träger durchführt, gelten andere Bedingungen.
- (4) Teilnehmende, die eine VHS-Card erwerben, erhalten eine Ermäßigung in Höhe von 25 v. H.; die VHS-Card wird personengebunden ausgestellt, ist nicht übertragbar, gilt ein Jahr ab Ausstellungsdatum und kostet einmalig 50,00 €.
- (5) Doppelermäßigungen sind nur in Verbindung mit der VHS-Card möglich.
- (6) Bereits im Programm als ermäßigt gekennzeichnete Kurse (e) können durch die VHS-Card nicht weiter ermäßigt werden.
- (7) Eine nachträgliche Ermäßigung gebuchter Lehrveranstaltungen ist nicht möglich.

§ 6 - Teilbelegung von Kursen

Eine anteilige Bezahlung des Teilnehmerentgelts bei verspätetem Kurseinstieg ist nur in Ausnahmefällen nach schriftlich begründetem Antrag möglich. Die Entscheidung treffen die Programmverantwortlichen.

§ 7 - Rückzahlung

(1) Das Entgelt wird in voller Höhe erstattet, wenn die Veranstaltung nicht oder nur bis zu einem Viertel der Unterrichtsstunden durchgeführt wurde.

(2) Das Entgelt kann auf schriftlich begründeten Antrag und Vorlage entsprechender Nachweise (bis 6 Wochen nach Kursende) anteilig erstattet werden, wenn

- a) die Teilnehmenden erkrankt sind oder
- b) durch Umzug oder Beruf eine weitere Teilnahme glaubhaft verhindert wird oder
- c) eine weitere Teilnahme wegen notwendiger Änderungen der Kurszeit unzumutbar ist.

(3) Treten Teilnehmende die Veranstaltung oder den Kurs aus wichtigen persönlichen Gründen nicht an oder beenden ihn von sich aus vorzeitig, kann eine Rückzahlung nur aufgrund eines schriftlich begründeten Antrags erfolgen, der bis 6 Wochen nach Kursbeginn bzw. nach Kursabbruch zu stellen ist.

Die Entscheidung darüber trifft Leitung der Volkshochschule.

(4) Die Einschreibpauschale gemäß § 4 Absatz (7) wird in den Fällen des § 7 Absatz (2) als Verwaltungsaufwand einbehalten.

§ 8 - Sonstiges

(1) Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch bestimmte Kursleitende durchgeführt wird.

(2) Die Volkshochschule Potsdam ist berechtigt, in ihren Veranstaltungen Anwesenheitslisten zu führen. Als öffentliche Einrichtung der Landeshauptstadt Potsdam unterliegt die Volkshochschule den Bestimmungen des Datenschutzes.

(3) Änderungen der Personaldaten (Umzug, Namensänderung usw.) sind der Volkshochschule umgehend schriftlich anzuzeigen.

§ 9 - In-Kraft-Treten

Diese Entgeltordnung tritt am 01.08.2015 in Kraft. Potsdam, den 20. Mai 2015

Jann Jakobs
Oberbürgermeister

Veröffentlicht im Amtsblatt 7/2015 der Landeshauptstadt Potsdam

Notizen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Landeshauptstadt Potsdam
Volkshochschule im Bildungsforum
Am Kanal 47, 14467 Potsdam

Anmeldeformular

Kurs-Nr. * Beginn *

Kurstitel *

Teilnehmer/in

Name, Vorname * geboren *

weiblich männlich divers

Rechnungsempfänger/in

Firma / Name, Vorname *
(bei Anmeldung von Minderjährigen: Gesetzliche Vertretung / bei Anmeldung über eine Firma: Firmenname)

Rechnungsanschrift

Straße, Haus-Nr. *

PLZ, Ort *

Kontaktdaten

Telefon / Mobil *

E-Mail *

* = Pflichtfelder

Ich möchte über Veranstaltungsangebote der VHS informiert werden

Hinweise:

- Das Ausfüllen des Formulars ist eine verbindliche Anmeldung. Sie erhalten in Kürze hierzu eine Rechnung (nicht bei entgeltfreien Kursen).
- Bei Anspruch auf Ermäßigung (außer bei Anmeldung eines Kindes durch dessen gesetzliche Vertretung), z.B. bei Schülern, Studierenden, ALG-Empfängern, Senioren usw., bitte den Nachweis in Kopie beilegen. Eine nachträgliche Berücksichtigung ist nicht möglich!
Die von Ihnen eingereichten Unterlagen werden nach Einsicht anschließend vernichtet. Bitte nehmen Sie eine Schwärzung aller nicht erforderlichen Daten vor dem Einreichen der Nachweise vor.

