

**vhs**



Volkshochschule  
Dreiländereck



## Programm

September 2015 bis  
Februar 2016

Löbau  
Niesky  
Weißwasser  
Zittau

[www.vhs-dle.de](http://www.vhs-dle.de)

# Impressum

VHS Dreiländereck – Programm 09/2015 - 02/2016

**Herausgeber:** VHS Dreiländereck, Geschäftsstelle Löbau  
Poststr. 8, 02708 Löbau, Tel.: 03585 4177440, Fax: 03585 4177441  
www.vhs-dle.de, info@vhs-dle.de, Redaktion: Matthias Weber (verantwortlich)

**Anzeigen:** RuV Redaktions- und Verlagsgesellschaft Neiße mbH, Neustadt 18,  
02763 Zittau, Tel.: 03583 77555873, Fax: 03583 77555855

**Grafische Umsetzung/Satz:** Dirk Kohl, WELTBUCH Verlag GmbH,  
www.weltbuch.com, weltbuch@mac.com, **Titel:** Weltbuch Verlag

**Fotos:** Weltbuch Verlag, Sächsischer Landtag, VHS DLE

**Druck:** Neue Druckhaus Dresden GmbH, www.druckhaus-dresden.de

Haftungshinweis: Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle übernehmen wir keine Haftung für eventuelle Satz- und Druckfehler, speziell bei Termin- und Preisangaben.

Die VHS bei Facebook!



Die VHS  
Dreiländereck  
wird gefördert  
durch  
das Sächsische  
Staatsministerium für Kultus  
und den  
Landkreis Görlitz



Die VHS Dreiländereck  
ist zertifiziert nach ISO 29990 und  
bietet zugelassene Weiterbildungsmaß-  
nahmen nach AZAV an.



Vorwort, Ansprechpartner 4-5  
Wegweiser Löbau 6  
Wegweiser Zittau 7  
Wegweiser Ebersbach 8  
Wegweiser Weißwasser 9  
Wegweiser Niesky 10  
Leitbild der VHS 11  
Kursanmeldungs-Coupon 27  
Bildungsfahrten im Überblick 190  
Veranstaltungsangebote 192  
Widerrufsbelehrung 193  
Allg. Geschäftsbedingungen 194-195  
Stichwortverzeichnis 196



## **POLITIK GESELLSCHAFT UMWELT** 12

Politik 12  
Recht 18  
Erziehungsfragen und Pädagogik 19  
Religion 20  
Heimatkunde 22  
Unsere grünen Seiten 22  
Genießer-Seminar 24  
Canapè – mit der Bibliothek Niesky 26



## **KULTUR UND GESTALTEN** 28

Kunst- und Kulturgeschichte 28  
Literatur 31  
Malen, Zeichnen, Drucktechniken 32  
Plastisches Gestalten 36  
Musik 38  
Tanz 39  
Medienpraxis 41  
Werken 42  
Textiles Gestalten 43  
Textilkunde, Mode, Nähen 45



## **GESUNDHEIT** 48

Entspannung 48  
Bewegung 57  
Gesundheitspflege Vorträge 67  
Fortbildung für Pflegekräfte 69  
Ernährung 70



## **SPRACHEN** 76

Prüfungsmöglichkeiten 77  
Stufenplan 78-79  
Grundbildung Deutsch/Alphabetisierung 80  
Gebärdensprache 81  
Deutsch als Fremdsprache 81  
Integrationskurse 88  
Einbürgerungstest 93  
Arabisch 94  
Englisch 95  
Französisch 110  
Italienisch 113  
Latein 114  
Polnisch 115  
Portugiesisch 118  
Russisch 118  
Spanisch 119  
Tschechisch 123  
Sorbisch 127



## **ARBEIT UND BERUF** 128

Computer-Grundkurse 129  
Computer-Aufbaukurse 133  
Betriebssysteme 135  
Office-Anwendungen 136  
Webseitengestaltung und Internet 140  
Büropraxis 142  
Bildbearbeitung, Grafik und Layout 146  
Spezialkurse 146  
Kaufmännische Praxis- und Rechnungswesen 153  
Xpert Business 154  
Techn. Grund- und Fachlehrgänge 160  
Arbeit und Gesundheit 164  
Barrierefrei – Angebot für Firmen und Institutionen 167

## **Fortbildung für Erzieherinnen in Kindergarten, Hort und Pflegenden** 170



## **SPEZIAL** 190

Volkshochschule für Menschen mit Behinderung 191

# Vorwort

VHS Dreiländereck – Programm 09/2015 - 02/2016

## *Veränderung ist das einzig Beständige* (Heraklit)

Sehr geehrte Damen und Herren,

wenn Sie nun das neue Programmheft in den Händen halten, werden Sie feststellen, dass sowohl eine gewisse Kontinuität als auch eine Reihe von Veränderungen zu verzeichnen sind.

Veränderungen gehören zu den Elementen in unserem Leben, die wir weder vermeiden noch verhindern können. Wandel bedeutet Bewegung und Leben. Kein Mensch kann sich den Abweichungen und Erneuerungen entziehen. Unsere Aufgabe kann also nur darin bestehen, mit den wechselnden Bedingungen gut umgehen zu lernen, die Fähigkeit zur Flexibilität und zur Gelassenheit zu entwickeln sowie Vertrauen in uns und in unser Leben zu gewinnen. Dann sind Veränderungen Chancen, die es zu nutzen heißt! Das gilt im Übrigen schon seit vielen Jahren für die modifizierten Schlüsselqualifikationen, die wir im Beruf und im gesellschaftlichen Alltag benötigen.

Die Industrie 4.0 und das sogenannte Internet der Dinge stellen uns heute alle vor völlig neue Herausforderungen. Gewinnen werden all diejenigen, die gut ausgebildet sind oder Möglichkeiten zur Weiterbildung haben, die flexibel, veränderungswillig sowie bereit sind, sich auf neue Techniken einzulassen. Darauf stellt sich auch die VHS mit ihren neuen Kursangeboten ein. Was bleibt, ist der soziale Kontakt, eine gute Ausgewogenheit von Bildung, Beratung und Begegnung. Diese drei Elemente sind eng miteinander verbunden. Die Volkshochschulen sind und bleiben Stätten der Begegnung und des persönlichen Austausches. Auch dann, oder gerade weil zunehmend IT-gestützte Lernformate ergänzend zu den klassischen Angeboten hinzukommen.

Was in der VHS konstant geblieben ist, das sind die vertrauten Gesichter in unseren Geschäftsstellen. Was sich geändert hat, sind teilweise neue Aufgabenzuordnungen. Damit bleibt die Volkshochschule kontinuierlich in der Fläche des Landkreises als leistungsfähige Struktur erhalten.

Und nun gilt wieder: lassen Sie sich in bewährter Weise anregen, sich weiter zu bilden und Neues zu entdecken. Viel Erfolg und Freude beim Besuch unserer Kurse und Veranstaltungen wünschen Ihnen

Matthias Weber  
und das Team der  
Volkshochschule  
Dreiländereck



**Geschäftsstelle Löbau, Poststr. 8, 02708 Löbau, Tel.: 03585 4177442, Fax: 4177441**  
**Geschäftsstelle Niesky, Görlitzer Str. 4, 02906 Niesky, Tel.: 03588 201963, Fax: 201965**  
**Geschäftsstelle Weißwasser, Jahnstr. 50, 02943 Weißwasser, Tel.: 03576 27830, Fax: 207573**  
**Geschäftsstelle Zittau, Neustadt 47, 02763 Zittau, Tel.: 03583 512205, Fax: 512206**



## Leiter der VHS

Matthias Weber  
Telefon: 03585 4177440  
matthias.weber@vhs-dle.de



## Fachbereichsleiterin Kultur und Gesundheit

Angelika Heinze  
Telefon: 03583 681258  
angelika.heinze@vhs-dle.de



## Pädagogische Mitarbeiterin Gesundheit

Gudrun Hirschmann  
Telefon: 03576 278314  
gudrun.hirschmann@  
vhs-dle.de



## Pädagogische Mitarbei- terin Kultur/kleine Galerie

Karola Petrick  
Telefon: 03576 278315  
karola.petrick@vhs-dle.de



## Fachbereichsleiter Sprachen

René Seidel  
Telefon: 03585 4177444  
Telefon: 03583 512205  
rene.seidel@vhs-dle.de



## Pädagogische Mitarbeiterin

Hannelore Richter  
Telefon: 03576 278313  
hannelore.richter@vhs-dle.de



## Fachbereichsleiterin Beruf

Anja Schmidt  
Telefon: 03585 4177443  
Telefon: 03583 512205  
anja.schmidt@vhs-dle.de



## Pädagogisch- organisatorische Mitarbeiterin

Gabriela Aust  
Telefon: 03588 201964  
gabriela.aust@vhs-dle.de



## Fachbereichsleiterin Behindertenbildung/ Erzieherfortbildung

Jeanine Schreiner  
Telefon: 03583 512205  
jeanine.schreiner@vhs-dle.de



## Verwaltungsleiterin

Griseldis Geiger  
Telefon: 03585 4177442  
griseldis.geiger@vhs-dle.de



## Mitarbeiterinnen Verwaltung

Elke Greve  
Telefon: 03588201963  
elke.greve@vhs-dle.de



Steffi Kuplent  
Telefon: 03576 278312  
steffi.kuplent@vhs-dle.de



Julia Noack  
Telefon: 03583 512205  
julia.noack@vhs-dle.de



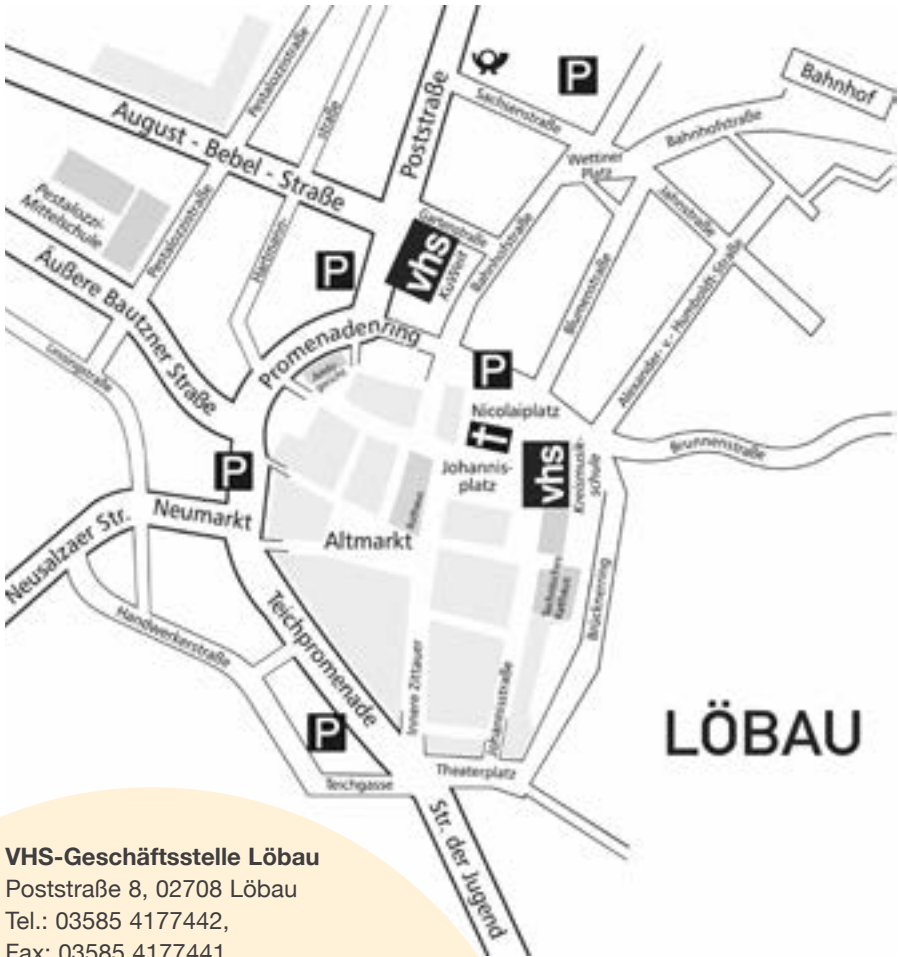
## Assistentin des VHS-Leiters

Monika Fricke  
Telefon: 03585 417718  
monika.fricke@vhs-dle.de

(Fotos: Herzog, privat)

# Wegweiser Löbau

VHS Dreiländereck – Programm 09/2015 - 02/2016



## VHS-Geschäftsstelle Löbau

Poststraße 8, 02708 Löbau

Tel.: 03585 4177442,

Fax: 03585 4177441

In den Räumen der Geschäftsstelle Löbau ist in Kooperation mit dem Kinderschutzbund Löbau während der Kurszeiten eine Kinderbetreuung möglich! Telefon: 0162 2139085

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:

Mo. - Do. 09:00 - 13:00 und 14:00 - 17:00 Uhr

Fr. 08:00 - 12:00 Uhr

Während der Schulferien in Sachsen gelten verkürzte Öffnungszeiten!



## VHS-Geschäftsstelle Zittau

Neustadt 47, 02763 Zittau

Tel.: 03583 512205, Fax: 03583 512206

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:

Mo. - Do. 09:00 - 13:00 Uhr, und

14:00 - 17:00 Uhr

Fr. 08:00 - 12:00 Uhr

Während der Schulferien in Sachsen  
gelten verkürzte Öffnungszeiten!



# Wegweiser Ebersbach

VHS Dreiländereck – Programm 09/2015 - 02/2016



**Volkshochschulhaus Ebersbach (VHH)**  
Bleichstraße 9  
02730 Ebersbach





## **VHS-Geschäftsstelle Weißwasser**

Jahnstraße 50, 02943 Weißwasser  
Tel.: 03576 2783-0, Fax: 03576 207573

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:

Mo.	09:00 bis 12:00 Uhr, und 14:00 bis 16:00 Uhr
Di., Mi. Do.	09:00 bis 12:00 Uhr, und 14:00 bis 18:00 Uhr
Fr.	09:00 bis 12:00 Uhr

Während der Schulferien in Sachsen  
gelten verkürzte Öffnungszeiten!

# Wegweiser Niesky

VHS Dreiländereck – Programm 09/2015 - 02/2016



## **VHS-Geschäftsstelle Niesky (VHS-GS)**

Görlitzer Straße 4, 02906 Niesky

Tel.: 03588 201963, Fax: 03588 201965

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:

Mo. und Mi. 09:00 bis 12:00 Uhr, und  
13:00 bis 16:00 Uhr

Di. und Do. 09:00 bis 12:00 Uhr, und  
13:00 bis 17:00 Uhr

Fr. 09:00 bis 12:00 Uhr

Während der Schulferien in Sachsen  
gelten verkürzte Öffnungszeiten!

## **1. Identität und Auftrag – wer wir sind:**

Die VHS Dreiländereck ist eine gemeinnützige und für jedermann zugängliche Weiterbildungseinrichtung des Landkreises Görlitz in Trägerschaft der Kultur- und Weiterbildungsgesellschaft mbH. Als Einrichtung in öffentlicher Verantwortung trägt sie mit Ihren Bildungsangeboten zur Sicherung, Erhaltung und Erweiterung der Lebensqualität bei. Die VHS versteht sich in ihrer langjährigen Tradition als Einrichtung der allgemeinen Erwachsenenbildung, als kulturelles Zentrum und Begegnungsstätte sowie als moderne Dienstleistungseinrichtung für die Bürgerinnen und Bürger unserer Region. Unsere Arbeit erfolgt im Verbund mit anderen Volkshochschulen, dem Sächsischen Volkshochschulverband e.V., dem Deutschen Volkshochschulverband e.V. sowie mit weiteren Bildungs- und Kultureinrichtungen.

## **2. Werte – was uns kennzeichnet:**

Die VHS verfolgt gemeinnützige Zwecke. Die Arbeit erfolgt im Sinne der freiheitlich demokratischen Grundordnung der Bundesrepublik Deutschland, unabhängig von Partei-, Glaubens- oder sonstigen Gruppeninteressen. Mit ihrer Tätigkeit trägt die VHS zur Chancengleichheit und Integration aller sozialen Gruppen bei.

## **3. KundInnen – für wen wir arbeiten:**

Die VHS orientiert sich an den Bedürfnissen und Interessen der Kunden sowie den Bedarfen in der Region, die aus aktuellen gesellschaftlichen Entwicklungen entstehen. Wir schaffen im Prozess des lebenslangen Lernens Bildungsangebote für alle Bürger der Region

- ✓ berufsbegleitend, im Arbeitsprozess
- ✓ als Ergänzung zur Ausbildung
- ✓ zur Bewahrung von Lebensfreude
- ✓ um motiviert und aktiv zu bleiben
- ✓ als Beitrag zur Gleichstellung und Inklusion
- ✓ zur Förderung des Zusammenlebens und Integration
- ✓ zur frühkindlichen Bildung sowie Bildung in Kindertagesstätten und Schulen.

Darüber hinaus unterstützen wir Unternehmen und Einrichtungen bei der Erweiterung der betrieblichen Kompetenzen.

## **4. Allgemeine Unternehmensziele – was wir wollen:**

Die VHS bereichert mit qualitativ hochwertigen und professionellen Bildungsangeboten die Lebensqualität in der Region. Wir vermitteln diejenigen Kenntnisse und Fähigkeiten, die erforderlich sind, um sich unter den gegenwärtigen und für die Zukunft zu erwartenden Lebensbedingungen in der Gesellschaft orientieren zu können.

## **5. Fähigkeiten – was wir können:**

Die VHS Dreiländereck plant, organisiert und leistet eine qualitativ anspruchsvolle und öffentlich geförderte Fort- und Weiterbildung. Unsere Angebote sind inhaltlich umfassend, vielfältig und sozial orientiert. Wir legen großen Wert auf bedarfsgerechte und lernzielangemessene Gruppengrößen sowie eine zielgruppenspezifische Methodik und Didaktik.

## **6. Leistungen – was wir anbieten:**

Das Angebotsspektrum umfasst: Kurse, Veranstaltungen, Bildungsfahrten sowie Beratung; darüber hinaus Projektarbeit und Auftragsmaßnahmen. Wir bieten anerkannte Abschlüsse und Zertifikate an.

## **7. Ressourcen - worauf wir aufbauen:**

Basis unseres Tätigwerdens sind kompetente, qualifizierte und engagierte hauptamtliche MitarbeiterInnen sowie frei- bzw. nebenberufliche KursleiterInnen. Die VHS unterhält Geschäftsstellen mit eigenen Unterrichtsräumen in Löbau, Niesky, Weißwasser und Zittau. Unsere landkreisweiten Unterrichtsstätten verfügen über moderne technische Ausstattungen, die eine optimale Nutzung der Bildungsangebote gewährleisten. Das Überprüfen unserer Arbeit erfolgt in einem ständigen Qualitätskreislauf.

## **8. Gelungenes Lernen – Lernen ist erfolgreich:**

- ✓ wenn die TeilnehmerInnen einen hohen persönlichen Nutzen und Fortschritte für die eigene Lebensgestaltung sowie die berufliche Entwicklung feststellen können
- ✓ wenn sie motiviert sind, das Lernen als wesentliches Element ihrer Lebensqualität weiterhin zu nutzen
- ✓ wenn TeilnehmerInnen im gemeinsamen Lernprozess soziale Kontakte pflegen und soziale Kompetenzen für aktives und selbstbestimmtes Handeln entwickeln können.



# POLITIK, GESELLSCHAFT UND UMWELT

## VHS: Demokratische Orte des Lernens

Die Volkshochschulen verstehen sich seit ihrer Gründung als demokratische Orte des sozialen und politischen Lernens. Ein besonderer Stellenwert kommt dabei der politischen Bildung zu, die weder Belehrung noch Parteipolitik verfolgt und die allgemeines Engagement für demokratische Werte, Menschenrechte und gegen Fundamentalismus fördert. In den angebotenen Lernräumen können Handlungskompetenzen und Reflexionsfähigkeit erfahren und entwickelt werden. Das Programmangebot des Fachbereichs „Politik – Gesellschaft – Umwelt“ ist breit angelegt und umfasst sowohl politische, soziale, ökonomische, ökologische, rechtliche als auch geschichtliche, psychologische und pädagogische Themen. Bildung für nachhaltige Entwicklung, Umweltbildung und Globales Lernen sind wesentliche gesellschaftliche Aufgaben. Die Volkshochschulen halten hier ein breites Angebot zur Information, Diskussion und zum aktiven Handeln vor. Unsere Veranstaltungen sind geprägt durch offenen Gedankenaustausch zwischen engagierten Menschen, in sachlichen und kontroversen Diskussionen, zur gemeinsamen Erarbeitung von Kenntnissen und Hintergrundinformationen, mit spannenden und kreativen Methoden.

---

## Politik

### Bildungsfahrten

#### Geschichte und Geschichten aus dem Hirschberger Tal

Tagesfahrt mit Bus: Die Fahrt führt über Görlitz, Siedlecin, Staniszow, Jagniatkow nach Lomnica. Die Reise wird von Herrn Matthias Prasse, Kulturhistoriker und Buchautor begleitet. Bitte beachten Sie, dass Mittagessen organisiert wird, aber Sie Selbstzahler sind.

Route für das Hirschberger Tal:

Weißwasser - Siedlecin (127 km)

Siedlecin - Staniszow (14 km)

Staniszow - Jagniatkow (15 km)

Jagniatkow - Lomnica (23 km)

Lomnica - Weißwasser (136 km)

#### Weißwasser 15HA1011WW

Beginn: Sonntag, 27.09.2015 Zeit: 8:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Weißwasser, Busbahnhof 8:00 Uhr, Kursleiter: Matthias Prasse, Entgelt: 52,00 €

## Oberlausitz meets Oberlausitzer - Zu Besuch im Sächsischen Landtag und Airport Dresden **NEU!**

Der heutige Sächsische Landtag trat zum ersten Mal am 27. Oktober 1990 als Landesparlament in der Bundesrepublik Deutschland zusammen. Zuvor hatte die Friedliche Revolution im Herbst 1989 den Weg zur parlamentarischen Regierungsform geebnet. Am 3. Oktober 1993 tagte der Landtag erstmals im neuen Plenarsaal. Von 1994 bis 1997 erfolgte die Umgestaltung des gesamten baulichen Ensembles, so wie wir es heute kennen.

Während unseres Besuchs im Sächsischen Landtag besteht nun die Chance, den Landtagsabgeordneten bei ihrer Tätigkeit „über die Schulter“ zu schauen. Franziska Schubert, MdL und Stephan Meyer, MdL, beides Oberlausitzer Abgeordnete, werden dabei als kompetente Ansprechpartner zur Verfügung stehen und uns mit den Besonderheiten von Sitzungs- und Ausschusswoche, Anhörungen, Wahlkreisarbeit und dem sonstigen parlamentarischen Geschäftsbetrieb vertraut machen.

Nach dem Aufenthalt im Parlament steht ein Blick hinter die Kulissen des Flughafen Dresden International auf dem Programm. Während der ca. 1,5 stündigen Tour erfahren Sie, nach einem Sicherheitscheck und Handgepäckkontrolle, alles Wissenswerte zur Geschichte und aktuellen Entwicklung des Dresdner Airports sowie zur Flugabfertigung, der Flughafenfeuerwehr und zum Flugbetrieb.

Zustiegsmöglichkeiten:

7:30 Uhr, Zittau (Bahnhof), 8:00 Uhr, Löbau (Bahnhof),

Bitte melden Sie sich bis:

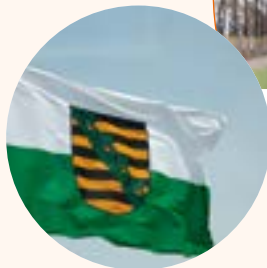
zum 16.09.2015 in den Geschäftsstellen der Volkshochschule an (begrenzte Platzzahl)!

### Zittau 15HA120EZZ

Beginn: Mittwoch, 07.10.2015,

Ort: Dresden, Kursleiter: Matthias Weber,

Entgelt: 29,00 €





## Ein Besuch im Bundestag

Die Kuppel des Reichstagsgebäudes in Berlin ist das weithin sichtbare Symbol des Deutschen Bundestages und gleichzeitig ein Besuchermagnet. Unter ihr beraten und entscheiden die Abgeordneten. Sie wollten ihnen immer schon bei der Arbeit über die Schulter sehen? Dann besteht während dieser eintägigen Bildungsfahrt die Gelegenheit dazu. Sie erfahren dabei, was die Tätigkeit eines Abgeordneten in ihrer Vielfalt zwischen Plenum, Fraktion und Ausschüssen ausmacht.



Während des Aufenthaltes stehen der Besuch einer Plenarsitzung des Bundestages (11:00 Uhr), die Begegnung und das Abgeordnetengespräch mit Thomas Jurk, MdB (12:00 Uhr), die Möglichkeit zum Besuch der Kuppel des Reichstagsgebäudes auf dem Programm.



Zustiegsmöglichkeiten: 5:30 Uhr, Zittau (Bahnhof), 6:00 Löbau (Bahnhof), 6:30 Niesky (Tankstelle an der B115), 6:50 Weißkeißel (Bushaltestelle gegenüber Autohaus Weiner). Bitte melden Sie sich bis zum 09.10.2015 in den Geschäftsstellen der Volkshochschule an (begrenzte Platzzahl).



### **Zittau 15HA120FZZ**

Beginn: Freitag, 06.11.2015, Ort: Berlin, Kursleiter: Matthias Weber, Entgelt: 15,00 €

### **Weißwasser 15HA120GWW**

Beginn: Freitag, 06.11.2015, Ort: Berlin, Kursleiter: Matthias Weber, Entgelt: 15,00 €

---

## **Themenabend: Zittau - Drehscheibe im Dreiländereck - Südöstlichste Stadt Sachsens oder Herz der Euro-Region?**

Lassen Sie uns gemeinsam mit kompetenten Gesprächspartnern diskutieren, ob und wie sich unsere Heimatregion in den vergangenen Jahren entwickelt hat. Ist uns ein Strukturwandel gelungen? Wie sicher leben wir? Haben wir mit dem Tourismus ein tragfähiges Standbein gefunden? Viele Fragen, die nach Antworten suchen.

Sie sind herzlich eingeladen, im Salzhaus in Zittau Ihre Meinungen, Ideen und Kritiken auszutauschen. Eine Veranstaltung in Kooperation mit dem Bildungswerk für Kommunalpolitik Sachsen e.V

### **Zittau 15HA120ZZZ**

Beginn: Mittwoch, 23.09.2015 Zeit: 19:00 - 21:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Veranstaltungsraum CWB, Kursleiter: Dozententeam, Entgelt: kostenlos

## Themenabend: Streitthema TTIP - Das transatlantische Freihandelsabkommen TTIP - Chance oder Risiko?

Die gegenwärtig zwischen der EU und den USA verhandelte Transatlantische Handels- und Investitionspartnerschaft (TTIP) wird in Politik und Gesellschaft äußerst kontrovers diskutiert. Eine stärkere Versachlichung der Diskussion erfordert, sowohl die Chancen als auch die Risiken transparent und richtig zu bewerten. Dabei zeigt sich: Weder sollten die Chancen auf positive Wachstums- und Beschäftigungseffekte überschätzt noch die Risiken negativer Wohlfandseffekte unterschätzt werden. Nur wenn TTIP nicht als reines Deregulierungs- und Liberalisierungsprojekt verstanden wird, sondern einen signifikanten Beitrag zur ökonomisch, ökologisch und sozial nachhaltigeren Gestaltung der internationalen Handelsordnung leistet, wird das Abkommen den Herausforderungen der ökonomischen Globalisierung im 21. Jahrhundert gerecht.

Im Rahmen dieser Veranstaltung sollen zu Beginn die Grundzüge von TTIP erläutert werden. Im Anschluss werden dann die Positionen aus der Wissenschaft und aus Unternehmenssicht in die Diskussion einbezogen.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit dem Büro Dresden der Friedrich-Ebert-Stiftung.

### Zittau 15HA1203ZZ

Beginn: Donnerstag, 12.11.2015 Zeit: 19:00 - 21:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Zittau, Christian-Weise-Bibliothek, Veranstaltungsraum, Kursleiter: Dozententeam, Entgelt: kostenlos

## Vortrag: Rückkehr der Geopolitik? Probleme der Friedenssicherung im 21. Jahrhundert

Seit den außen- und sicherheitspolitischen Konflikten, die mit der Ukraine-Krise 2014 offen ausgebrochen sind, steht die Friedensfrage wieder im Zentrum der globalen Politik. Obwohl bereits die Kriege in Jugoslawien in den 1990er Jahren und der 11. September 2001 die Aufmerksamkeit auf die wachsenden internationalen Spannungen gelenkt hatten, ist nunmehr eine Situation entstanden, die an die Konfrontation des Kalten Krieges erinnert. Anders als die damalige Bipolarität zeichnen sich heute jedoch mehrere Machtpole ab, ohne dass dies bereits seinen Niederschlag in einer multipolaren Weltordnung gefunden hat. Zudem stellen Klimawandel, knappe Ressourcen und das Krisenpotential der Finanzmärkte neue Herausforderungen an eine künftige Friedensordnung. Derzeit dominieren Versuche, diese komplexe und verwirrende Gemengelage mit einer Renaissance der Geopolitik in den Griff zu >>







bekommen. Die Veranstaltung geht der Frage nach, welchen Chancen und Gefahren ein solches Herangehen beinhaltet. Ziel ist es, die Ursachen der gegenwärtigen Verschärfung der Kriegsgefahr zu benennen, um dann Möglichkeiten der globalen Kooperation zu erkunden.

Diskussion einbezogen.



Eine Veranstaltung in Kooperation mit der Bildungsvereinigung Arbeit und Leben Sachen e.V..



### **Zittau 15HA1204ZZ**

Beginn: Donnerstag, 24.09.2015 Zeit: 18:00 - 20:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dozententeam, Entgelt: kostenlos

---



### **Vortrag: Flucht nach Europa: Das deutsche Asylsystem mit seinen täglichen Herausforderungen**



Im Vortrag liegt der Fokus zunächst allgemein auf dem deutschen Asylverfahren. Hierbei werden die typischen Stationen und Abläufe erläutert, die Asylsuchende durchlaufen müssen, bevor sie einem Landkreis/ einer kreisfreien Stadt zugewiesen werden. Unter Heranziehung verschiedener Statistiken und Zahlen wird ferner der Versuch unternommen, weitverbreite Fehlannahmen zu widerlegen, die innerhalb der deutschen Gesellschaft bezüglich der Zuwanderung von Asylsuchenden kursieren. Außerdem bietet die Referentin einen groben Überblick über die wichtigsten Aufenthaltsstatus von Asylsuchenden (z.B. Duldung) und erklärt welche Rechte und Pflichten damit verbunden sind. Der zweite Vortragsteil konzentriert sich auf die Lebenssituation Geflüchteter nach der erfolgten Zuweisung in einen Landkreis oder kreisfreie Stadt. Am Beispiel des Landkreises Leipzig wird kritisch erörtert, wie die Unterbringung, Versorgung und Betreuung von Asylsuchenden erfolgt. Weiterführend wird an einigen der für Asylsuchende bundesweit geltenden Gesetze Kritik geübt, die insbesondere die gesellschaftliche Teilhabe Geflüchteter erschweren.

Der Vortrag richtet sich an interessierte Einzelpersonen sowie an Menschen, die sich für Asylsuchende engagieren wollen oder im (Berufs-)Alltag regelmäßig Kontakt haben.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit der Bildungsvereinigung Arbeit und Leben Sachen e.V..

### **Zittau 15HA1205ZZ**

Beginn: Mittwoch, 11.11.2015 Zeit: 18:00 - 20:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dozententeam, Entgelt: kostenlos



## Vortrag: Arbeit ist das halbe Leben?!

### Tätig sein und Leben für eine zukunftsfähige humane Gesellschaft

Während die Schere zwischen Arm und Reich in Europa weiter auseinander geht, sind zugleich immer mehr Menschen von kurzfristigen und nicht existenzsichernden Arbeitsverhältnissen in der EU betroffen. Druck und Tempo nehmen ebenso wie Burnout- und Erschöpfungssymptome zu.

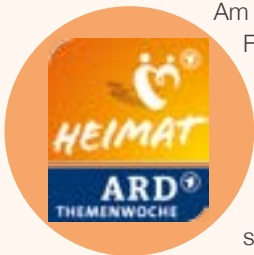
In dieser Abendveranstaltung wollen wir Zusammenhänge zwischen individueller Belastung, gesamtgesellschaftlichen Problemen und aktuellen Formen des Wirtschaftens herstellen. Es wird Zeit geben, bereits praktizierte Unternehmens-, Arbeits- und Lebensformen kennenzulernen, die das Wohlergehen der Menschen in den Mittelpunkt stellen. Wir wollen einen Raum stellen, in dem wir uns über die genannten Themen und über Fragen des Guten Lebens austauschen.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit der Bildungsvereinigung Arbeit und Leben Sachsen e.V..

#### Zittau 15HA1206ZZ

Beginn: Donnerstag, 19.11.2015 Zeit: 18:00 - 20:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dozententeam, Entgelt: kostenlos

### ARD-Themenwoche Heimat unter Federführung des SWR



Am 4. Oktober 2015 startet die ARD-Themenwoche „Heimat“ unter Federführung des Südwestrundfunks. Alle ARD-Anstalten tragen in Fernsehen, Radio und Internet mit vielfältigen Beiträgen zur öffentlichen Debatte über die „Heimat“ bei.

„Heimat“ betrifft jeden und bedeutet für jeden etwas anderes. „Heimat“ verbindet und polarisiert. Der Begriff begleitet die Menschen in Deutschland seit gut 200 Jahren, hat romantische Überhöhung überstanden und nationalistischen Missbrauch. Lange hatte die „Heimat“ ein verstaubtes Image, das von der historischen Vorbelastung und der Nachkriegszeit geprägt war. Doch in den letzten zwei Jahrzehnten hat ein erstaunlicher Wertewandel stattgefunden.

Heimat liegt im Trend und hat gerade für junge Menschen steigende Bedeutung. Heimat wird nicht mehr nur geographisch und räumlich verstanden, sondern meint auch soziale Beziehungen und emotionale Bindungen. Gerade im Zeitalter von Globalisierung, Kriegen, Flüchtlingsströmen und Ressentiments gegenüber Fremden rückt die Heimat verstärkt in den Blickpunkt der Öffentlichkeit.



## **Moderner Heimatbegriff**

Ziel der Heimat-Themenwoche ist es, Einordnung in einer globalisierten Welt zu geben. Sie soll Identität stiften angesichts komplexer werdender Anforderungen an den Einzelnen und die Gesellschaft. Sie soll dazu anregen, die Vielfalt von „Heimat“ und die damit verbundenen Lebenswirklichkeiten zu begreifen. Im Mittelpunkt der Themenwoche stehen der moderne Heimatbegriff und der implizierte Wertewandel. Die Themenwoche soll auch den Blick auf die eigene Heimat schärfen: auf das Besondere, Wertvolle und Unverwechselbare.



**ARD-Themenwoche Heimat: 4. - 10. Oktober 2015**

---



## **Recht**



### **Erbrecht**

Alles was Erb-Recht ist!



Im Kurs werden folgende Fragen besprochen: Wer ist eigentlich Erbe? Was ist unter der gesetzlichen Erbfolge zu verstehen? Wann ist es sinnvoll ein Testament zu errichten? Welche Rechtsfolgen des Testaments ergeben sich dann, welche Arten von Testamenten gibt es, was ist ein Pflichtteilsrecht?

### **Löbau 15HA1501LL**

Beginn: Dienstag, 03.11.2015 Zeit: 16:30 - 18:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Elvira Ehlemann, Entgelt: 7,50 €

### **Zittau 15HA1502ZZ**

Beginn: Mittwoch, 04.11.2015 Zeit: 16:30 - 18:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Elvira Ehlemann, Entgelt: 7,50 €

---

## **Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung**

Ein großer Teil der Bevölkerung geht immer noch davon aus, dass im Falle eines Unfalles, einer schwerwiegenden Krankheit oder einer seelischen Krise, die eigenes rechtsgeschäftliches Handeln - wie z.B. eine Wohnungsauflösung - unmöglich macht, dies doch der Angehörige tun könne. Genau das ist jedoch nach der Gesetzeslage nicht möglich. Vielmehr ist ein amtlicher Betreuer zu bestimmen. Ein Zustand, der nur durch eine Vorsorgevollmacht oder Betreuungsverfügung verändert werden kann. Da auch Ehegatten und Kinder nur mit Vollmachten für Angehörige eintreten können, empfiehlt es sich, bereits in guten Tagen für einen möglichen Ernstfall vorzusorgen. Es gibt ver-

schiedene Möglichkeiten der Vorsorge, die Vorsorgevollmacht, die Betreuungs- und Patientenverfügung. Diese werden Ihnen in diesem Vortrag erläutert.

### **Löbau 15HA1521LL**

Beginn: Dienstag, 10.11.2015 Zeit: 16:30 - 18:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Elvira Ehlemann, Entgelt: 7,50 €

### **Zittau 15HA1522ZZ**

Beginn: Mittwoch, 11.11.2015 Zeit: 16:30 - 18:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Elvira Ehlemann, Entgelt: 7,50 €

---

### **Wie komme ich an mein Geld?**

Ein Vortrag, in dem Hinweise zum Umgang mit Schuldnern sowie zur Vorgehensweise des Gläubigers gegeben werden, um an sein Geld oder an Gegenstände zu kommen bzw. bestimmte Handlungen durchzusetzen. Dabei wird u.a. auf folgende Fragen und Themen eingegangen: Was kann in meiner Wohnung gepfändet werden? Haftet ein Ehepartner auch für die Schulden des anderen? Was tun, wenn ein Mieter trotz Kündigung nicht aus der Wohnung auszieht? Wie verhalte ich mich, wenn das gekaufte und bezahlte Möbelstück nicht übergeben wird, wenn die Beseitigung von Baumängeln auf sich warten lässt oder die Beurteilung vom alten Arbeitgeber ausbleibt?

Der Referent lässt dabei seine mehr als zwanzigjährigen Erfahrungen aus der Tätigkeit als Gerichtsvollzieher einfließen.

### **Löbau 15HA1531LL**

Beginn: Montag, 05.10.2015 Zeit: 16:30 - 18:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Frank Stübner, Entgelt: 7,00 €

---

## **Erziehungsfragen/Pädagogik**

### **Denkfitness - Workshop**

#### **Erfolgsfaktor für den beruflichen Alltag und die persönliche Entwicklung**

Neues Wissen wird mit steigender Geschwindigkeit produziert und transportiert. Um im beruflichen Alltag fit und wettbewerbsfähig zu sein und zu bleiben, ist eine optimale Nutzung unseres Gedächtnisses unerlässlich, schnelles Erfassen und Merken von Daten und Fakten ist die tägliche Anforderung. Schon mit einfachen Übungen können Sie im Beruf ungeahnte Ressourcen freisetzen, Zahlen, Namen und Daten besser behalten, sich längere Zeit konzentrieren und vieles mehr. >>





Der Workshop wird mit einem hohen Praxisteil durchgeführt, lebendig und dynamisch gestaltet.

### **Weißwasser 15HA1600WW**

Beginn: Samstag, 14.11.2015 Zeit: 09:30 - 14:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: VHS WW Jahnstr. 50 Raum 3, Kursleiter: Daniela Nestler, Entgelt: 48,00 €

---



### **Starke Eltern - Starke Kinder® - Der Elternkurs des Deutschen Kinderschutzbundes**

Mehr Freude mit Kindern! Die Freude im Familienalltag kommt manchmal zu kurz, oft sind wir verunsichert oder gar gestresst, wenn es um die Kindererziehung geht. Wann gebe ich Freiheit und wann setze ich Grenzen? Wie kann ich respektvoll streiten? Was kann ich beim Wutausbruch meines Kindes tun. Der Elternkurs hilft Eltern, ihre Rolle als Erziehende wahrzunehmen. In fünf Schritten lernen Eltern, ihre Stärken bei der Erziehung ihrer Kinder auszubauen, Konflikte konstruktiv zu lösen und Freiräume für einen entspannten Familienalltag zu schaffen.



Starke Eltern - Starke Kinder® ist ein Kursangebot für alle Mütter und Väter, die mehr Leichtigkeit und zugleich mehr Sicherheit in der Erziehung erreichen möchten.



### **Zittau 15HA1700ZZ**

Beginn: Mittwoch, 14.10.2015 Zeit: 09:00 - 10:30 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: Räumlichkeiten des DKSB OV Zittau e.V., Goethestraße 02, Kursleiter: OV Zittau e.V. Deutscher Kinderschutzbund, Entgelt: 88,00 €

---

## **Religion**

### **Veranstaltungsreihe „Weltreligionen: Unsere Gesellschaft zwischen Moderne und tradiertem Glauben“ – Thema: Die „Wende“ vor 25 Jahren in der DDR und die Rolle der Kirche.**

Ist es nur „Zufall“, dass ein sächsischer Innenminister, die Bundeskanzlerin oder der Bundespräsident aus Pfarrhäusern stammen bzw. selbst Pfarrer waren, oder: wie politisch darf Kirche sein?

### **Zittau 15HA1911ZZ**

Beginn: Montag, 28.09.2015 Zeit: 18:00 - 19:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: ehem. Pf. Heinz Eggert, Oybin (angefragt), Kottmar, Entgelt: ohne

### **Thema: Weltreligionen und Flüchtlinge**

Menschen kommen in unser Land und bringen auch ihre Religion / Konfession mit: Orthodoxe und Jesiden, Sunniten und Schiiten, Hindus und Sikhs usw. Wer sieht da noch durch? Über Reibungspunkte und Chancen der Vielfalt.