Mit meiner Unterschrift stimme ich – bis auf Widerruf – der Speicherung und Weiterverarbeitung der personenbezogenen Daten gemäß der Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) zu, einschließlich der Kopien, die ich ggf. für die Anmeldung abgegeben habe. Die Volkshochschule garantiert, dass die Daten allein für technisch-organisatorische Zwecke (Anmeldeverfahren, Rechnungslegung, Abrechnung u. ä.) verwendet und keinem Dritten zugänglich gemacht, überlassen oder verkauft werden.

Datum

Unterschrift **Rechnungsempfänger/in**

Unterschrift **Teilnehmer/in**
bzw. gesetzlicher Vertreter/in
(falls abweichend von Rechnungsempfänger/in)



Impressum

- Herausgeber:** Landeshauptstadt Potsdam
Der Oberbürgermeister
Volkshochschule im Bildungsforum
- Verantwortlich:** Dr. Myrtan Xhyra
- Redaktion:** Maren Herbst, VHS-Team
- Technische Betreuung:** Matthias Ristow
- Gesamtgestaltung:** ARIAS DIGITAL Carlos Arturo Arias Enciso (www.ariasdigital.de)
- Titelgestaltung:** ARIAS DIGITAL
- Druck:** Druckerei Arnold, Großbeeren (www.arnoldgroup.de)
- Auflage:** 7.000 auf chlorfrei gebleichtem Papier

Irrtümer, Druckfehler und technische Änderungen vorbehalten



Bildnachweis

S. 8: B. Kröger, S.9: A. Weile, S. 14/15 vhs. wissen live, S.20/21: Filmmuseum Potsdam, S. 34: B. Plathe/LHP, S. 48: VHS, S. 64: C. Herbst, S. 69: M. Zimmermann, S.76 A. Fuss, S. 85: VHS, S. 106: C. Homann/LHP, S. 247: LHP

Alle anderen sind lizenziert durch Adobe Stock, Envato Elements, Fotolia, privat oder VHS Potsdam oder unterliegen CC0 1.0 Universell Public Domain Dedication (Pixabay, Wikipedia etc.)



Liebe Freundinnen und Freunde der Weiterbildung,

ich freue mich sehr, dass es in Potsdam so viele Menschen gibt, denen die Weiterbildung für alle am Herzen liegt. Der Förderverein hat sich zum Ziel gesetzt, der VHS mehr Spielraum zu geben, um Neues auszuprobieren und flexibel auf Veränderungen und Anregungen zu reagieren.

Mit Ihrer Mitgliedschaft erhalten Sie:

- regelmäßige Informationen über die Arbeit der VHS
- Einladungen zu besonderen Veranstaltungen
- die Möglichkeit, die Arbeit der VHS mit Ihren Ideen zu bereichern
- neue Kontakte zu knüpfen

Der VHS ermöglichen Sie mit Ihrer Mitgliedschaft:

- die Realisierung besonderer Einzelveranstaltungen und Projekte
- den Erhalt und die Förderung der VHS in ihrer Vielfalt
- den Erhalt und die Verbesserung der Ausstattung
- die Ermöglichung von Stipendien

Helfen Sie mit, die VHS Potsdam zu einem lebendigen Treffpunkt auszubauen!

Ich würde mich freuen, Sie bald als neues Mitglied unseres Fördervereins begrüßen zu können.

Herzlichst,
Ihr

Prof. Dr. Joachim Ludwig

Vorsitzender des Fördervereins

Prof. em. für Erwachsenen- und Weiterbildung sowie für Medienpädagogik an der Universität Potsdam

Informationen zum VHS-Förderverein:

Dr. Myrtan Xhyra
Direktor
myrtan.xhyra@rathaus.potsdam.de
Tel. 0331 289-4561

Sie möchten spenden?

Förderverein der Volkshochschule
Potsdam Steuernr.046/141/14636
BBBank eG Potsdam
IBAN: DE32 6609 0800 0005 9787 42
BIC: GENODE3333



VHS

**BILDUNGSFORUM
POTSDAM**

VHS | Volkshochschule
Am Kanal 47 | 14467 Potsdam

0331 289-4566 / 4569
vhsinfo@rathaus.potsdam.de

vhs.potsdam.de