### **Zittau 15HA1912ZZ**

Beginn: Montag, 26.10.2015 Zeit: 18:00 - 19:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Pf. Ansgar Schmidt, Zittau, Entgelt: unentgeltlich

---

### **Thema: Jan Hus – Vordenker der Moderne**

Als vor genau 600 Jahren Jan Hus als Ketzer verbrannt wurde, ahnte noch niemand, dass Hus zum Wegbereiter für Luther und damit für die Aufklärung und eine moderne Gesellschaft geworden ist.

### **Zittau 15HA1913ZZ**

Beginn: Montag, 30.11.2015 Zeit: 18:00 - 19:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Pf. Adam Balcar, Mittelherwigsdorf, Entgelt: unentgeltlich

---

### **Thema: Die Reformation und die Bilder**

Renaissance und Reformation schufen auch ein neues Selbstbewusstsein und Selbstverständnis des Menschen. Das drückt sich auch in den Bildern, z.B. bei Lukas Cranach oder Albrecht Dürer aus. Welchen Einfluss hatten die Gedanken der Reformation auf die Kunst?

### **Zittau 15HA1914ZZ**

Beginn: Montag, 25.01.2016 Zeit: 18:00 - 19:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Pf. Wappler, Oberseifersdorf, Entgelt: kostenlos

---





## Heimatkunde

### Eisarena im Untergrund - Führung



### Weißwasser 15HA1B01WW

Beginn: Dienstag, 13.10.2015 Zeit: 10:00 - 11:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Eisarena Weißwasser, Prof.Wagenfeld-Ring, Kursleiter: Marco Ackermann, Entgelt: 4,00 €



### Weißwasser 15HA1B02WW

Beginn: Donnerstag, 15.10.2015 Zeit: 10:00 - 11:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Eisarena Weißwasser, Prof.Wagenfeld-Ring, Kursleiter: Marco Ackermann, Entgelt: 4,00 €



### Weißwasser 15HA1B03WW

Beginn: Donnerstag, 21.01.2016 Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Eisarena Weißwasser, Prof.Wagenfeld-Ring, Kursleiter: Marco Ackermann, Entgelt: 4,00 €



### „Bad Muskau Ghostwalk“ - Geistreiche Abendführung

Wenn in Bad Muskau der Nebel aufsteigt, dann mit ihm die Geister der Vergangenheit! Entdecken Sie die schaurig „böse“ Seite der sonst so friedlich erscheinenden Kleinstadtdylle des historischen Kurortes! Wandeln Sie zwischen alten Gräbern und Schauplätzen grausiger Morde und Hinrichtungen! Lauschen Sie den Geschichten von Alchymisten und Exorzisten, sagenhaftem Spuk und echten Geistererscheinungen.

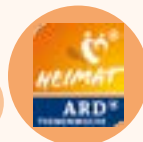


### Bad Muskau 15HA1B3ABW

Beginn: Freitag, 09.10.2015 Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Bad Muskau, Treffpunkt Maaßmannplatz (evangel. Kirche), Kursleiter: Babett Prasa, Entgelt: 6,42 €

## Unsere Grünen Seiten

### Vorbereitungskurs zur Jägerprüfung



Von Herbst 2015 bis zur Frühjahrsprüfung 2016 vermitteln unsere erfahrenen Jagd-ausbilder, einschließlich eines Berufsjägers, allen Jagdinteressierten in diesem Kurs die nötigen Kenntnisse, um die Jägerprüfung abzulegen. Zu den Themen gehören u.a. in Wildkunde, Jagdbetrieb, Jagdrecht, Jagdhundewesen, Ökologie, Waffenkunde sowie das jagdliche Schießen. Bestandteil des Lehrganges ist auch die Ausbildung in Wildhygiene und Wildverwertung. Dieser Teil entspricht der Schulung als kundige Person gemäß der Verordnung (EG) Nr. 853/2004 Anhang III, Abschnitt IV, Kapitel I, spezifische Hygienevorschriften für Lebensmittel tierischen Ursprungs.



Der Unterricht findet freitags und samstags statt. Die theoretische Ausbildung erfolgt in der VHS Geschäftsstelle Löbau, die Ausbildung im jagdlichen Schießen erfolgt auf dem Schießplatz Weigersdorf. Die Kursinhalte orientieren sich an der Verordnung des Sächsischen Staatsministeriums für Umwelt und Landwirtschaft über die Jagd vom 27.08.2012.

Komplex 1, Jagdkunde:

Tierarten, Wildbiologie, Wildökologie und Hege, Jagdbetrieb (inkl. Jagdhundewesen, Fallenjagd und Beizjagd), Wildschaden, Land- und Waldbau, Naturschutz- und Biotopfleger

Komplex 2, Waffenkunde:

Waffenrecht, Waffentechnik, Führung von Jagdwaffen (Lang- und Kurzwaffen)

Komplex 3, Verbraucherschutz:

Wildbret-Hygiene, Wildkrankheiten, Wildverwertung

Komplex 4, Recht:

Jagdrecht, Naturschutzrecht, Tierschutzrecht, weitere Rechtsgebiete (z.B. Landschaftspflegerecht)

Schießausbildung:

1. Verhalten auf dem Schießplatz, Sicherheitsbestimmungen:

2. Anschlagsarten, Ablauf, Schießtechniken:

3. praktisches Übungsschießen:

- 100 m: Anschlag sitzend aufgelegt auf DJV-Wildscheibe stehender Rehbock
- 50 m: Anschlag jagdlich stehend freihändig auf DJV-Wildscheibe laufender Keiler
- Anschlag jagdlich stehend freihändig auf Wurftauben

Jagdpraktische Ausbildung im Revier beim Lehrjäger.

Entgelt, (in Abhängigkeit von der Teilnehmerzahl):

ab 8 TN = 1.775,00 EUR, inklusive der Ausbildung im jagdlichen Schießen, DLV-Abo, Haftpflicht-Versicherung

ab 10 TN = 1.575,00 EUR, inklusive der Ausbildung im jagdlichen Schießen, DLV-Abo, Haftpflicht-Versicherung

zuzüglich: Lehrmaterial und Prüfungsgebühren der zuständigen Prüfungsbehörde Landratsa

### **Löbau 15HA1F01LL**

Beginn: Freitag, 09.10.2015 Zeit: 16:30 - 21:00 Uhr, Ort: Geschäftsstelle Löbau, wechselnde Kurstage freitags und samstags, Kursleiter: Dozententeam der Jagdausbilder, Entgelt: 1775,00 €





## **Verkehrsteilnehmerschulung: „sicher mobil“**

Eine Veranstaltungsreihe im Auftrag des Deutschen Verkehrssicherheitsrats

Das Programm „sicher mobil“ richtet sich an Verkehrsteilnehmerinnen und Verkehrsteilnehmer, die sowohl als Autofahrer, Fußgänger oder Radfahrer unterwegs und mobil sind. Sichere Mobilität fällt einem jedoch nicht einfach in den Schoß. Wer sich intensiv damit beschäftigt, offen für Neues ist und Alternativen bedenkt, hat gute Chancen dazu. Unsere Themen:

- Anforderungen an Verkehrsteilnehmer zu Fuß, mit dem Fahrrad, mit dem PKW und als Mitfahrer
- Verkehrsvorschriften kennen, verstehen und anwenden
- Verkehrssituationen in der Stadt, auf der Landstraße oder Autobahn
- Vorbereiten einer größeren Reise
- Fahrsicherheitssysteme im PKW
- sicher, flott - aber Kraftstoff sparen
- Wettereinfluss auf die Nutzung der Verkehrsmittel
- altersgerechte Technik im PKW

Die Themenschwerpunkte für die einzelnen Veranstaltungen werden entsprechend den Bedürfnissen der Teilnehmer abgestimmt. Infomaterial wird bereitgestellt.

### **Löbau 15HA1G12LL**

Beginn: Mittwoch, 04.11.2015 Zeit: 15:00 - 16:30 Uhr, 5 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Dr. Ing. Dieter Marggraff, Entgelt: 0,00 €

### **Zittau 15HA1G13ZZ**

Beginn: Donnerstag, 05.11.2015 Zeit: 16:00 - 17:30 Uhr, 5 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dr. Ing. Dieter Marggraff, Entgelt: 0,00 €

---

## **Genießer Seminare**

### **Wein und Käse**

Ein Klassiker aller Weinproben! Wir probieren Käse, die uns in unserem Alltag (vom Frischkäse bis zum Roquefort) begleiten, und werden sie sowohl mit Rot- als auch Weißweinen in Kombination bringen. Sie werden erstaunt sein über die Vielfalt, die sich eröffnet. Nutzen Sie die Möglichkeit, die verschiedensten Varianten zu verkosten!

### **Zittau 15HA1G31ZZ**

Beginn: Donnerstag, 28.01.2016 Zeit: 18:30 - 20:45 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dr. Christian Müller, Entgelt: 32,10 €

## Whiskyseminar: So schmeckt Zeit! - Whisky in verschiedenen Alterstufen

Es wird eine etwas ungewöhnliche Vertikalprobe eines schottischen Single Malt. Für dieses Mal wurde die Destillerie Glenfarclas (so verfügbar, ansonsten eine vergleichbare) ausgewählt, deren Whisky wir in 5 verschiedenen Altersstufen probieren können. Dabei kann man wunderbar über Reifeprozesse und Zeitläufe philosophieren.

### Zittau 15HA1G3ZZZ

Beginn: Freitag, 29.01.2016 Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dr. Christian Müller, Entgelt: 37,45 €

---

## Wein & Schokolade

Ein Thema, das wahrhaft in aller Munde ist. Aber auch ein geeignetes Spielfeld für alle Leckermäuler. Über Sinn und Unsinn einer Verbindung solcher geschmacksintensiver Produkte werden wir sprechen und probieren. Aber auch feststellen, dass Schokolade zu ganz neuen Qualitäten gelangt ist. Inklusiv 2-Gänge Menü

### Weißwasser 15HA1G3AWW

Beginn: Freitag, 06.11.2015 Zeit: 19:00 - 22:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Weißwasser, Restaurant Turm-Cafe , Bahnhofstr.30, Kursleiter: Dr. Christian Müller, Entgelt: 28,35 €

---

## Whisky aus Japan

Die Japaner haben sich schon seit den 1920iger Jahren mit Whisky beschäftigt. Ihre Erfahrung mit diesem Produkt ist also wesentlich älter als gemeinhin angenommen wird. Ihr Bezug ist immer der schottische Whisky gewesen. Wir wollen in diesem Seminar die Breite des Sortimentes aus Japan abgreifen, um zu erfahren, was Perfektionismus erreichen kann.

### Weißwasser 15HA1G3BWW

Beginn: Samstag, 07.11.2015 Zeit: 18:30 - 21:45 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Weißwasser, Restaurant Turm-Cafe , Bahnhofstr.30, Kursleiter: Dr. Christian Müller, Entgelt: 36,38 €

**Dr. Christian Müller:** In den letzten Jahren hat das Informationsbedürfnis über den Wein, die Geschichte des Weines, über die Anbaugebiete, die Bezeichnungen und Qualitätsstufen stark zugenommen. Das veranlasste Dr. Christian Müller, 1996 in Dresden seine Weinschule zu gründen. In den Weinseminaren erfolgt immer eine Kombination von unterschiedlichen Weinsorten und entsprechenden Speisen. Darüber hinaus hält das erhebliche Augenmerk für den Whisky bzw. Whiskey in den Seminaren Einzug.





## Canapè – Eine Reihe mit der Stadtbibliothek Niesky

### Gedanken vor dem Trauerfall

„Irgendwann muss JEDER gehen, da wir nur Gast auf dieser Erde sind“. Wie ist unsere Einstellung zum Lebensende? Wie alles Fremde betrachten wir es mit Scheu, mit Unsicherheit. Daraus resultiert u.a. die Einstellung zu allen damit im Zusammenhang stehenden Belangen - wir verdrängen sie, sobald sie uns direkt oder indirekt berühren. Sie lässt uns unvorbereitet und damit angstvoll dem entgegen zu sehen. In diesem Vortrag wird der Versuch unternommen Antworten und Hinweise zu geben und Für und Wider abzuwägen.

Was sollte unbedingt in den „Koffer“ gepackt werden? Was kann dazu gelegt werden? Welche Wünsche können erfüllt werden? Welche Möglichkeiten der Beisetzung und welche Art von Alternativbestattungen gibt es? Wie läuft eine Seebestattung ab? Wie wichtig ist das Zeigen, Verarbeiten und Bewältigen der Trauerzeit? Welche Möglichkeiten einer Vorsorge gibt es und wie sicher sind diese?

### Niesky 15HA1051NN

Beginn: Donnerstag, 24.09.2015 Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Stadtbibliothek Niesky, Zinzendorfplatz 10, Kursleiter: Andrea Skorna, Entgelt: 5,00 €

---



### Altes Wissen neu entdeckt! - Schröpfen

Schröpfen gehört zu den ausleitenden, aber auch umstimmenden Verfahren in der Heilkunde. Früher wurde es häufig angewendet, heute wird es von der Schulmedizin weitgehend ignoriert. Schröpfen ist besonders günstig vor allem bei rheumatischen Erkrankungen, sowie Verspannungen im Schulter- und Rückenbereich. In dieser Veranstaltung werden Sie bekannt gemacht mit den verschiedenen Schröpfetechniken und deren Anwendungsmöglichkeiten.

### Niesky 15HA3507NN

Beginn: Donnerstag, 22.10.2015 Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Stadtbibliothek Niesky, Zinzendorfplatz 10, Kursleiter: Christine Socke, Entgelt: 4,00 €

---

### Filzen zur Weihnacht - kleine Engel, Wichtel und ...

### Niesky 15HA2E26NN

Beginn: Donnerstag, 12.11.2015 Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Stadtbibliothek Niesky, Zinzendorfplatz 10, Kursleiter: Juliane Beyer, Entgelt: 12,00 € Materialkosten vor Ort



Eine Einrichtung der Kultur- und Weiterbildungsgesellschaft mbH

## Anmeldung für Kurse an der Volkshochschule Dreiländereck

1	Kurs-Nr. _____	Kurstitel _____	Entgelt _____
2	Kurs-Nr. _____	Kurstitel _____	Entgelt _____
3	Kurs-Nr. _____	Kurstitel _____	Entgelt _____
4	Kurs-Nr. _____	Kurstitel _____	Entgelt _____

### Kursteilnehmer

Vorname \_\_\_\_\_ Nachname \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_ PLZ / Ort \_\_\_\_\_

Telefon tagsüber \_\_\_\_\_ Mobil \_\_\_\_\_ E-Mail \_\_\_\_\_

Geburtstag \_\_\_\_\_

Zahlungsart:  Lastschrift  Barzahlung

Ort, Datum, Unterschrift(en) \_\_\_\_\_

### SEPA – LASTSCHRIFT – MANDAT

Kultur- und Bildungs- GmbH, VHS Dreiländereck, Poststraße 08, 02708 Löbau

Gläubiger – Identifikationsnummer: DE 23ZZZ00000011389, Mandatsreferenz: T00000

Ich ermächtige die Kultur- und Weiterbildungsgesellschaft mbH, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen.

Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Kultur- und Weiterbildungsgesellschaft mbH auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vorname und Name \_\_\_\_\_

Straße und Hausnummer \_\_\_\_\_

Postleitzahl und Ort \_\_\_\_\_

IBAN: \_\_\_\_\_ BIC: \_\_\_\_\_

Kreditinstitut: \_\_\_\_\_

Dieses Mandat gilt mehrmalig.  Dieses Mandat gilt einmalig.

Der SEPA-Lastschrifteinzug erfolgt zum 15. des Folgemonats.

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

## KULTUR UND GESTALTEN

In unseren Angeboten der Kulturellen Bildung erlernen, erproben, entwickeln und erweitern Sie Kernkompetenzen wie Kreativität, Flexibilität, Improvisationsbereitschaft, Problemlösungsstrategien und Teamfähigkeit spielerisch und mit Mitteln der Kunst. Nutzen Sie Kreativkurse, um Ihre Lern- und Erfahrungsräume zu erweitern. Persönliche und berufliche Interessen lassen sich dabei optimal miteinander verbinden. Im Bereich der kulturellen Medienbildung finden Sie Angebote, in denen Sie lernen, sich den vielfältigen Herausforderungen im Prozess der Digitalisierung der Gesellschaft zu stellen und sich in allen Lebensbereichen zu orientieren.

Kulturelle Bildung schafft in ihrer Offenheit für alle Bürgerinnen und Bürger Zugänge zur Kultur und ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe, sie fördert Integration und Inklusion. „Gerade die sozialen, kreativen und kommunikativen Potenziale der kulturellen Erwachsenenbildung sind perspektivisch von großer und wachsender Bedeutung“, betont etwa auch die Enquete-Kommission „Kultur in Deutschland“ in ihrem Abschlussbericht.

---

### Kunst- und Kunstgeschichte

#### **Vorankündigung: Kunststudienreise nach Paris**

„Paris ein Fest fürs Leben“ sagte Hemingway und hat damit unsere ungeteilte Zustimmung. Eine besondere Reise führt in das Paris der großen und kleinen Kunstmuseen, der Literaten und Bohemiens, der großartigen gotischen Architektur bis hin zur Moderne. Ein wenig Zeit soll auch bleiben, um die Gartenarchitektur des Jardin du Luxembourg oder des Jardin des Tuileries zu genießen.

Folgende Museen werden besucht: Musée de l'Orangerie, Louvre und Musée Picasso  
Die Reise wird vom 22.04.-27.04.2016

Reiseleitung: Frau Dr. Ulrike Uhlig

Kursbegleitung: Angelika Heinze

Sobald das detaillierte Programm in der VHS vorliegt, bekomme Interessenten es zugeschickt. Reservierungen sind ab sofort in der VHS möglich!

---

#### **Museen in der Euroregion- Kunstexkursion nach Liberec : Tschechische Kunst des 20. Jahrhunderts und Besuch der Ausstellung „Transdesign- Junge Angewandte Kunst aus Breslau“**

Die Reichenberger Galerie besitzt eine der bedeutendsten Sammlungen tschechischer Kunst der Moderne mit bedeutenden Werkgruppen aller wichtigen Strömungen und Künstler vom Impressionismus, über den einzigartigen tschechischen Kubismus und

expressive Strömungen bis zum Surrealismus, Neurealismus, Brutalismus, dem Lettismus usw. Die neuen Ausstellungsräume im ehemaligen Kaiser Franz Joseph-Bad ermöglichen einen völlig neuen Blick auf diese Meisterwerke der Malerei und Plastik. Auf unserem Rundgang werden anhand herausragender Einzelwerke die wichtigsten Strömungen und Künstlerbiografien vorgestellt. Zudem besteht die Möglichkeit, in der aktuellen Sonderausstellung junges schlesisches Design aus Breslau kennen zu lernen.

Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

Treffpunkt: 14:00 Uhr, Bahnhof Zittau

### **Liberec 15HA2303ZZ**

Beginn: Donnerstag, 05.11.2015 Zeit: 14:00 - 18:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Oblastní Galerie von Liberec, Kursleiter: Dr. Marius Winzeler, Entgelt: 18,60 €

---

### **Kunstexkursion: Karl Schmidt-Rottluff**

Karl Schmidt-Rottluff gehört zu den vielseitigsten und ausdrucksstärksten Künstlern des deutschen Expressionismus. 1884 als Sohn eines Mühlenbesitzers in Chemnitz geboren, gründete er mit Kirchner, Bleyl und Heckel die Künstlergruppe Brücke. Die Chemnitzer Ausstellung zeigt 500 Werke und ermöglicht damit ein umfassendes Kennenlernen des Künstlers.

Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

Kursbegleitung: Angelika Heinze

### **Chemnitz 15HA2306ZZ**


Beginn: Donnerstag, 14.01.2016 Zeit: 09:00 - 17:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Chemnitz, Kunstsammlungen, Kursleiter: Dr. Ulrike Uhlig, Entgelt: 30,00 €

---

### **Galerie-Zeit: „Der Maler soll nicht bloß malen, was er vor sich sieht, sondern auch was er in sich sieht.“ - C.D. Friedrich (1774-1840)**

Die Grundthemen der Romantik sind Gefühl, Leidenschaft, Individualität und individuelles Erleben sowie Seele. Sie entstand als Reaktion auf die Philosophie der Aufklärung und auf die Strenge des durch die Antike inspirierten Klassizismus. Im Vordergrund stehen Empfindungen wie Sehnsucht, Mysterium und Geheimnis. Noch zu Lebzeiten in Vergessenheit geraten, wurde Caspar David Friedrich zu Beginn des 20. Jahrhunderts wiederentdeckt und gilt heute als wichtigster Maler der deutschen Romantik. Der Künstler trägt mit seinen subjektiven Bilderfindungen entscheidend zum Bild des Gefühlvollen und Sehnsuchtsvollen dieser Epoche bei. Von einem Zeitgenossen als „Entdecker >>






der Tragödie in der Landschaft“ bezeichnet, hat C.D. Friedrich Seelenlandschaften sowie einfühlsame Stimmungsbilder gemalt und verkörpert wie kein anderer den Anspruch des Dichters Novalis: „Die Welt muss romantisiert werden. So findet man den ursprünglichen Sinn wieder.“






### **Weißwasser 15HA2302WW**

Beginn: Sonntag, 25.10.2015 Zeit: 15:00 - 16:45 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Foyer, Kursleiter: Dr. Marianne Risch-Stolz, Entgelt: 12,00 €

---



### **Vortrag: Der Zauber von Winterlandschaften**



Vom lichten Schneegestöber bis zum frühlingshaften Tauwetter, der Winter in impressionistischen Gemälden hat viele Facetten, dabei sind Schneelandschaften als Gegenstand der Malerei keine Erfindung der Impressionisten. Erzählerische Schneebilder von Pieter Brueghel aus der zweiten Hälfte des 16. Jhs. oder das Gemälde „Klosterfriedhof im Schnee“ von Caspar David Friedrichs sind entweder Träger romantischer Stimmungen, verweisen auf menschliches „Verloren sein“ oder Vorahnungen des Todes. Später ging es z.B. in impressionistischen Bildern um das künstlerische Erfassen eines unwiederholbaren Augenblicks, um eine spezifische Atmosphäre, um Licht und Farbe. So belehrte Renoir einen Malerkollegen: „Weiß existiert nicht in der Natur. Sie haben über dem Schnee Himmel. Ihr Himmel ist blau, dieses Blau muss im Schnee erscheinen. Morgens ist Grün und Gelb im Himmel. Auch diese Farben müssen im Schnee auftauchen“. Der Vortrag nimmt Sie mit auf einen kurzweiligen Spaziergang durch den Winter.

Eine Anmeldung zu diesem Vortrag ist unbedingt erforderlich!

### **Zittau 15HA2302ZZ**

Beginn: Dienstag, 27.10.2015 Zeit: 18:00 - 19:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dr. Marianne Risch-Stolz, Entgelt: 6,00 €

---

### **Ausstellung: Wege der Wahrheit- Jan Hus und sein Erbe**

Magister Jan Hus war ein Mann des geistigen Aufbruchs, des Wortes, ein Reformator der tschechischen Sprache. Seine Verbrennung in Konstanz vor 600 Jahren war ein Fanal gegen die Wahrheit und führte Jahrzehnte lang zu Krieg, Unruhe und Verfolgung. Als Wegbereiter der Reformation hat er grundlegende Gedanken der Erneuerung von Kirche und der Gesellschaft bereits über 100 Jahre vor Martin Luther formuliert. Auch wenn Hus selber nie an der Lausitzer Neiße war, so hat er doch gerade unsere Region nachhaltig geprägt im 18. Jahrhundert wurde Herrnhut als Ausgangspunkt der erneuerten Brüderunität ein Ort, von wo aus das Erbe des böhmischen Reformators erneut

weltweit ausstrahlte. In der Ausstellung und auf einem Rundgang durch das einstige Zittauer Franziskanerkloster, wo im 15. Jahrhundert Prager Domherren vor den Hussiten Zuflucht gesucht haben, können Spuren von Jan Hus und seines Engagements für die Wahrheit anhand einzigartiger und teilweise noch nie gezeigter Exponate kostbaren Handschriften und Büchern, Bildern und Skulpturen bis in die Gegenwart verfolgt werden.

Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

### **Zittau 15HA2311ZZ**

Beginn: Donnerstag, 17.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Städtisches Museum Zittau, Klosterstr. 3, Kursleiter: Dr. Marius Winzeler, Entgelt: 7,00 €

---

### **Ausstellung: Magie der Bilder- Jutta Mirtschin**

Die poetische, magische und fantastische Bilderwelt von Jutta Mirtschin verzaubert Jung und Alt. Die vielfach ausgezeichnete Künstlerin mit Oberlausitzer Wurzeln präsentiert in Zittau zauberhafte Meisterwerke ihres gesamten Schaffens. Neben Bilderbüchern und Originalillustrationen werden vor allem Gemälde sowie Theaterpuppen präsentiert, um die Vielfalt von Jutta Mirtschins Werk aufzuzeigen.

Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

### **Zittau 15HA2312ZZ**

Beginn: Dienstag, 08.12.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Städtisches Museum Zittau, Klosterstr. 3, Kursleiter: Dr. Marius Winzeler, Entgelt: 7,00 €

---

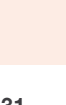
## **Literatur**

### **LeseNACHT an ungewöhnlichen Orten**

Zur 4. LeseNacht am 11. September 2015 von 19:30 bis 22:00 möchten wir alle neugierigen Leseratten einladen. Unternehmen Sie einen literarischen Spaziergang. Jeweils zur vollen und zur halben Stunde lesen Persönlichkeiten an fünf ungewöhnlichen Leseorten der Waldeisenbahn Muskau.

### **Weißwasser 15HA2100WW**

Beginn: Freitag, 11.09.2015 Zeit: 19:30 - 22:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Weißwasser, Waldeisenbahn Muskau, Kursleiter: Dozententeam, Entgelt: 5,00 €



## **Kultur am ungewöhnlichen Ort**

### **„Sex vor Zwölf“ - kabarettistische Lesung**

Ob Schule- oder Menopause, ob glücklich oder verheiratet, ob einsam oder geschieden - in U.S.Levins urkomischen Satiren zur schönsten Nebensache findet sich jeder wieder!

#### **Weißwasser 15HA2121WW**

Beginn: Freitag, 30.10.2015 Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Möbel Petsch, Berliner Str. 71, Kursleiter: Uwe Bauer, Entgelt: 6,00 €

---

## **Kreatives Schreiben**

Für alle, die gern schreiben oder mehr schreiben möchten, ist dieser Kurs genau das Richtige. Wir probieren verschiedene kreative Ansätze und Schreib-Methoden aus. Diese dienen uns als Startpunkte fürs eigene Schreiben. Das bereichert den eigenen Stil und lässt ihn wachsen. Neue frische Texte entstehen.

Wir profitieren von den verschiedenen Stimmen und Sichtweisen innerhalb der Gruppe. In der Zeit zwischen den Kursabenden besteht die Möglichkeit, mit Hilfe individueller, persönlicher Unterstützung der Kursleiterin an den eigenen Texten zu arbeiten. Das in diesem Kurs Gelernte kann auf alle Textsorten angewendet werden.

Der Schwerpunkt dieses Kurses liegt auf erzählenden Texten. Eigene Wünsche und Ideen sind willkommen.

Bitte Schreibzeug mitbringen.

#### **Zittau 15HA2121ZZ**

Beginn: Montag, 05.10.2015 Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Lucia Henke, Entgelt: 42,00 €

---

## **Malen, Zeichnen, Drucktechniken**

### **Weniger ist mehr- Freude am Zeichnen und Malen**

Sie können herausfinden, welche Ihre Interessenschwerpunkte sind und wo möglicherweise Ihre Begabungen liegen. Wir lernen den Umgang mit verschiedenen Materialien (Bleistift, Tusche, Ölkreide, Acryl) und beschäftigen uns mit unterschiedlichen Themen, wie Gegenstände wiedergeben, Perspektive, Farblehre und freies Malen. Materialbesprechung in der ersten Veranstaltung. >>

Mitzubringen sind: Mal- und Zeichenutensilien, Zeichenpapier, Blei-Grafitstifte 2B- 9B, Farben, Pinsel, Ölkreiden, Pastellstifte, Aquarellfarben, Schwamm, Mallappen u.a.

### **Zittau 15HA2500ZZ**

Beginn: Mittwoch, 16.09.2015 Zeit: 16:00 - 18:15 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Angelika Heinze, Entgelt: 63,60 €

---

### **Malerei und Grafik**

Im Mittelpunkt steht die eigene schöpferische Tätigkeit. Die Theorien sind an die praktische Arbeit gebunden. Grundlagen der Gestaltung sind Linie und Fläche, Körper und Raum, Perspektive, Farbe, Komposition, Harmonie und Kontraste, Form und Inhalt.

Arbeitsmittel/Techniken:

Kohle-Kohlezeichnung, Bleistift-Bleistiftzeichnung, Tusche-Feder- u. Pinselzeichnung, Gouache-Malerei.

Themen:

Stillleben, Porträt, Selbstporträt, Figur-Gruppenbild-Landschaft, Thematische Arbeit nach Wahl

### **Löbau 15HA2501LL**

Beginn: Mittwoch, 16.09.2015 Zeit: 18:30 - 20:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Walter Piroch, Entgelt: 53,00 €

---

### **Der Weg zur eigenen Druckgrafik**

Von der Einführung in die Ausdrucksmöglichkeiten und gestalterischen Mittel der Tiefdrucktechnik über die Umsetzung in der Vorzeichnung und Herstellung einer Druckplatte zum Erlebnis des Druckens einer Kaltnadelradierung.

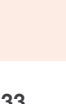
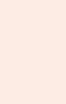
Unser Ziel ist es, die freie künstlerische Gestaltung mit dem technischen Druckprozess zu verbinden und zu einem anspruchsvollen und individuellen, eigenen Ergebnis jedes Teilnehmers zu führen.

Anfänger und Fortgeschrittene sind willkommen.

Materialkosten 5,00 EUR pro Teilnehmer

### **Weißwasser 15HA2501WW**

Beginn: Freitag, 11.09.2015 Zeit: 18:00 - 12:00 Uhr, 3 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Reiner Franz, Entgelt: 55,64 €



## Aquarell am Vormittag

Schritt für Schritt werden die Teilnehmer in die Aquarelltechnik eingeführt. Neben der Vermittlung von Grundlagen, wie Zeichnen, Bildkomposition und Farbenlehre, steht das „Sehenlernen“ von Farben und Formen im Vordergrund. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Teilnehmende mit Vorkenntnissen können ihre bereits vorhandenen Fähigkeiten vertiefen und weiterführen.

Mitzubringen sind: Zeichen- und Aquarellpapier (A 4 u. A3; 300g/qm), Aquarellfarben, Zeichenutensilien, Tusche, Schwamm, 2 Wassergläser, Küchenpapier, Lappen

### Löbau 15HA2502LL

Beginn: Dienstag, 15.09.2015 Zeit: 09:00 - 11:15 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Musikschule Löbau, Kursleiter: Helga Pilz, Entgelt: 47,70 €

### Löbau 15HA2504LL

Beginn: Dienstag, 22.09.2015 Zeit: 09:00 - 11:15 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Musikschule Löbau, Kursleiter: Helga Pilz, Entgelt: 47,70 €

### Zittau 15HA2502ZZ

Beginn: Dienstag, 15.09.2015 Zeit: 09:00 - 11:15 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Angelika Heinze, Entgelt: 47,70 €

---

## Künstlerisches Gestalten mit textilen Mitteln

Das Experimentieren mit dem Material und das Auskundschaften seiner spezifischen Möglichkeiten ist ein Phantasie freisetzendes Mittel. Dabei bieten sich traditionelle Techniken, wie Seidenmalen, Nähen, Applizieren, Weben, Sticken, Färben und Drucken an. Unser Ziel ist es, eigene unverwechselbare Arbeiten entstehen zu lassen. Materialbesprechung in der ersten Veranstaltung.

Terminabsprache im Kurs.

### Zittau 15HA2505ZZ

Beginn: Montag, 21.09.2015 Zeit: 16:30 - 18:45 Uhr, 5 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Rosemarie Köster, Entgelt: 42,60 €

---

## Fotoübermalung - Workshop

Die Fotoübermalung ist eine bildnerische Technik, in der eine Fotografie mit malerischen Mitteln überarbeitet wird. Anders als beim Kolorieren der Fotografie, bei der sich die Malerei der Fotografie unterordnet, behalten in der Fotoübermalung beide Medien >>

ihre Eigenständigkeit. Gehen Sie auf phantasievolle „Spurensuche“, malen und zeichnen Sie mit Zufällen. Das Material (zzgl. Materialkosten von 5,00 vor Ort) wird zur Verfügung gestellt.

Eigene Acrylfarben, Pinsel und Lappen können auch mitgebracht werden. Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

### **Weißwasser 15HA250AWW**

Beginn: Samstag, 30.01.2016 Zeit: 09:00 - 12:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Gudrun Feuerriegel, Entgelt: 18,73 € Materialkosten von 5,00 vor Ort

---

### **Herbstmotive experimentell in Aquarell und Mischtechnik**

In diesem Kurs geht es darum, der eigenen Experimentierfreude freien Raum zu geben und die wundervollen Blütenstände im Herbst darzustellen. Die Ergebnisse können naturgetreu oder abstrakt sein. Probieren Sie mutig die Vielfalt von Farben, Materialien und deren Umsetzung aus! Dabei wird die Grundtechnik Aquarell ergänzt mit anderen Mischtechniken, wie Tusche, Kreide, Stifte. Die Ergebnisse werden Sie überraschen.

Mitzubringen sind Aquarellfarben und -papier, Pinsel, Tusche und Rohrfeder sowie Aquarell-, Wachs- und/oder Buntstifte.

Weitere Materialkosten in Höhe von 2,00 EUR sind an die Kursleiterin zu bezahlen.

### **Weißwasser 15HA251AWW**

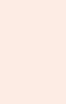
Beginn: Donnerstag, 01.10.2015 Zeit: 18:00 - 20:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Elke Burkhardt, Entgelt: 11,24 €, Materialkosten vor Ort

---

### **Asiatische Tuschmalerei**

„Sumi-e“ oder auch „Der Weg der Tusche“ ist traditionelles Malen mit schwarzer Tusche, ursprünglich aus China kommend und wandelte sich in Japan mit dem geistigen Einfluss des Zen-Buddhismus. Einfachheit, Harmonie und Eleganz sind die Grundelemente.

Jeder Pinselstrich besitzt eine eigene Individualität. Mit geistiger Vitalität und wenigen Strichen wird das Wesentliche des gezeichneten Objektes ausgedrückt. Sumi-e-Malerei ist viel mehr als die Ausübung einer Kunst. Es ist ein geistiger Weg zu innerem Gleichgewicht, Frieden und Harmonie. >>





Sie lernen die „Vier Schätze“, wie die Arbeitsmaterialien genannt werden, der Tuschkmalerei kennen und handhaben. Nach grundlegenden Übungen können die Motive: Bambus, Orchidee, Pflaumenblüten, Vögel, Iris, Chrysantheme gemalt werden.



### **Niesky 15HA251BNN**

Beginn: Samstag, 10.10.2015 Zeit: 14:00 - 17:45 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Elke Burkhardt, Entgelt: 19,26 €

---



## **Plastisches Gestalten**

### **Keramisches Gestalten**



Mit neuen Pflanzgefäßen in den Herbst!

Windlichter, Gartenfiguren, Schalen, diese und viele andere Gegenstände aus Ton können Sie selbst gestalten und dabei ihrer Phantasie freien Lauf lassen.

Unter fachgerechter Anleitung kommen Sie zu ganz individuellen Ergebnissen.



### **Ebersbach 15HA2600EL**

Beginn: Montag, 31.08.2015 Zeit: 17:30 - 19:45 Uhr, 4 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Siglinde Näther, Entgelt: 34,08 €



### **Ebersbach 15HA2601EL**

Beginn: Mittwoch, 02.09.2015 Zeit: 09:00 - 11:15 Uhr, 4 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Siglinde Näther, Entgelt: 34,08 €

### **Ebersbach 15HA2602EL**

Beginn: Mittwoch, 02.09.2015 Zeit: 17:30 - 19:45 Uhr, 4 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Siglinde Näther, Entgelt: 34,08 €

### **Ebersbach 15HA2603EL**

Beginn: Mittwoch, 04.11.2015 Zeit: 17:30 - 19:45 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Siglinde Näther, Entgelt: 68,16 €

### **Ebersbach 15HA2604EL**

Beginn: Montag, 02.11.2015 Zeit: 17:30 - 19:45 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Siglinde Näther, Entgelt: 68,16 €

### **Ebersbach 15HA2605EL**

Beginn: Mittwoch, 04.11.2015 Zeit: 09:00 - 11:15 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Siglinde Näther, Entgelt: 68,16 €

## Kreativ-Ton-Kurs

### Zittau 15HA2606ZZ

Beginn: Mittwoch, 23.09.2015 Zeit: 19:00 - 21:15 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Angelika Heinze, Entgelt: 51,12 €

---

## Keramik für die Weihnachtszeit

Die Weihnachtszeit gehört für viele zur schönsten Zeit des Jahres. Es riecht verlockend in den Straßen und die Lichter bieten uns ein wohliges Gefühl in der kalten Jahreszeit. In diesem Töpferkurs haben Sie die Möglichkeit, sich noch ein Stück mehr auf Weihnachten zu freuen - mit Ihrer selbst gestalteten Deko. Oder töpfern Sie einfach kleine Geschenke für Familie und Freunde. Ihrer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt! Bitte Arbeitssachen, altes Leintuch, Zeitungspapier, Schwämmchen, Schälchen, Fön und eigenes Handwerkzeug mitbringen. Material- und Brennkosten werden vor Ort an die Kursleiterin entrichtet.

### Niesky 15HA2608NN

Beginn: Donnerstag, 29.10.2015 Zeit: 18:30 - 20:45 Uhr, 4 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Ines Herack, Entgelt: 44,94 € Material- und Brennkosten vor Ort

### Weißwasser 15HA2608WW

Beginn: Dienstag, 27.10.2015 Zeit: 17:45 - 20:00 Uhr, 5 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Angelika Mätzig, Entgelt: 56,17 €

---

## Kreative Steingestaltung

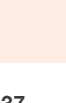
In diesem Kurs können Sie die ersten Schritte der Steinbildhauerei erlernen, Steine durch schöpferische Gestaltung zum Leben erwecken. Entdecken Sie diese wundervolle Welt und lernen Sie verschiedene Bearbeitungstechniken kennen, die Sie bei der Gestaltung Ihres Steines bewusst einsetzen.

Erleben Sie mit dem Bildhauerkurs nicht nur einen kreativen Tag, sondern vielleicht auch den Beginn einer wunderbaren Leidenschaft.

Material und Arbeitsgeräte werden gestellt. Materialkosten je nach Rohstoffverbrauch werden an die Kursleiterin entrichtet.

### Weißwasser 15HA260AWW

Beginn: Samstag, 03.10.2015 Zeit: 10:00 - 16:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Werkstatt, Hauptstr. 6, Groß Särichen, Kursleiter: Martina Rohmoser-Müller, Entgelt: 56,18 €





## Alles rund um das Papier

In diesem Kurs wollen wir mit Papier experimentieren ... falten, bedrucken, bemalen-bekleistern, selbst herstellen ... uns intensiv mit Material auseinandersetzen und am Ende kann daraus ein kleines Buch entstehen, eine gute Gelegenheit für die Vorweihnachtszeit.

Bei Interesse kann ein Folgekurs geplant werden, um weitere experimente folgen zu lassen.

Materialbesprechung in der 1. Veranstaltung.

### Zittau 15HA2612ZZ

Beginn: Dienstag, 17.11.2015 Zeit: 19:00 - 21:15 Uhr, 3 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Claudia Richter, Entgelt: 33,75 €

---

## Musik

### Musik standes(AMT)gemäß

Allen Musikliebhaber empfehlen wir unsere Reihe: Musik standes(Amt)gemäß. Vierteljährlich unterhalten Sie Künstler verschiedener Musikgenres. Sie werden an den Abenden nicht nur musizieren, sondern Ihnen auch Ihre Instrumente und den jeweiligen Komponisten vorstellen. Da die Platzkapazität im Standesamt begrenzt ist, reservieren Sie sich rechtzeitig in der Volkshochschule Ihre Karten!

Begeben Sie sich auf eine Zeitreise von der Renaissance zur Gegenwart mit dem Ensemble Flauta dulce. Es erwartet Sie ein Quartett mit Sopran-, Alt-, Tenor- und Bassblockflöte mit einem vielfältigen Musik-Repertoire. Die Musiker werden sein: Kerstin Jebas, Sören Merting, Claudia Theimer, Mechthild Walter.

### Weißwasser 15HA2701WW

Beginn: Samstag, 05.09.2015 Zeit: 19:30 - 20:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Standesamt Weißwasser, Karl-Marx-Str. 15, Kursleiter: Kerstin Jebas, Entgelt: 10,00 €

---

### „Ich lade gern mir Gäste ein“

...ein bunter Liederreigen mit Countertenor David Vogel und Pianist Michael Syrbe. Lieder und Arien aus mehreren Jahrhunderten und Komponisten wie Händel, Dowland, Strauss u. v. a. werden erklingen.

### Weißwasser 15HA2702WW

Beginn: Samstag, 07.11.2015 Zeit: 19:30 - 20:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Standesamt Weißwasser, Karl-Marx-Str. 15, Kursleiter: David Vogel, Entgelt: 10,00 €

## MOONSHADOW - Eine Cat Stevens Musikbiografie

Morning has broken, Lady d#Arbanville, Father and Son, Wild World... Mit seinen sensiblen, bewegenden Songs gelangte Cat Stevens zu Weltruhm, bis er sich ganz plötzlich vom Musikgeschäft zurückzog und erst 30 Jahre später wiederkam. Mit frischen, leidenschaftlichen Akustikversionen seiner Welthits sowie spannenden Stories und Lyrics zeichnen „Wolken & Brücken“ die ungewöhnliche Biografie von Cat Stevens nach, von den Anfängen bis zu seinem Comeback 2006. So entsteht das Bild eines Ausnahmekünstlers auf der Suche nach sich selbst, dessen Musik die Menschen bis heute begeistert und inspiriert. Ein bewegender und vielschichtiger Mix aus Musik und Poesie.

### Weißwasser 15HA2703WW

Beginn: Sonntag, 01.11.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Weißwasser, Berufl. Schulzentr., Jahnstr. 55, Aula, Kursleiter: Wolfgang Brückner, Entgelt: 12,84 €

---

## Tanz

### Zumba

Zumba ist ein lateinamerikanisch inspiriertes Tanz- und Fitness- Workout. Nach internationaler Musik werden schnelle und langsame Rhythmen mit einfachen choreografischen Elementen und vielseitigen Schrittfolgen kombiniert.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und rutschfeste Turnschuhe

### Löbau 15HA2924LL

Beginn: Dienstag, 08.09.2015 Zeit: 17:30 - 18:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Claudia Henke-Freudenberg, Entgelt: 44,94 €

---

### Mireille Beck

geb. 1971 in Leipzig

Meine Leidenschaft zum Orientalischen Tanz entfachte...

...während meiner zweiten Schwangerschaft im Jahr 2000.

Meine damalige Hebamme gab mir den Tipp, um unseren Beckenboden zu trainieren und auf die bevorstehende Geburt vorzubereiten, orientalischen Tanz kennenzulernen.

Meine erste intensive Begegnung mit dem orientalischen Tanz erlebte ich im September 2000, da besuchte ich den Workshop „Basic Oriental Dance“ bei der VHS Weißwasser, der mich faszinierte und die Leidenschaft zum Tanzen erweckte. >>

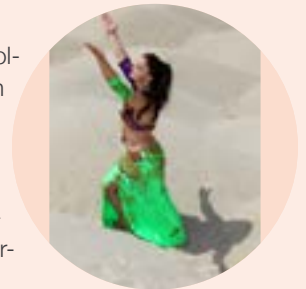
Sofort begeisterten mich die Musik der fernen Länder und natürlich die vielseitigen Bewegungen und Rhythmen um seinen Körper zu formen und trainieren. Es folgten Urlaube in Ägypten um die Tanztechniken zu erlernen und deren Ursprung zu erfahren.

- 2002 Kurs „Oriental Dreams“ in der VHS Görlitz und danach in der VHS Niesky
- 2006 Mitgliedschaft im Club „Oriental Caravans“ Kunnersdorf - professionelles, regelmäßiges und intensives Training bei Jacqueline Wittig (Roxelane)
- 2008 erster öffentlicher Gruppenauftritt beim Turn- und Sportfest des TSV Kunnersdorf, sowie zur „Orientalischen Nacht“ in Kunnersdorf
- 2010, 2011 Intensiv-Training bei der Vizeweltmeisterin im orientalischen Tanz „Cleopatra“ mit anschließenden öffentlichen Auftritten in ägyptischen Restaurants in Leipzig
- weitere Workshops: bei Nina Schikora (Dresden) - Erlernen neuer Techniken und Choreographien
- erste Einzelauftritte bei privaten und öffentlichen Veranstaltungen
- 2013 Workshop in Leipzig, Erlernung neuer Tanztechniken
- 2014 erster eigener Kurs im orientalischen Tanz an der VHS Dreiländereck
- weitere Kurse folgten
- Mai 2015 Workshop bei Franz Franz in Döbeln (Schleierfächertechniken und Choreografie)

---

### **Orientalischer Bauchtanz**

Fantasievolle und fließende, kraftvolle und temperamentvolle Bewegungen sind charakteristisch für den orientalischen Bauchtanz. Die tänzerischen Übungen verbessern die Körperhaltung, kräftigen Rücken- und Beckenmuskulatur, lösen Verspannungen im Körper und der Seele. Der Kurs umfasst Erwärmungs- und Dehnübungen. Basiselemente sowie Koordinationsübungen. Grundkenntnisse werden schrittweise erweitert und in Choreographien angewendet.



Die Kurse sind für alle Frauen geeignet, Alter und Figur spielen dabei keine Rolle. Bitte, wer hat, ein Dreieckstuch mitbringen!

### **Niesky 15HA2932NN**

Beginn: Freitag, 18.09.2015 Zeit: 18:00 - 19:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Mireille Beck, Entgelt: 61,80 €

## Medienpraxis

### Irland - Bis ans Ende der Welt

Auf einer Küstenlänge von über 5000 Kilometern erstrecken sich vom milden Südwesten über das Karstland des Burren, die Weiten Connemaras und bis hinauf in den rauen Donegal und zur Antrim Coast zahlreiche irische „Enden der Welt“ in den Nordatlantik. In seiner Multivision „Irland - Bis ans Ende der Welt“ erzählt Hartmut Krinitz von Heimat und Exil, von grandiosen Landschaften und eigenwilligen Charakteren, von der Allpräsenz des Meeres und der irischen Musik und Literatur, die ihren Weg in die fernsten Winkel der Erde fanden. Er berichtet von Wallfahrten, Festen und Pferdemarkten, von Touren mit dem Kajütboot und zu Fuß in einer weiten Landschaft, erlebt die Auferstehung James Joyces´ in Dublin und zeigt den einzigen Ort in Irland, an dem es nie regnet. Nach über 25 Reisen und einem Gesamtaufenthalt von mehr als 2 ½ Jahren versteht sich „Irland - Bis ans Ende der Welt“ als eine große Hommage an ein kleines Land und seine Bewohner, die mit ihrer heiteren Melancholie und der entschleunigten Lebensart oft wie ein Gegenentwurf zu dem auf Effizienz getrimmten Dasein unserer Tage wirken.

### Weißwasser 15HA2A01WW

Beginn: Samstag, 23.01.2016 Zeit: 17:00 - 19:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Evang. Kirche Weißwasser, Kirchstraße, Kursleiter: Hartmut Krinitz, Entgelt: 13,00 €

### Workshop: Digitale Fotografie


Der Kurs richtet sich an die Besitzer von digitalen Spiegelreflexkameras, Bridgekameras und spiegellosen Systemkameras mit Wechselobjektiven.

Moderne Kameras verfügen über eine Vielzahl von Einstellungsmöglichkeiten, die den Einsteiger in die Digitalfotografie, anders als von den Kameraherstellern versprochen, oft mehr verwirren, als das Fotografieren zum Kinderspiel zu machen. Die Menüs sind voll von technischen Begriffen, deren Bedeutungen dem Hobbyfotografen oft unklar bleiben.

Was es mit Blende, Verschlusszeit, Blitzsynchronzeit, Weißabgleich, Belichtungskorrektur, RAW-Format, Tiefenschärfe, Brennweite usw. auf sich hat und wie der gezielte und richtige Einsatz der Einstellungsmöglichkeiten zu besseren Fotoergebnissen führt, wird im Seminar erklärt.

Des Weiteren werden elementare Kenntnisse und Regeln der Bildgestaltung und des Bildaufbaus vermittelt. Und neben allgemeingültigen Grundsätzen werden auch künstlerische und experimentelle Aspekte der Fotografie besprochen.

Wie man durch zielgerichtete Anwendung von Gestaltungsregeln in Kombination mit der richtigen Kameraeinstellung zu spannenden, beeindruckenden Bildern >>



gelangen kann und welche Kamerakonfiguration für welches Bildmotiv geeignet ist Voraussetzung zur Kursteilnahme:

Digitale Spiegelreflexkamera, Bridgekamera oder spiegellose Systemkamera mit Wechselobjektiven Kamerahandbuch




### Zittau 15HA2B20ZZ

Beginn: Samstag, 31.10.2015 Zeit: 09:00 - 16:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Peter Hennig, Entgelt: 38,52 €




### Zittau 15HA2B21ZZ

Beginn: Samstag, 07.11.2015 Zeit: 09:00 - 16:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Peter Hennig, Entgelt: 38,52 €



---

## Die Eisarena einmal anders in Szene gesetzt



Dieser Workshop richtet sich an alle Fotobegeisterten, die immer wieder auf neuer Motivsuche sind. In einer Führung durch die Eisarena mit Marco Ackermann Geschäftsstellenleiter und Technischer Leiter werden Sie in Räumlichkeiten und Orte kommen, die man als Besucher nicht zu Gesicht bekommt. Ob in Technikräumen, in denen ein Konstrukt an Wasser- und Rohrleitungen zu sehen sind oder Räume denen die gesamte Eistechnik obliegt. Sie werden auf ihre Kosten kommen.



Geplant ist, die entstandenen Fotografien in einer Ausstellung zu zeigen.

### Weißwasser 15HA2B23WW

Beginn: Donnerstag, 05.11.2015 Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Eisarena Weißwasser, Prof.Wagenfeld-Ring, Kursleiter: Marco Ackermann, Entgelt: 7,49 €

---

## Werken

### Weihnachtliches Origami

Die japanische Papierfaltkunst erlernen und selbst ausprobieren. Erfreuen Sie sich an Ihren Faltarbeiten und genießen bei der kreativen Tätigkeit die Entspannung. Motive sind: Sterne, Nikolaus und Weihnachtsmann, Nikolausstiefel, Serviettenfaltungen und andere Ideen. Der Kurs ist auch für Mitarbeiter im therapeutischen Bereich gedacht. Für Faltpapier und Kopien bitte 2,50 EUR an die Kursleiterin zahlen.

### Niesky 15HA2C1CNN

Beginn: Donnerstag, 19.11.2015 Zeit: 18:00 - 20:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Elke Burkhardt, Entgelt: 11,56 € Materialkosten 2-3 €

## Adventsfloristik

Aus verschiedenen Naturmaterialien der Jahreszeit und weihnachtlichem Beiwerk kann nach persönlichem Geschmack ein Tisch-, Wand- oder Türschmuck gestaltet werden. Das benötigte Material können Sie im Kurs erwerben oder auch von zu Hause mitbringen.

### Zittau 15HA2C20ZZ

Beginn: Dienstag, 17.11.2015 Zeit: 19:00 - 21:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Blumenhandel Waurick, Zittau, Johannisstr., Kursleiter: Gudrun Knoche, Entgelt: 9,00 €

---

## Textiles Gestalten

### Altes Handwerk-Klöppeln

Diese alte Handwerkstechnik hat an Faszination bis heute nichts verloren. Es ist erstaunlich, wie viele Variationen mit den beiden Handgriffen Drehen und Kreuzen möglich sind. Das zunächst verwirrend erscheinende „Durcheinander“ der Fäden erweist sich aber bald als sinnvoll geordnetes System. Bereits während der ersten Übungen gelingen Anfängerinnen einfache Spitzen, Einsätze oder Deckchen.

### Zittau 15HA2D10ZZ

Beginn: Mittwoch, 23.09.2015 Zeit: 14:00 - 15:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Villingering Zittau, Kursleiter: Gertrud Neumann, Entgelt: 34,24 €

### Zittau 15HA2D11ZZ

Beginn: Donnerstag, 24.09.2015 Zeit: 14:00 - 15:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: VHS-Zentrum Zittau, Kursleiter: Monika Liewald, Entgelt: 34,24 €

### Zittau 15HA2D12ZZ

Beginn: Donnerstag, 24.09.2015 Zeit: 16:00 - 17:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: VHS-Zentrum Zittau, Kursleiter: Renate Noßmann, Entgelt: 34,24 €

---

### „Patchwork“

Patchwork („Flickwelt“) ist eine Technik der Textilgestaltung, bei der kleine oder größere Stücke der unterschiedlichsten Materialien (in unseren Kursen sind es vorwiegend Baumwollstoffe) zu einer größeren Fläche zusammengenäht werden. Patchwork ist ein traditionsreiches Kunsthandwerk. Früher stand eher die Resteverwertung im Vordergrund und heute haben Patchworkarbeiten mehr gestalterische Gesichtspunkte. >>



Jeder kann seine Kreativität entwickeln und darstellen.

Mitzubringen sind: Nähgarn, Stoffreste oder Stücke, Schere, Stecknadeln, Maßband, Schneidelineal und Schneidematte (wenn vorhanden), Nähnadeln, Nähmaschine, Schreibmaterial.

### **Niesky 15HA2D20NN**

Beginn: Montag, 16.11.2015 Zeit: 18:00 - 20:15 Uhr, 5 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Elke Seifert, Entgelt: 54,57 €

---

### **„Patchwork für Fortgeschrittene“**

Auf den Grundtechniken aufbauend, erlernen wir zwei neue Patchworktechniken und besonders das Applizieren.

Mitzubringen sind: Nähgarn, verschiedene Stoffe(die man miteinander verarbeiten kann), Schere, Stecknadeln, Maßband, Schneidelineal und Schneidematte (wenn vorhanden), Nähnadeln, Nähmaschine, Schreibmaterial.

### **Löbau 15HA2D20LL**

Beginn: Dienstag, 03.11.2015 Zeit: 16:00 - 19:00 Uhr, 5 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Gudrun Renger, Entgelt: 56,80 €

---

### **Altes Handwerk - Stricken für Anfänger**

Stricken zu erlernen macht Spaß und es ist wunderbar zu sehen, wie das selbst hergestellte Stück wächst und zu einem tollen Einzelstück wird. Zum Beispiel Handstulpen oder Socken. Sie erlernen die Grundtechniken des Strickens wie Maschen auf- und abnehmen, abketten und einfache Muster wie glatt rechts oder links stricken.

Mitzubringen sind: Stricknadeln Größe ... und dicke Wolle.

### **Niesky 15HA2D21NN**

Beginn: Mittwoch, 28.10.2015 Zeit: 18:30 - 20:00 Uhr, 5 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Kerstin Nedo, Entgelt: 42,80 €

## Textilkunde, Mode, Nähen

Nähkurs für Anfänger und Wiedereinsteiger

Unter fachkundiger Anleitung lernen Sie das richtige Bedienen der Nähmaschine. Sie lernen das Zuschneiden sowie Tipps und Tricks in Sachen Schneidern. Bitte Nähmaschine und Schere mitbringen. Stoffreste können mitgebracht werden.

### Niesky 15HA2E01NN

Beginn: Montag, 28.09.2015 Zeit: 18:00 - 20:15 Uhr, 5 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Elke Seifert, Entgelt: 54,57 €

### Weißwasser 15HA2E02WW

Beginn: Mittwoch, 30.09.2015 Zeit: 16:00 - 18:00 Uhr, 5 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Orica Braun, Entgelt: 56,92 €

### Nähkurs- Workshop

Für alle die Lust haben sich Tipps und Tricks rund ums Nähen anzueignen. Kissenbezüge, Taschen, alles ist möglich. Voraussetzung ist der Umgang mit der Nähmaschine.

### Niesky 15HA2E03NN

Beginn: Samstag, 14.11.2015 Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Elke Seifert, Entgelt: 18,73 €

### „Margaretenspitze“ - eine fast vergessene Knüpfspitze


Margaretenspitze ist eine alte, plastische und dreidimensionale Knüpfspitze um 1914 von Margarete Naumann aus dem Rippenknoten des Macrame entwickelt. 1918 erhielt sie dafür das Patent. Sie hatte die Vorstellung, dass mit dieser Neuentwicklung die Frauen eine Möglichkeit zum Broterwerb bekommen könnten und das Tor aufgestoßen werden könnte, zu einer Wiederbelebung, zu einer neuen Blüte der Textilkunst im Erzgebirge und im Vogtland. Der Phantasie und Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Um diese anzuregen, existieren auch keine Knüpfanleitungen, bzw. ist im Krieg alles verloren gegangen.

Lassen Sie sich von der über 100 Jahre alten Knüpftechnik der Margaretenspitze inspirieren! Sie können wunderbar entspannen und vom Alltag abschalten.

Erlernen Sie den Rippenknoten, der ausschließlich für die Knüpferei verwendet wird und gestalten Sie mit mir einen Baum oder eine Ranke als Wandschmuck. Gern können wir noch ein Ornament knüpfen, wenn es die Zeit zulässt. Bitte mitbringen Stecknadeln, >>







Massband, Schere. Wer selbst Garn und Knüpfunterlage sowie dickeres Häkelgarn oder Bindfaden hat kann dies mitbringen. Für den entfallen die Materialkosten. Ansonsten werden Knüpfunterlage und Garn zur Verfügung gestellt.

Für weitere Informationen schauen Sie auf meine Webseite [www.heikesmargareten-spitze.de](http://www.heikesmargareten-spitze.de)




### **Weißwasser 15HA2E0AWW**

Beginn: Samstag, 03.10.2015 Zeit: 13:30 - 18:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Heike Becker, Entgelt: 32,10 €

---




### **Filzen I**



Die uralte Tradition des Filzens erfreut sich zunehmender Beliebtheit...

In einfachen Schritten erlernen die Teilnehmer grundlegende Techniken des Nass- und Trockenfilzens.



Die zu filzenden Materialien reichen von naturbelassener und farbiger Schafwolle bis zu feinen Wolle-Seide-Mischungen.

Es entstehen einfache Kleidungsstücke, Schmuck oder Dekorationsgegenstände.

Materialkosten sind je nach Verbrauch im Kurs zu entrichten.

Mitzubringen sind:



1 Rundholz (halber Besenstiel)

1 großes Handtuch

1 großes Baumwolltuch

### **Zittau 15HA2E21ZZ**

Beginn: Montag, 21.09.2015 Zeit: 19:30 - 21:45 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Claudia Richter, Entgelt: 51,12 €

---

### **Filzen II**

#### **Zittau 15HA2E22ZZ**

Beginn: Dienstag, 22.09.2015 Zeit: 19:00 - 21:15 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Claudia Richter, Entgelt: 51,12 €

---

### **Filzen am Vormittag**

#### **Zittau 15HA2E23ZZ**

Beginn: Mittwoch, 23.09.2015 Zeit: 08:30 - 10:45 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Claudia Richter, Entgelt: 51,12 €

## Filzen zur Weihnacht - kleine Engel, Geschenkanhänger und ...

### Weißwasser 15HA2E24WW

Beginn: Mittwoch, 11.11.2015 Zeit: 09:30 - 11:45 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Juliane Beyer, Entgelt: 11,56 €

### Weißwasser 15HA2E25WW

Beginn: Mittwoch, 11.11.2015 Zeit: 17:30 - 19:45 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Juliane Beyer, Entgelt: 11,56 €



KLEINE GALERIE  
WEISSWASSER

Jahnstraße 50, 02943 Weißwasser  
Tel: 03576 278315 Fax: 03576 2075 73  
Ansprechpartner: Karola Petrick

Es gelten die Öffnungszeiten der Volkshochschule und nach Vereinbarung.

**Unser Service:** Kostenlose Führungen • Vermittlung von Künstlergesprächen  
Begleitveranstaltungen

### Kunstaustellungen in der Kleinen Galerie der Volkshochschule 2015

13. September - 20. November 2015

Dagmar Stade-Schmidt, Berlin / Malerei, Grafik

29. November 2015 - 5. Februar 2016

Marita Christoph, Schleife / Malerei, Grafik

*Änderungen vorbehalten.*

*Musik war  
sein Leben*  
**Richard Tauber**

Von **KLA** als Geschenk Tipp empfohlen: „RICHARD TAUBER - Weltstar des 20. Jahrhunderts“.  
Autor: Martin Sollfrank, ISBN: 978-3-906212-05-0, 568 Seiten, zahlreiche Fotos, erschienen: Sept. 2014, 1. Auflage, 34,90 Euro.  
Kostenfreie Lieferung über [www.weltbuch.com/buch](http://www.weltbuch.com/buch)

Ausführliche biografische Dokumentation eines Weltstars des 20. Jahrhunderts

# GESUNDHEIT

## Bildungsaspekte in den Gesundheitskursen der Volkshochschulen

Die Gesundheitsbildung als Fundament der Gesundheitsförderung gehört zum Bildungsanspruch und Bildungsauftrag der Volkshochschulen. In diesem Sinne enthalten alle unsere Kurse einen Bildungsaspekt.

Der Fachbereich Gesundheit behandelt alle Lernfelder die gemäß der Definition der Weltgesundheitsorganisation formuliert sind: „Gesundheit ist der Zustand umfassenden körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Freisein von Krankheit und Gebrechen“. Das unterscheidet sie deutlich von anderen Anbietern in der Gesundheitsförderung. Der Zusammenhang von Gesundheit und Umwelt, von physischem und psychischem Befinden, von individuellen und sozialen Lebensbedingungen wird in den Volkshochschul-Lernangeboten angesprochen.

## Entspannung

Bildungsinhalte - Entspannung und Körpererfahrung

- Kennenlernen fernöstlicher Entspannungsmethoden und ihrer kulturellen Wurzeln sowie die Anwendung der Methoden
- Kennenlernen und Anwendung westlicher Entspannungsmethoden und ihre Entwicklung
- Kenntnisse über physiologische Zusammenhänge
- Kenntnisse verschiedener Atemtechniken und ihrer Wirkung
- Förderung der bewussteren Körperwahrnehmung
- Bewusste Steuerung der physiologischen Prozesse
- Hilfen für die Auswahl der individuell geeigneten Entspannungsmethode
- Anleitung und Hilfe zur Verhaltensänderung durch Integration der gelernten Techniken in den Alltag

Bitte beachten Sie:

Die Kursangebote im Entspannungs- und Bewegungsbereich sind nicht als Therapie vorgesehen, sondern dienen ausschließlich der Prävention. Bei gesundheitlichen Beschwerden empfehlen wir, vor der Anmeldung zu einem Kurs nochmals den behandelnden Arzt zu konsultieren.

Hinweis: Die Höhe des Teilnehmerentgeltes bei Kursen mit gleichem oder ähnlichen Inhalt bzw. Umfang ist u.a. abhängig von der Räumlichkeit, Mindestteilnehmerzahl, Einsatz von Lehr- und Unterrichtsmitteln und anderen Nebenkosten.

## Japanisches Heilströmen - uraltes Volkswissen zur Selbsthilfe

Dieses in japanischer Tradition wiederentdeckte alte Wissen versteht sich als Philosophie und Kunst über die Harmonisierung von Körper, Seele und Geist. Durch die bewusste Berührung des Körpers mit den eigenen Händen wird ein dem Körper innewohnendes Wissen aktiviert, in Verbindung mit der Einstellung innerer Entspannung kommt es zu einer spürbaren Anregung und einem Gefühl der im Körper fließenden Energien. Es dient auch dem Stressabbau und der Steigerung der körpereigenen Immunabwehr.

Bequeme Kleidung, warme Socken und eventuell eine Decke sind zu empfehlen.

Weißwasser 15HA3001WW

Beginn: Samstag, 26.09.2015 Zeit: 14:00 - 17:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Ines Haftmann, Entgelt: 14,98 €

---

## Japanisches Heilströmen - Aufbaukurs

Weißwasser 15HA3002WW

Beginn: Samstag, 28.11.2015 Zeit: 14:00 - 16:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Ines Haftmann, Entgelt: 11,24 €

---

## Autogenes -Training/Stressbewältigung-Entspannung

Viele Belastungen im Privat- oder Berufsleben, führen zu Überforderungen. Schlafstörungen, Müdigkeit, Verspannungen und Abgespanntheit sind mögliche Auswirkungen von Stress.

In dem Kurs befassen wir uns mit Ursachen und Auswirkungen von Stress. Ziel ist es durch das Erlernen und Erleben verschiedener Entspannungsverfahren eine kurzzeitige Auszeit vom stressigen Alltag zu erreichen. Der Einsatz von Entspannungsmethoden soll dazu führen, dass ihr Leben entspannter wird und mehr Qualität gewinnt. Es werden Techniken des Autogenen Trainings, der Progressiven Muskelrelaxation nach Jacobsen, Phantasie Reisen, Atemtechniken vorgestellt.

Bitte bringen Sie 1-2 Decken, Kissen, bequeme Bekleidung und Socken mit.

**Ebersbach 15HA3100FL**


Beginn: Dienstag, 23.08.2015 Zeit: 19:30 - 20:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Manja Hauptmann, Entgelt: 42,80 €






## **Autogenes Training**

Das Autogene Training ist eine Entspannungsmethode, die die Teilnehmer nach anfänglicher Anleitung auch selbstständig und eigenverantwortlich anwenden und ist ein Weg aus dem Alltagsstress zu kommen. Das Autogene Training bietet eine Möglichkeit der Stressbewältigung bzw. Stressreduktion. Wenn Sie die Grundübungen beherrschen, werden Sie in der Lage sein, in kurzer Zeit Entspannung und Erholung zu finden. Dadurch steigern sich Wohlbefinden und Konzentration, die Selbstheilungskräfte werden aktiviert. Bitte bringen Sie 1-2 Decken, Kissen und Socken mit!



### **Weißwasser 15HA3101WW**


Beginn: Montag, 14.09.2015 Zeit: 18:00 - 19:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Weißwasser, Gelsdorfstraße, Physiotherapie Sorge, Kursleiter: Katrin Schuster, Entgelt: 57,78 €



### **Weißwasser 15HA3102WW**

Beginn: Donnerstag, 01.10.2015 Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Weißwasser, Phys.Praxismgemeinschaft. Zimmer, Str. d. Kraftwerker 10, Kursleiter: Doreen Hinkel, Entgelt: 57,78 €

---



## **Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson**

Mit vielfältiger Körperwahrnehmung und wohltuenden Bewegungsübungen lernen Sie verschiedene Möglichkeiten zur Rückengesundheit kennen, welche sich leicht in den Alltag integrieren lassen. Es werden Anregungen und Tipps für die Praxis gegeben und mehrere Übungsreihen angeboten, um zu Hause aus allen Alternativen Ihr eigenes Programm zusammen zu stellen.

Bitte feste Turnschuhe, Handtuch und bequeme Kleidung mitbringen.

### **Niesky 15HA3103NN**

Beginn: Mittwoch, 30.09.2015 Zeit: 16:30 - 17:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Physiotherapeutische Praxis Berton VIP Vitalität Pur, Entgelt: 52,43 €

### **Weißwasser 15HA3104WW**

Beginn: Freitag, 25.09.2015 Zeit: 16:00 - 17:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Weißwasser, Phys.Praxismgemeinschaft. Zimmer, Str. d. Kraftwerker 10, Kursleiter: Physiotherapeutische Praxis Berton VIP Vitalität Pur, Entgelt: 57,78 €

## Wochenendkurs: Klangschalenmassage

An diesem Wochenende erlernen Sie die Grundlagen der Klangschalenmassage in Theorie und Praxis. Sie erhalten einen Überblick über die Geschichte, Herkunft und Wirkung der tibetischen und nepalesischen Klangschalen und ihre wohltuende und entspannende Wirkung auf Körper, Geist und Psyche (Seele). Erste Schritte zur Handhabung der Klangschalen für den privaten Gebrauch und zur Selbstanwendung werden erklärt und geübt. Sie erlernen einfache und wirksame Anschlagtechniken, Körperpositionen und Partnerübungen, die dazu beitragen, das Herz- und Nervensystem zu beruhigen, das Körpergefühl zu verbessern und Verspannungen und Blockaden zu lösen. Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und ein kleines Kissen mitbringen.

### Zittau 15HA3105ZZ

Beginn: Freitag, 25.09.2015 Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr, und Samstag, 26.09.2015 Zeit: 09:00 - 12:00 Uhr, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Christina Höhne, Entgelt: 44,94 €

### Zittau 15HA3106ZZ

Beginn: Freitag, 27.11.2015 Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr, und Samstag, 28.11.2015 Zeit: 09:00 - 12:00 Uhr, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Christina Höhne, Entgelt: 44,94 €

## Fußreflexzonenmassage

Eine Fußreflexzonenmassage wirkt nicht nur wunderbar entspannend sondern kann auch unsere Gesundheit stärken und Erkrankungen lindern. Am Fuß gibt es Reflexpunkte von allen Organen, aber auch wichtige Akupunkturpunkte und Meridianverläufe. Während des Workshops erlernen Sie die Grundtechniken der Fußreflexmassage mit den wichtigsten Reflexpunkten. Danach können Sie dann gegenseitig praktisch üben. Mitzubringen sind ein Handtuch und Schuhwerk und Strümpfe, die Sie schnell ausziehen können.




### Niesky 15HA3107NN

Beginn: Samstag, 07.11.2015 Zeit: 13:30 - 15:45 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Kerstin Nedo, Entgelt: 14,45 €

## Stress erfolgreich managen! - Stressbewältigung und Resilienztraining

Der Kurs zielt darauf ab, negative Folgen für die körperliche und psychische Gesundheit aufgrund von chronischen Stresserfahrungen zu vermeiden, indem die >>








individuellen Bewältigungskompetenzen gestärkt werden. Sie lernen ein umfangreiches Repertoire an Methoden zur Stressbewältigung kennen, mit dem Ziel einer möglichst hohen Flexibilität im Umgang mit ihren individuellen Stressbelastungen und der Wiederherstellung der Balance zwischen Belastung und Entspannung. Integrale Bestandteile sind Themen wie Selbst - und Zeitmanagement, persönliche Arbeitsorganisation, Identifikation der persönlichen Stressverstärker im Beruf und Alltag, Genusstraining, Selbstmotivati-on, Kommunikationstechniken und Achtsamkeitsübungen. Als Entspannungsverfahren lernen Sie zusätzlich Autogenes Training und Progressive Muskel Entspannung kennen.

**Weißwasser 15HA3107WW**

Beginn: Freitag, 25.09.2015 Zeit: 16:00 - 20:00 Uhr, 3 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Benjamin Pause, Entgelt: 104,00 €

---

**Hatha- Yoga**

Dieser Kurs ist ein Angebot für Jung und Alt, um die Grundprinzipien und Grundhaltungen des Yoga zu erfahren und zu erleben. Die Teilnehmer nehmen stark strapazierte oder vernachlässigte Körperregionen wahr, kräftigen und dehnen die Muskulatur in Becken, Füßen, Bauch und Rücken. Die Unterrichtsinhalte und das didaktische Vorgehen sollen sie befähigen, eigenständig und selbstverantwortlich weiter zu üben. Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und ein kleines Kissen mitbringen.

**Löbau 15HA3110LL**

Beginn: Donnerstag, 27.08.2015 Zeit: 16:30 - 18:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Hanka Tempel, Entgelt: 69,60 €

**Löbau 15HA3111LL**

Beginn: Donnerstag, 27.08.2015 Zeit: 18:15 - 19:45 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Hanka Tempel, Entgelt: 69,60 €

**Löbau 15HA3117LL**

Beginn: Donnerstag, 03.12.2015 Zeit: 18:15 - 19:45 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Hanka Tempel, Entgelt: 56,00 €

**Löbau 15HA3116LL**

Beginn: Donnerstag, 03.12.2015 Zeit: 16:30 - 18:00 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Hanka Tempel, Entgelt: 56,00 €

**Niesky 15HA3115NN**

Beginn: Dienstag, 15.09.2015 Zeit: 18:30 - 20:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Jana Schneider, Entgelt: 70,00 €

**Niesky 15HA3116NN**

Beginn: Freitag, 18.09.2015 Zeit: 16:00 - 17:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Jana Schneider, Entgelt: 70,00 €

**Niesky 15HA3118NN**

Beginn: Mittwoch, 16.09.2015 Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Jana Schneider, Entgelt: 70,00 €

**Walddorf-Eibau 15HA3112EL**

Beginn: Montag, 07.09.2015 Zeit: 17:30 - 19:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Walddorf- Eibau, Dorfgemeinschaftshaus, Kursleiter: Andrea Thiele, Entgelt: 69,00 €

**Walddorf-Eibau 15HA3113EL**

Beginn: Dienstag, 08.09.2015 Zeit: 17:30 - 19:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Walddorf- Eibau, Dorfgemeinschaftshaus, Kursleiter: Andrea Thiele, Entgelt: 69,00 €

**Walddorf-Eibau 15HA3114EL**

Beginn: Mittwoch, 09.09.2015 Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Walddorf- Eibau, Dorfgemeinschaftshaus, Kursleiter: Andrea Thiele, Entgelt: 69,00 €

**Walddorf-Eibau 15HA3115EL**

Beginn: Mittwoch, 09.09.2015 Zeit: 17:30 - 19:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Dorfgemeinschaftshaus Walddorf, Kirschallee 1(ehem. Schule), Kursleiter: Andrea Thiele, Entgelt: 69,00 €

**Hatha- Yoga am Vormittag**

Yoga ist eine jahrtausendalte Methode, die mit gezielten Übungen und Haltungen Kreislauf, Organe und Muskeln anregt. Diese Übungen können von jedem Menschen bis ins hohe Alter ausgeführt werden. Der Übende kann Ruhe, Konzentration und Entspannung finden und Freude mit in den Alltag nehmen.

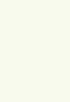
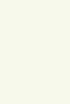
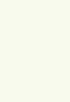
Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und ein kleines Kissen mitbringen.

**Ebersbach 15HA3119EL**


Beginn: Montag, 28.09.2015 Zeit: 09:00 - 10:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Roswitha Lange, Entgelt: 56,00 €

**Niesky 15HA3114NN**

Beginn: Donnerstag, 01.10.2015 Zeit: 09:00 - 10:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Jana Schneider, Entgelt: 70,00 €








## **Hatha Yoga für Kinder 7-10 Jahre - Schnupperkurs**


Ein Schnupperkurs für Kinder im Alter von 7 bis 10 Jahren, um die Grundprinzipien der Yoga zu erleben. Die Kinder lernen den Wechsel von Anspannung und Entspannung. Bequeme Kleidung, eine Decke und ein kleines Kissen sind mitzubringen!




### **Niesky 15HA3119NN**

Beginn: Freitag, 18.09.2015 Zeit: 15:00 - 15:45 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Jana Schneider, Entgelt: 28,00 €


---



### **Hormon- Yoga streicht die Seele!**



Mehr Vitalität und Ausgeglichenheit, Energie und Lebensfreude erreichen Sie mit Hormon-Yoga. Darin sind Elemente aus verschiedenen Yoga-Richtungen vereint, die alle gezielt auf Eierstöcke, Schilddrüse, Hirnanhangsdrüse (Hypophyse) und Nebennieren wirken. Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und ein kleines Kissen mitbringen.



### **Löbau 15HA311ALL**

Beginn: Samstag, 14.11.2015 Zeit: 09:00 - 13:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Hanka Tempel, Entgelt: 40,00 €



### **Zittau 15HA311BZZ**

Beginn: Samstag, 31.10.2015 Zeit: 09:00 - 13:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Hanka Tempel, Entgelt: 40,00 €

---

## **Yoga**

Yoga ist eine jahrtausendalte Methode, die mit gezielten Übungen und Haltungen Kreislauf, Organe und Muskeln anregt. Diese Übungen können von jedem Menschen bis ins hohe Alter ausgeführt werden. Der Übende kann Ruhe, Konzentration und Entspannung finden und Freude mit in den Alltag nehmen.

Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und ein kleines Kissen mitbringen.

### **Zittau 15HA311CZZ**

Beginn: Dienstag, 15.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Ramona Wünsche, Entgelt: 69,60 €

### **Zittau 15HA311DZZ**

Beginn: Dienstag, 15.09.2015 Zeit: 19:15 - 20:45 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Ramona Wünsche, Entgelt: 69,60 €

**Zittau 15HA311EZZ**

Beginn: Dienstag, 25.08.2015 Zeit: 09:30 - 11:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Cornelia Dietze, Entgelt: 60,00 €

**Zittau 15HA311FZZ**

Beginn: Donnerstag, 27.08.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Cornelia Dietze, Entgelt: 60,00 €

**Zittau 15HA311GZZ**

Beginn: Donnerstag, 27.08.2015 Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Cornelia Dietze, Entgelt: 60,00 €

**Qi Gong**

Qi Gong ist Bestandteil der traditionellen chinesischen Medizin. Es bedeutet wörtlich übersetzt -Die Arbeit (Gong) mit der Lebenskraft (Qi). Diese Lebenskraft ist die Energie, welche alle notwendigen Prozesse in unserem Körper aufrecht erhält und steuert. Mit Qi Gong bleiben wir aber nicht nur funktionsfähig mit regelmässigem Training helfen wir dem Organismus Ressourcen aufzubauen.

Aus dem Zusammenwirken verschiedener Komponenten wie Atmung, Bewegung und Achtsamkeit entsteht ein anderes Bewusstsein für unseren Körper. Durch die Konzentration auf langsame Bewegungsabläufe lernen wir loszulassen von unseren alltäglichen Gedanken auch der Geist erhält somit die Möglichkeit zur Regeneration.

Qi Gong wirkt also auf körperlicher, wie psychischer Ebene entspannend, regenerierend und gleichzeitig kräftigend.

Bitte bequeme Kleidung tragen, Decke und Kissen mitbringen.

**Ebersbach 15HA3122EL**

Beginn: Freitag, 25.09.2015 Zeit: 18:00 - 19:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Dana Möbius-Lüke, Entgelt: 60,00 €


**Löbau 15HA3121LL**

Beginn: Freitag, 18.09.2015 Zeit: 15:30 - 17:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Sylvia Herbig, Entgelt: 70,00 €

**Niesky 15HA3123NN**


Beginn: Sonntag, 20.09.2015 Zeit: 14:00 - 17:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Michael Block, Entgelt: 16,00 € >>






### **Niesky 15HA3124NN**

Beginn: Dienstag, 29.09.2015 Zeit: 16:30 - 18:00 Uhr, 5 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Michael Block, Entgelt: 40,00 €



### **Weißwasser 15HA3125WW**


Beginn: Donnerstag, 29.10.2015 Zeit: 16:30 - 18:00 Uhr, 5 Veranstaltungen, Ort: Weißwasser, Brüder Grimm Schule, Turnhalle, Kursleiter: Michael Block, Entgelt: 40,00 €





### **Zittau 15HA3122ZZ**

Beginn: Freitag, 25.09.2015 Zeit: 15:00 - 16:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dana Möbius-Lüke, Entgelt: 60,00 €

---



### **Workshop: Qi Gong im Einklang mit der Natur**



In der fernöstlichen Lebensphilosophie, welche sich grundlegend und umfassend in allen Formen des Qi Gong wiederspiegelt, betrachtet sich der Mensch nicht wie in unserer Kultur üblich als über allem stehend, sondern wir Lebewesen sind Teil der Natur. Wir sind Bindeglied zwischen Himmel und Erde. Als solches tragen wir dazu bei, die Gesetze der Natur im Einklang zu halten und wir tragen Verantwortung sowohl für uns, als auch für unsere Umwelt. Denn alles ist mit allem verbunden, alles ist voneinander abhängig, alles beeinflusst sich in gegenseitiger Wechselwirkung. Die Erde lässt Pflanzen wachsen und versorgt uns Menschen mit materieller Nahrung. Sonnenlicht ermöglicht den Pflanzen die Herstellung von Sauerstoff und lässt uns Menschen somit atmen. So erhalten uns Himmel und Erde am Leben. Was geben wir Menschen unserer Umwelt zurück ?Im stillen Qi Gong konzentriert der Übende seine Aufmerksamkeit auf die Bewegungen im Inneren des Körpers auf den Fluss der uns innewohnende Energie. Die Energie (Qi) folgt unseren Gedanken und wir lenken sie somit in die gewünschte Richtung. Für den aussenstehenden Betrachter sind keine körperlichen Bewegungen sichtbar und ihm erscheint der Übende in einem meditativen Zustand.

In den Übungen des bewegten Qi Gong bewegen wir unseren Körper, kräftigen unsere Muskulatur und stärken unsere Abwehrkräfte. Die Bewegungsabläufe entstanden als ein Abbild aus den Beobachtungen der Natur. So entwickelten sich zahlreiche Übungsformen, denen jedoch 3 Aspekte allen gemeinsam sind: die Schulung von Körper, Atmung und Vorstellungskraft.

Bitte bequeme Kleidung tragen, Decke und Kissen mitbringen.

### **Zittau 15HA3126ZZ**

Beginn: Freitag, 11.09.2015 Zeit 16:00 Uhr-19:15 Uhr, und Samstag ,12.09.2015, 09:30-12:30 Uhr, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dana Möbius-Lüke, Entgelt: 40,00 €

## Bewegung

### Bildungsinhalte - Bewegung

- Vermittlung von Grundlagen der Anatomie und Physiologie
- Informationen über die Wirkung von Belastungsmöglichkeiten und -grenzen sowie potenzielle Gefahren einzelner Übungen
- Kennenlernen der Voraussetzungen für die Entwicklung körperlicher Fähigkeiten und Fertigkeiten wie Kraft, Beweglichkeit, Ausdauer, Koordination, Dehnung und Entspannung
- Möglichkeiten der Kontrolle und Dokumentation von Belastungsfaktoren zur individuellen Steuerung und Motivation
- Informationen zur gesundheitsfördernden Wirkung von Bewegung und Entspannung
- Kenntnisse der Trainingsprinzipien (Häufigkeit / Intensität)
- Vermittlung eines gesundheitsorientierten Bewegungsverhaltens und Motivation zu regelmäßiger Bewegung im Alltag

### Rückhalt- Wirbelsäulengymnastik

Mit vielfältiger Körperwahrnehmung und wohltuenden Bewegungsübungen lernen Sie verschiedene Möglichkeiten zur Rückengesundheit kennen, welche sich leicht in den Alltag integrieren lassen. Es werden Anregungen und Tipps für die Praxis gegeben und mehrere Übungsreihen angeboten, um zu Hause aus allen Alternativen Ihr eigenes Programm zusammen zu stellen. Ziel dieser Kurse ist die Förderung von Gesundheit und die Vorbeugung von Rückenbeschwerden, nicht deren Therapie.

Die Kursleiter/innen sind ausschließlich staatlich geprüfte Physiotherapeut/innen oder Diplomsportlehrer/innen.

Bitte feste Turnschuhe, Handtuch und bequeme Kleidung mitbringen.

#### Herrnhut 15HA3217HL

Beginn: Dienstag, 10.11.2015 Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Herrnhut, Turnhalle Goethestr., Kursleiter: Silke Pollack, Entgelt: 49,10 €


#### Herrnhut 15HA3219HL

Beginn: Dienstag, 10.11.2015 Zeit: 20:00 - 21:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Herrnhut, Turnhalle Goethestr., Kursleiter: Silke Pollack, Entgelt: 49,10 €

#### Herwigsdorf 15HA3215HL


Beginn: Mittwoch, 16.09.2015 Zeit: 18:00 - 19:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Turnhalle Mittelschule Herwigsdorf, Kursleiter: Angela Rabe, Entgelt: 49,90 € >>






**Herwigsdorf 15HA3216HL**

Beginn: Mittwoch, 16.09.2015 Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Turnhalle Mittelschule Herwigsdorf, Kursleiter: Angela Rabe, Entgelt: 49,90 €




**Löbau 15HA3212LL**

Beginn: Montag, 07.09.2015 Zeit: 08:30 - 09:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Claudia Henke-Freudenberg, Entgelt: 37,10 €




**Neusalza-Spremberg 15HA3213NL**

Beginn: Montag, 14.09.2015 Zeit: 18:00 - 19:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Physiotherapie Wendler Neusalza-Spremberg, Kursleiter: Annemone Wendler, Entgelt: 49,20 €



**Neusalza-Spremberg 15HA3219NL**

Beginn: Montag, 18.01.2016 Zeit: 19:30 - 20:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Physiotherapie Wendler Neusalza-Spremberg, Kursleiter: Annemone Wendler, Entgelt: 49,20 €



**Niesky 15HA321GNN**

Beginn: Montag, 28.09.2015 Zeit: 14:00 - 15:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Richard Fröhlich, Entgelt: 49,00 €



**Niesky 15HA321HNN**

Beginn: Montag, 28.09.2015 Zeit: 09:30 - 10:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Physiotherapeutische Praxis Berton VIP Vitalität Pur, Entgelt: 49,00 €

**Niesky 15HA321INN**

Beginn: Montag, 21.09.2015 Zeit: 16:00 - 17:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Stefanie Mährdel, Entgelt: 49,00 €

**Niesky 15HA321KNN**

Beginn: Montag, 28.09.2015 Zeit: 10:00 - 11:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Niesky, Physiotherapie Möbius, Hausmannstr. 5, Kursleiter: Stefanie Mährdel, Entgelt: 61,00 €

**Niesky 15HA321JNN**

Beginn: Mittwoch, 30.09.2015 Zeit: 17:45 - 18:45 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Physiotherapeutische Praxis Berton VIP Vitalität Pur, Entgelt: 49,00 €

**Ruppertsdorf 15HA3210HR**

Beginn: Donnerstag, 27.08.2015 Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Ruppertsdorf, Turnhalle, Kursleiter: Silke Pollack, Entgelt: 49,10 €

**Ruppersdorf 15HA3211HR**

Beginn: Donnerstag, 27.08.2015 Zeit: 20:00 - 21:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Ruppersdorf, Turnhalle, Kursleiter: Silke Pollack, Entgelt: 49,10 €

**Weißwasser 15HA321JWW**

Beginn: Mittwoch, 30.09.2015 Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Weißwasser, Phys.Praxisgemeinschaft. Zimmer, Str. d. Kraftwerker 10, Kursleiter: Heidrun Zimmer, Entgelt: 49,00 €

**Zittau 15HA3214ZZ**

Beginn: Dienstag, 15.09.2015 Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Maika Röpke, Entgelt: 46,40 €

**Ich beweg mich: Fit im Alltag**

Den Rücken stark machen, den Körper in Balance bringen und sich geschmeidig bewegen. Die Gelenk schonende Gymnastik stabilisiert den Rücken, löst Verspannungen und sorgt für eine bessere Haltung, dabei steht auch Ihre individuelle Situation im Mittelpunkt. Sie lernen viele nützliche Tricks kennen, die Ihnen dabei helfen, Ihre Wirbelsäule zu Hause und am Arbeitsplatz zu entlasten. Entspannungs- und Atemübungen sorgen für Erholung und ein positives Körpergefühl. Gut für - alle, die Ihrem Rücken etwas Gutes tun möchten. Auch für Menschen, die leichte Verschleißerscheinungen an der Wirbelsäule haben, Osteoporose oder Arthrose vorbeugen möchten, ist dieser Kurs ideal.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke

**Weißwasser 15HA321LWW**

Beginn: Freitag, 04.09.2015 Zeit: 14:00 - 15:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Weißwasser, Phys.Praxisgemeinschaft. Zimmer, Str. d. Kraftwerker 10, Kursleiter: Heidrun Zimmer, Entgelt: 52,80 €

**Weißwasser 15HA321NWW**

Beginn: Freitag, 02.10.2015 Zeit: 13:00 - 14:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Weißwasser, Phys.Praxisgemeinschaft. Zimmer, Str. d. Kraftwerker 10, Kursleiter: Heidrun Zimmer, Entgelt: 49,00 €

**Weißwasser 15HA321OWW**

Beginn: Montag, 28.09.2015 Zeit: 10:00 - 11:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Weißwasser, Phys.Praxisgemeinschaft. Zimmer, Str. d. Kraftwerker 10, Kursleiter: Heidrun Zimmer, Entgelt: 49,00 €



## **Pilates für Anfänger**

Pilates ist ein ganzheitliches, sanftes Körpertraining das Körper und Geist in Einklang bringt.

Wir arbeiten mit der Energie aus der Körpermitte um einen natürlichen Bewegungsfluß zu erhalten.

Dabei gehen Muskelkräftigung und Dehnung Hand in Hand. Bauch-Rücken und Gesäßmuskulatur werden zu einem natürlichen Korsett um die Wirbelsäule aufgebaut. Dieses effiziente Muskeltraining wird sehr bewußt zusammen mit der Atmung ausgeführt. Funktionsgymnastik nach Pilates ist für jede Fitnessstufe und für jedes Alter geeignet.

Bitte bringen Sie für alle Kurse bequeme Kleidung, Kissen und eine Decke mit.

### **Weißwasser 15HA322AWW**

Beginn: Dienstag, 08.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Weißwasser, Praxis am Markt, Luisenstr. 2, Kursleiter: Ines Schönwälder, Entgelt: 55,00 €

### **Zittau 15HA3221ZZ**

Beginn: Donnerstag, 10.09.2015 Zeit: 18:30 - 19:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Bettina Schwoerer, Entgelt: 42,00 €

Das interessante Kursprogramm enthält weitere differenzierte Übungen.

### **Zittau 15HA3224ZZ**

Beginn: Montag, 28.09.2015 Zeit: 19:30 - 20:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Ramona Mehnert, Entgelt: 42,00 €

---

## **Pilates für Fortgeschrittene**

Für alle, die bereits Pilateskurse besucht haben, darin geübt sind und das Gelernte vertiefen möchten, empfiehlt sich die Teilnahme an diesem Kurs.

### **Zittau 15HA3223ZZ**

Beginn: Mittwoch, 26.08.2015 Zeit: 19:30 - 20:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Silke Pollack, Entgelt: 42,00 €

### **Zittau 15HA3222ZZ**

Beginn: Donnerstag, 10.09.2015 Zeit: 19:30 - 20:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Bettina Schwoerer, Entgelt: 42,00 €

## Gymnastik

Schwerpunkt des Kurses sind gymnastische Bewegungsformen mit unterschiedlicher Ausrichtung.

In jeder Kurseinheit findet ein Wechsel zwischen Anleitung und Demonstration durch den Kursleiter statt. Ziel ist es verschiedene Möglichkeiten der Bewegungs- und Körpererfahrung zu erlernen und Wege zu einer dauerhaften Installierung von Bewegung im Alltag zu erlernen.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, rutschfeste Turnschuhe und ein großes Handtuch

### Löbau 15HA3230LL

Beginn: Donnerstag, 27.08.2015 Zeit: 18:00 - 19:00 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Sporthalle Gymnasium Löbau, Kursleiter: Regina Gärtner, Entgelt: 53,00 €

### Löbau 15HA3231LL

Beginn: Donnerstag, 27.08.2015 Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Gesundheitsstudio Löbau, Kursleiter: Regina Gärtner, Entgelt: 53,00 €

### Löbau 15HA3232LL

Beginn: Mittwoch, 09.09.2015 Zeit: 18:45 - 19:45 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Beate Zehler, Entgelt: 53,00 €

### Löbau 15HA3239LL

Beginn: Donnerstag, 07.01.2016 Zeit: 18:00 - 19:00 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Gesundheitsstudio Löbau, Kursleiter: Regina Gärtner, Entgelt: 53,00 €

### Löbau 15HA323BLL

Beginn: Donnerstag, 07.01.2016 Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Gesundheitsstudio Löbau, Kursleiter: Regina Gärtner, Entgelt: 53,00 €


### Zittau 15HA3231ZZ

Beginn: Donnerstag, 10.09.2015 Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Turnhalle Fröbelschule, Olbersdorf, Kursleiter: Dr.Cornelia Voigt-Spychala, Entgelt: 53,00 €

---







## **Gymnastik II**

Mitzubringen sind Sportsachen und Turnschuhe.




### **Ebersbach 15HA3233EL**

Beginn: Montag, 07.09.2015 Zeit: 18:30 - 19:30 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Andrea Wilhelm, Entgelt: 53,00 €



### **Ebersbach 15HA3234EL**

Beginn: Montag, 07.09.2015 Zeit: 19:45 - 20:45 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Andrea Wilhelm, Entgelt: 53,00 €



### **Ebersbach 15HA3235EL**

Beginn: Donnerstag, 10.09.2015 Zeit: 19:45 - 20:45 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Andrea Wilhelm, Entgelt: 53,00 €



### **Ebersbach 15HA3236EL**

Beginn: Donnerstag, 10.09.2015 Zeit: 18:30 - 19:30 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Andrea Wilhelm, Entgelt: 53,00 €

---



## **Bauch-Beine-Po**

Sie wollen Ihren Körper schnell in Form bringen? Mit diesem intensiven Workout trainieren Sie Ihr Bauchmuskulatur, Beine und Po und verbessern die Ausdauer. Bitte feste Turnschuhe, Handtuch und bequeme Kleidung mitbringen.

### **Neusalza-Spremberg 15HA3237NL**

Beginn: Mittwoch, 30.09.2015 Zeit: 19:30 - 20:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Physiotherapie Wendler Neusalza-Spremberg, Kursleiter: Annemone Wendler, Entgelt: 49,90 €

---

## **Balance - Gleichgewicht und Körperstärke *NEU!***

Sie erlernen alltagstaugliche Übungen zur Wiedererlangung, Erhaltung oder Verbesserung der Körperstärke, die zur Verbesserung koordinativer Fähigkeiten des Gleichgewichtes dienen sowie Übungen, die auch mit der Verrichtung der Alltagsbewältigung kombiniert werden können.

### **Weißwasser 15HA3238WW**

Beginn: Donnerstag, 24.09.2015 Zeit: 18:15 - 19:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Weißwasser, Brüder Grimm Schule, Turnhalle, Kursleiter: Detlef Kasper, Entgelt: 34,00 €

## Der eigene Körper - ein effektives Fitnessgerät **NEU!**

Sie fühlen sich kraftlos? Ihnen fallen gewohnte Tätigkeiten zunehmend schwerer? Dann sind Sie in diesem allgemeinen Kräftigungskurs richtig! In aktiven 60 Minuten trainieren Sie vielseitig in jeder Übungsstunde mit wechselnden Schwerpunkten alle relevanten Körperpartien.

### **Weißwasser 15HA3239WW**

Beginn: Donnerstag, 24.09.2015 Zeit: 19:15 - 20:15 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Weißwasser, Brüder Grimm Schule, Turnhalle, Kursleiter: Detlef Kasper, Entgelt: 42,00 €

---

### **Musikalisch rhythmische Bewegung**

Schwerpunkt des Kurses sind gymnastische Bewegungsformen mit unterschiedlicher Ausrichtung. In jeder Kurseinheit findet ein Wechsel zwischen Anleitung und Demonstration durch den Kursleiter statt. Ziel ist es verschiedene Möglichkeiten der Bewegungs- und Körpererfahrung anzubieten und Wege zu einer dauerhaften Installierung von Bewegung im Alltag aufzuzeigen.

### **Niesky 15HA323GNN**

Beginn: Mittwoch, 02.09.2015 Zeit: 18:30 - 19:30 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Niesky, Gutenbergschule, Niesky, Bautzener Str. 48a, Kursleiter: Jana Schmidt, Entgelt: 41,60 €

---

### **Bewegung für Bauch und Hüfte**

Fantasievolle und fließende, kraftvolle und temperamentvolle Bewegungen unterlegt mit orientalischen Rhythmen, vermitteln uns Lebensfreude und Anmut. Sie erlernen Übungen, welche die Körperhaltung verbessern und die Rücken- und Beckenmuskulatur kräftigen sowie Verspannungen abbauen. Der Kurs umfasst Erwärmungs- und Dehnübungen, Basiselemente sowie Koordinationsübungen.

### **Weißwasser 15HA323IWW**


Beginn: Freitag, 04.09.2015 Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Berufl. Schulzentr.WW Turnhalle Fröbel-Str., Kursleiter: Ines Müller, Entgelt: 52,00 €

---

### **Ran an die Problemzonen**

Dieser Kurs beinhaltet ein Training zur Straffung der Muskulatur des gesamten Körpers. Wir wollen mit gezielten Kraft- und Dehnungsübungen den einseitigen Belastungen >>





des Alltages begegnen und mit einem ausgewogenen Ausdauertraining unsere Gesundheit stabilisieren. Das Bewegungsprogramm dient vornehmlich für die Ankurbelung des Herz-Kreislauf-Systems. Muskeltraining für den Rücken sowie die Koordination und die Beweglichkeit zu steigern. Entspannungstechniken runden das Ganzkörpertraining ab.




### **Weißwasser 15HA323JWW**

Beginn: Montag, 07.09.2015 Zeit: 17:45 - 18:45 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Weißwasser, Brüder Grimm Schule, Turnhalle, Kursleiter: Silke Prietzel, Entgelt: 42,00 €

---



### **Nichts für Bewegungsmuffel**




Im Kurs werden alle Muskelgruppen gezielt trainiert. Nach einer Erwärmungsphase mit Elementen aus dem Aerobic werden im Hauptteil durch abwechslungsreiche Übungen Oberkörper, Bauch, Beine, Rücken und Po gekräftigt. Dehnungs- und Entspannungsübungen runden das Programm ab.



### **Weißwasser 15HA323KWW**

Beginn: Montag, 07.09.2015 Zeit: 20:00 - 21:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Weißwasser, Brüder Grimm Schule, Turnhalle, Kursleiter: Mandy Schreiber, Entgelt: 41,60 €

---



### **Power - Mix**

Die Freude an der Bewegung steht bei diesem Kurs im Vordergrund. Ihre Fähigkeiten, verschiedene Dinge gleichzeitig zu einer harmonischen Bewegung zu verbinden, werden geübt. Ziel des Kurses ist, die unterschiedlichsten Bewegungsabläufe in Einzel-, Partner und Gruppenübungen zu erfahren. Die Kursteilnehmer sollen zu einer inneren und äußeren Balance gelangen, um sicherer den Anforderungen der alltäglichen und sportlichen koordinativen Bewegungsfähigkeiten gerecht zu werden. Jede Kurseinheit beinhaltet Wissenswertes über die Ziele und Inhalte der Kurseinheit und Fachliches über koordinative Fähigkeiten.

### **Niesky 15HA323MNN**

Beginn: Montag, 07.09.2015 Zeit: 18:45 - 20:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Niesky, Turnhalle, Gutenbergschule, Bautzener Str. 48a, Kursleiter: Theresia Rothe, Entgelt: 46,40 €

### **Weißwasser 15HA323LWW**

Beginn: Mittwoch, 02.09.2015 Zeit: 18:00 - 19:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Weißwasser, Brüder Grimm Schule, Turnhalle, Kursleiter: Cathleen Schröder, Entgelt: 40,60 €

## Herz-Kreislauf-Training im Wasser

Das Sammeln von Körper- und Bewegungserfahrungen im Wasser steht im Vordergrund. Die Teilnehmer sollen die physikalischen Eigenschaften des Wassers mit und ohne Hilfsmittel erfahren und erkennen. Es werden die koordinativen Fähigkeiten abwechslungsreich miteinander kombiniert und trainiert. Es werden Anregungen und Vorschläge gegeben, um die Teilnehmer zu einem überdauernden Bewegungsverhalten zu motivieren.

Bei Vorliegen einer Herz- oder Kreislauferkrankung muss Rücksprache mit einem Arzt genommen werden!

### Weißwasser 15HA3242WW

Beginn: Dienstag, 01.09.2015 Zeit: 20:00 - 20:45 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Schwimmhalle Weißwasser, Kursleiter: Rosemarie Müller, Entgelt: 75,00 €

### Weißwasser 15HA3243WW

Beginn: Montag, 07.09.2015 Zeit: 10:00 - 10:45 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Schwimmhalle Weißwasser, Kursleiter: Joachim Müller, Entgelt: 75,00 €

---

## Wassergymnastik

Für viele sind gymnastische Übungen an Land nicht mehr möglich - anders jedoch im Wasser. Dieser Ort ist ideal für eine schonende Muskel- und Gelenkarbeit, da sich das Körpergewicht durch den Auftrieb stark reduziert.

Bei abwechslungsreichen Übungen wird Ihre Muskulatur gestärkt und wieder in Balance gebracht. Sie gewinnen schon nach kurzer Zeit neue Energien für den Alltag


### Krauschwitz 15HA3247KW

Beginn: Freitag, 04.09.2015 Zeit: 10:45 - 11:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Erlebniswelt Krauschwitz, Kursleiter: Theresia Rothe, Entgelt: 60,00 €


### Weißwasser 15HA3245WW

Beginn: Mittwoch, 09.09.2015 Zeit: 14:00 - 14:45 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Schwimmhalle Weißwasser, Kursleiter: Inh. Marlies Sorge Physiotherapie Sorge, Entgelt: 75,00 €






## Aqua Bike



Beim Aquabiken werden die Prinzipien des schon bekannten Indoorcyclings mit den Vorteilen des Wassers kombiniert. Das Training im Wasser ist viermal so effektiv wie an Land. Das Herz-Kreislauf-System wird optimiert, das Bindegewebe gestrafft, die Muskeln sanft massiert, die Figur geformt und der Fettstoffwechsel angeregt. Aquabiken ist für alle geeignet, die Spaß an der Bewegung mit Musik haben. Im Anschluss können Sie im Whirlpool oder Dampfbad entspannen. Bitte beachten Sie: Der Kurs ist nicht geeignet für Teilnehmer mit ansteckenden Krankheiten, Herzinsuffizienz, akutem Asthma bronchiale, schweren Herzrhythmusstörungen, gehäuften Angina pectoris Anfällen, Anfallsleiden (Epilepsie), offene Wunden (z.B. offenes Bein bei Venenleiden) und allen akuten Infektionen und Entzündungen. Bei Fragen konsultieren Sie Ihren Hausarzt.




### **Krauschwitz 15HA324AKW**



Beginn: Donnerstag, 24.09.2015 Zeit: 19:00 - 19:45 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Erlebniswelt Krauschwitz, Kursleiter: Nadine Franill, Entgelt: 90,00 €

---



### **Herz-Kreislauf-Training**

Sie wünschen sich mehr Vitalität, Kraft und Beweglichkeit für Ihre Gesundheit? Dieser Kurs für ist abwechslungsreich und wirkungsvoll und ist für Einsteiger und Fortgeschrittene geeignet. Kräftigen Sie Ihre Muskulatur, trainieren Sie Herz und Kreislauf und kurbeln die Fettverbrennung an. Ein Ganzkörpertraining, bei dem Sie bald Erfolge spüren werden.

### **Ebersbach 15HA3260FL**

Beginn: Dienstag, 08.09.2015 Zeit: 18:30 - 19:30 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Madlen Beckel, Entgelt: 53,00 €

---

### **Herz-Kreislauf-Training / Schwerpunkt Step - Aerobic**

Dieser Kurs vermittelt erste Grundschrirte des aeroben Herz-Kreislauf-Trainings auf einer höhenverstellbaren Plattform, kombiniert mit einfachen Armbewegungen. Neben Kräftigungs- und Dehnübungen werden Übungen zur Verbesserung der Körperwahrnehmung, der Koordination und zum Transfer in den Alltag erlernt. Es ist ein Ausdauertraining unter Pulskontrolle, bei dem u.a. die Motivation und der Spaß an Bewegung Inhalte des Kurses sind.

### **Niesky 15HA3263NN**

Beginn: Donnerstag, 03.09.2015 Zeit: 17:15 - 18:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Silke Prietzel, Entgelt: 36,00 €

**Weißwasser 15HA3262WW**

Beginn: Montag, 07.09.2015 Zeit: 19:00 - 19:45 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Weißwasser, Brüder Grimm Schule, Turnhalle, Kursleiter: Mandy Schreiber, Entgelt: 34,80 €

**Zittau 15HA3261ZZ**

Beginn: Montag, 28.09.2015 Zeit: 18:00 - 19:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Ramona Mehnert, Entgelt: 48,00 €

---

## Gesundheitspflege Vorträge

**Gesundheit beginnt im Kopf - Das Zusammenspiel Mensch, Gesundheit & Energien**

Nach heutigen Stand der Wissenschaft schwingt alles im Universum. Jede Information trägt eine Frequenz in sich, welche in jedem Menschen in Zellebene abgespeichert wird. Die Energien beeinflussen unser Leben und unsere Gesundheit positiv oder negativ. Dieser Vortrag vermittelt für jeden gut verständlich Wissen und Kenntnisse aus einer ganzheitlichen Sichtweise wie z.B. Gefühle und Gedanken schwächen oder stärken können und warum man sich schützen sollte. Nur wer Wissen hat kann Dinge im Leben verändern.

**Löbau 15HA3500LL**

Beginn: Freitag, 02.10.2015 Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Katharina Seemann, Entgelt: 6,00 €

**Der Rückenschmerz- Ursache - Folge?**

Der Rücken ist nicht nur für den Halt und die Beweglichkeit zuständig. Seelische Ungleichgewichte, eigene, fremde Belastungen und Ängste bringen Störungen und können zu Wirbel- und Gelenksverschiebungen führen. Das eigene Fehlverhalten und bestimmte Gedankenprogramme können starke Auswirkungen haben. Schon die Informationen, die der Embryo im Mutterleib erhalten hat, ist auf Zellebene bei jedem immer noch zu finden. Der Körper ist der Ausdruck von seelischen, und geistigen Disharmonien. Wer verstehen möchte warum Muskeln und Gelenke kaum die Ursache für einen Rückenschmerz sind, ist bei diesen Vortrag genau richtig.

**Löbau 15HA3501LL**

Beginn: Freitag, 30.10.2015 Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Katharina Seemann, Entgelt: 6,00 €



## **Allergien und Nahrungsmittelunverträglichkeiten**

Oft sind wir mit Heuschnupfen, starken Juckreiz bei Neurodermitis oder Luftnot durch Allergien in unseren Leben eingeschränkt. Über Ernährungstipps und Erfahrungen aus der Pflanzenheilkunde erfahren sie anhand von Bildern Möglichkeiten für den Umgang mit diesen Erkrankungen. In meinen Beispielen werde ich viel auf Kinder eingehen. Nach dem Vortrag gibt es Möglichkeiten Fragen zu stellen und mit mir ins Gespräch zu kommen. Eine Anmeldung zu diesem Vortrag ist unbedingt erforderlich.

### **Zittau 15HA3501ZZ**

Beginn: Dienstag, 10.11.2015 Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Christine Cieslak, Entgelt: 6,00 €

---

## **Organspende? Informiert entscheiden!**

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit dem Kreiskrankenhaus Weißwasser, der Apotheke am Bahnhof und der Volkshochschule Dreiländereck! Für manche Menschen gilt nicht nur der im Pass vermerkte Geburtstag. Es ist auch der Tag, an dem sie mit einem neuen Herz, einer neuen Leber ein „zweites“ Leben beginnen. Durch Organtransplantationen erhalten viele Menschen ihre Lebensqualität zurück. Die Themen „Organspende“ und Organtransplantationen verlangen nach klaren Regeln. Informationen zu diesen sensiblen Themen erhalten sie bei diesem Vortrag.

### **Weißwasser 15HA3503WW**

Beginn: Donnerstag, 01.10.2015 Zeit: 16:00 - 17:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Stadtbibliothek Weißwasser, Str. des Friedens 14, Kursleiter: Konrad Pleul, Entgelt: kostenlos

---

## **Vortrag: Wenn der Rücken schmerzt**

Orthopädisches Zentrum der Martin-Ulbrich-Haus Rothenburg gGmbH

### **Löbau 15HA3502LL**

Beginn: Freitag, 10.11.2015 Zeit: 18:00 - 19:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: OA Dr. med. Andreas Glaubitz, Entgelt: kostenlos

---

## **Eine Veranstaltung des Kreiskrankenhaus Weißwasser und der AOK Plus**

Wann muss ich mit meinem Kind zum Arzt?  
Praxistipp: Besichtigung der Kinderstation

### **Weißwasser 15HA3502WW**

Beginn: Mittwoch, 09.09.2015 Zeit: 15:00 - 16:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Kreiskrankenhaus Weißwasser, Karl-Liebknecht-Str. 1, Cafeteria, Kursleiter: Dr.med. Mathias Gennè, Entgelt: kostenlos

## 1. Hilfe bei Baby- und Kleinkindunfällen

### Weißwasser 15HA3504WW

Beginn: Mittwoch, 04.11.2015 Zeit: 15:00 - 16:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Kreiskrankenhaus Weißwasser, Karl-Liebknecht-Str. 1, Cafeteria, Kursleiter: Dr.med. Mathias Gennè, Entgelt: kostenlos

## Fortbildung für Pflegekräfte

### Gesprächsführung in der Pflege - Seminar für Pflegekräfte

Modell der lösungsorientierten Gesprächsführung

- Methoden für den Einstieg in ein Gespräch
- Haltung im Gespräch
- Fragetechniken
- schwierige Gespräche führen

### Weißwasser 15HA3505WW

Beginn: Samstag, 30.01.2016 Zeit: 09:00 - 14:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Mandy Schröder, Entgelt: 37,00 €

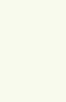
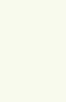
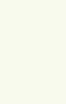
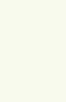
### Kurzaktivierung für demenziell veränderte Personen - Seminar für Pflegekräfte

Betreuungs- und Pflegekräfte sollten nicht ohne Fachwissen und Vorüberlegungen den Erkrankten gegenüberstehen und unbedacht mit ihnen Tätigkeiten ausüben, die auf den ersten Augenblick sinnvoll erscheinen. Das Seminar zeigt Ihnen Möglichkeiten auf, wie Sie als Betreuender und Pfleger mit speziellen Aktivierungen Fähigkeiten und Kompetenzen erhalten und fördern und eine möglichst hohe Lebensqualität und Lebensfreude sicherstellen können. Erfahren Sie, wie Sie mit Kurzzeitaktivierung einen „Türöffner“ schaffen, um verschüttete Handlungs- und Bewegungsabläufe bei demenziell veränderten Personen wieder anzuregen. Nehmen Sie viele praktische und direkt anwendbare Tipps für Ihre Beschäftigung und Betreuung mit demenziell veränderten Personen mit.

Es werden Ihnen Möglichkeiten aufgezeigt, wie Sie mit einfachen Mitteln eine Kurzaktivierung durchführen und damit helfen können, die Lebensqualität der Bewohner zu steigern.

### Weißwasser 15HA3506WW *Für Firmen!*

Beginn: Samstag, 19.09.2015 Zeit: 10:00 - 15:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Daniela Nestler





## **Therapeutisches Puppenspiel in der Betreuung und Pflege**

In diesem Kurs werden Ihnen Grundlagen im Umgang mit Großhandspielpuppen (living puppets) vermittelt. Sie erlernen Techniken und Tricks, die Sie für den Einsatz in Kindergärten, Schulen oder Therapien einsetzen können. Ihnen wird gezeigt, worauf Sie bei den living puppets achten sollten, wie positiv sich die Puppe auf Kinder und Klienten auswirken kann und was Sie vermeiden sollten. Die Praxis wird in diesem Kurs eine große Rolle spielen. Sie lernen zu improvisieren und erhalten Anleitung von Ihrem Dozenten zum darstellenden Spiel.

Ziel ist es, Vertrauen zur Figur und zum eigenen Spiel zu entwickeln. Entdecken Sie, wie phantasievoll und berührend der Umgang mit den Großhandspielpuppen sein kann.

### **Weißwasser 15HA3512WW**

Beginn: Samstag, 30.01.2016 Zeit: 09:00 - 14:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Jörg Trautmann, Entgelt: 30,00 €

---

### **Aufbaukurs 2. Teil**

### **Weißwasser 15HA3511WW**

Beginn: Samstag, 10.10.2015 Zeit: 09:00 - 14:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Jörg Trautmann, Entgelt: 30,00 €

---

## **Ernährung**

### **Pasta-Fantastica Inspirationen**

Gemeinsam kneten wir frische Pasta in unterschiedlichen Formen und Farben und dazu zwei verschiedene Pestos.

Es wird frischer Teig für die Anfertigung von Tagliatelle (Bandnudeln) und für Ravioli (Teigtaschen) ausgerollt, verschiedene Füllungen gemischt und das passende Pesto gerührt.

Unser Menü besteht dann aus einem Begrüßungsgetränk, einer hausgemachten Tomatensuppe, den frischen, selbst hergestellten Pasta und einem Dessert.

Nicht in der Kursgebühr sind die Getränke enthalten.

### **Zittau 15HA3704ZZ**

Beginn: Donnerstag, 29.10.2015 Zeit: 18:30 - 22:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Zittau, Pasta-Fantastica, Neustadt 37, Kursleiter: Marina Nemirovsky, Entgelt: 46,26 €

## Entgiftung und basische Ernährung - Vortrag

### Weißwasser 15HA370BWW

Beginn: Mittwoch, 30.09.2015 Zeit: 18:00 - 19:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Monika Kutter, Entgelt: 6,00 €

---

Bitte beachten Sie, dass die Lebensmittelkosten, zusätzlich zu den Kursentgelten, bei allen Kochkursen an den Kursleiter vor Ort zu zahlen sind.

---

### Kochkulturen - Peru

Eine leckere Einführung in die einzigartige peruanische Gastronomie. Aus der Vermischung von indianischen, westlichen und östlichen Kochtraditionen und dank der ökologischen und klimatischen Vielfalt des Landes und dem Einfaltreichtum seiner Bewohner hat sich seit Jahrhunderten das Kochen in Peru zu einer Kunst entwickelt, die ihresgleichen sucht und heutzutage immer mehr begeisterte Anhänger gewinnt. Lassen Sie sich verzaubern und ¡buen provecho!

### Weißwasser 15HA3711WW

Beginn: Freitag, 04.09.2015 Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Weißwasser, Berufl. Schulzentr., Jahnstr. 55 Lehrküche, Kursleiter: Yuri Nguyen Levano Garcia, Entgelt: 17,98 €

---

### Wildfrüchte

Bunt geht es in dieser Jahreszeit nicht nur im Wald zu, sondern auch in der Wildfrüchteküche. Da verwandeln sich Hagebutten, Holunder, Ebereschen und Co. zu kleinen, gesunden Köstlichkeiten, die überraschende Geschmacksrichtungen auf den Teller zaubern. Wenn Sie erfahren wollen, welche Früchte man wie verwenden kann, dann sind sie hier genau richtig. Bitte Marmeladengläser mitbringen.

### Weißwasser 15HA370CWW

Beginn: Samstag, 19.09.2015 Zeit: 14:00 - 17:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Susanne Müller, Entgelt: 14,98





## **Lust am Kochen - Fingerfood**


Bei ihrer nächsten Party zu Hause können Sie Ihre Gäste mit Fingerfood überraschen. Wir bereiten deftige schmackhafte Snacks zu einem kleinen Kalten Büfett zu.



### **Weißwasser 15HA3712WW**

Beginn: Dienstag, 06.10.2015 Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Weißwasser, Berufl. Schulzentr., Jahnstr. 55 Lehrküche, Kursleiter: Michael Krüger, Entgelt: 14,98 €

---



## **Lust am Kochen - Fingerfood Teil 2**



Weiter geht es mit kleinem herzhaftem Fingerfood. Sie sind immer wieder ein Hingucker auf jedem Kalten Büfett. Wir bereiten deftige schmackhafte Snacks zu einem kleinen Kalten Büfett zu.



### **Weißwasser 15HA3713WW**

Beginn: Dienstag, 03.11.2015 Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Weißwasser, Berufl. Schulzentr., Jahnstr. 55 Lehrküche, Kursleiter: Michael Krüger, Entgelt: 14,98 €

---



## **Weihnachtsbäckerei mit Pfiff**

Die Zeit voller Düfte von Mandeln, Vanille und Zimt. Warenkunde zu den Gewürzen, Rezepte mit Tipps zu Klassikern und neuen Ideen.

### **Niesky 15HA3714NN**

Beginn: Mittwoch, 11.11.2015 Zeit: 17:00 - 20:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Niesky, Gutenbergschule, Bautzenerstr. 48a, Hauswirtschaftsraum, Kursleiter: Erika Jackisch, Entgelt: 16,05 €

---

## **Weihnachtsbäckerei**

Für die bevorstehende Adventszeit wollen wir verschiedene Weihnachtsgebäcke herstellen.

Zum Verschenken oder sonntags zum Glühwein.

### **Weißwasser 15HA3714WW**

Beginn: Dienstag, 24.11.2015 Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Weißwasser, Berufl. Schulzentr., Jahnstr. 55 Lehrküche, Kursleiter: Michael Krüger, Entgelt: 14,98 €

**Weißwasser 15HA3715WW**

Beginn: Dienstag, 01.12.2015 Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Weißwasser, Berufl. Schulzentr., Jahnstr. 55 Lehrküche, Kursleiter: Michael Krüger, Entgelt: 14,98 €

---

**Lust am Kochen - Fisch**

Fisch ist ein gesundes Lebensmittel. Wir werden Fisch von der Fischtheke in verschiedenen Varianten zubereiten.

**Weißwasser 15HA3716WW**

Beginn: Dienstag, 26.01.2016 Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Weißwasser, Berufl. Schulzentr., Jahnstr. 55 Lehrküche, Kursleiter: Michael Krüger, Entgelt: 14,98 €

---

**Europäische Küche - Was kochen unsere Nachbarn? - Polen**

Kulinarische Traditionen, regionale Varianten und Besonderheiten Erleben, Probieren und Schmecken!

Bitte Gefäße für „Reste“ mitbringen.

**Niesky 15HA371ANN**

Beginn: Mittwoch, 23.09.2015 Zeit: 17:00 - 20:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Niesky, Gutenbergschule, Bautzenerstr. 48a, Hauswirtschaftsraum, Kursleiter: Erika Jackisch, Entgelt: 16,05 €

---

**Pilzgerichte**

- Unschlagbare gesundheitliche und kulinarische Pluspunkte des Champignons
- Pilze als Hauptspeise, Beilagen oder Suppenverarbeitung

**Niesky 15HA371BNN**

Beginn: Mittwoch, 07.10.2015 Zeit: 17:00 - 20:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Niesky, Gutenbergschule, Bautzenerstr. 48a, Hauswirtschaftsraum, Kursleiter: Erika Jackisch, Entgelt: 16,05 €





## **Vegane Küche - Smoothies**

Zubereitung von verschiedenen köstlichen Smoothies unter Berücksichtigung gesundheitlicher Aspekte (entgiftend, kräftigend...) Bitte Mixer mitbringen, Lebensmittelkosten vor Ort!




### **Weißwasser 15HA371DWW**

Beginn: Mittwoch, 28.10.2015 Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Weißwasser, Berufl. Schulzentr., Jahnstr. 55 Lehrküche, Kursleiter: Monika Kutter, Entgelt: 14,98 €

---



## **Vegane Küche - veganes Fingerfood**




Von der Süßigkeit bis zum herzhaften Snack! Rezepte für verschiedene Anlässe, Kinderparty, Karneval, Kaffee- oder Teezeit. Lebensmittelkosten vor Ort!



### **Weißwasser 15HA371EWW**

Beginn: Mittwoch, 11.11.2015 Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Weißwasser, Berufl. Schulzentr., Jahnstr. 55 Lehrküche, Kursleiter: Monika Kutter, Entgelt: 14,98 €

---



## **Vegane Küche - Adventszeit - schöne Zeit**

Im Mittelpunkt dieses Abends steht das vegane Backen von Plätzchen und anderem Kleingebäck, verführerisch duftend und köstlich gewürzig. Die leckere Festtagstorte bildet den Höhepunkt. Lebensmittelkosten vor Ort!

### **Weißwasser 15HA371FWW**

Beginn: Mittwoch, 02.12.2015 Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Weißwasser, Berufl. Schulzentr., Jahnstr. 55 Lehrküche, Kursleiter: Monika Kutter, Entgelt: 14,98 €

---

## **Vegane Küche - Kohl und Rüben**

Der unterschätzte und super gesunde Klassiker. Wir bereiten pikante Salate, eine orientalische Suppe, leckere Ofengerichte und Kohlwickel zu. Wir erobern die internationale Küche. Lebensmittelkosten vor Ort!

### **Weißwasser 15HA371GWW**

Beginn: Mittwoch, 20.01.2016 Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Weißwasser, Berufl. Schulzentr., Jahnstr. 55 Lehrküche, Kursleiter: Monika Kutter, Entgelt: 14,98 €

## Vegane Küche - Wärmende Wintergerichte

Scharfe Suppe, wärmender Auflauf, Wintersalate, vegane Pizza und vieles mehr steht auf dem Programm

### Weißwasser 15HA371HWW

Beginn: Mittwoch, 03.02.2016 Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Weißwasser, Berufl. Schulzentr., Jahnstr. 55 Lehrküche, Kursleiter: Monika Kutter, Entgelt: 14,98 €



# Ich beweg' mich!



## Unsere Kooperations-Kurse:

### Fitness

- Fit im Alltag
- Pilates
- Rückenfit
- Laufbasics

### Balance **NEU**

- Yoga
- Qigong
- PME  
(Progressive Muskelentspannung  
nach Jacobson)

Eine gemeinsame Aktion der Apotheken Umschau und Ihrer Volkshochschule.

Jetzt  
anmelden!

► [www.apotheken-umschau.de/ich-beweg-mich](http://www.apotheken-umschau.de/ich-beweg-mich)

**vhs**

# Sprachen

## Wozu Sprachen lernen?

Die Antwort liegt nahe: Fremdsprachen sind allgegenwärtig. Jeder kennt das unangenehme Gefühl auf Reisen sprachlich plötzlich „hilflos“ zu sein. Im Beruf nehmen Fremdsprachen durch die zunehmende Vernetzung und internationale Beziehungen stetig an Bedeutung zu und ohne Englischkenntnisse kommt man häufig nicht mehr weit. Für Schüler und Studenten stellen Sprachkenntnisse, bescheinigt durch ein Zertifikat, die ideale Ergänzung der Bewerbungsunterlagen dar.

So unterschiedlich die Motivation für das Erlernen einer Fremdsprache auch sein kann: Immer öffnet die Sprache auch das Tor zu einem fremden Land und zu einer fremden Kultur, die es zu entdecken gilt.

## Sprachenstammtisch (Semestereröffnung) **NEU!**

Zur Eröffnung des Sprachensemesters am Standort Zittau findet im Herbstsemester wieder ein Sprachenstammtisch statt.

Anwesend sein werden Dozenten (fast) aller Sprachen, die am Standort Zittau angeboten werden, ebenso wie der Leiter des Fachbereichs Sprachen.

Teilnehmer können in der Zeit von 17.30 Uhr, bis 19.30 Uhr, vorbeischauen, um mit den Dozenten ins Gespräch zu kommen und sich über die verschiedenen Sprachen und die zugehörigen Kulturen zu informieren. Falls Sie sich noch nicht sicher sein sollten, ob Sie als Anfänger eine bestimmte Sprache neu lernen möchten oder eine weitere Sprache in Ihr Repertoire aufnehmen wollen, können Sie sich von den Dozenten beraten lassen. An diesem Abend ist es ebenfalls möglich sich noch für Sprachkurse anzumelden - der Semesterbeginn ist direkt am folgenden Montag, dem 31.08.2015.

### **Zittau 15HA4X11ZZ**

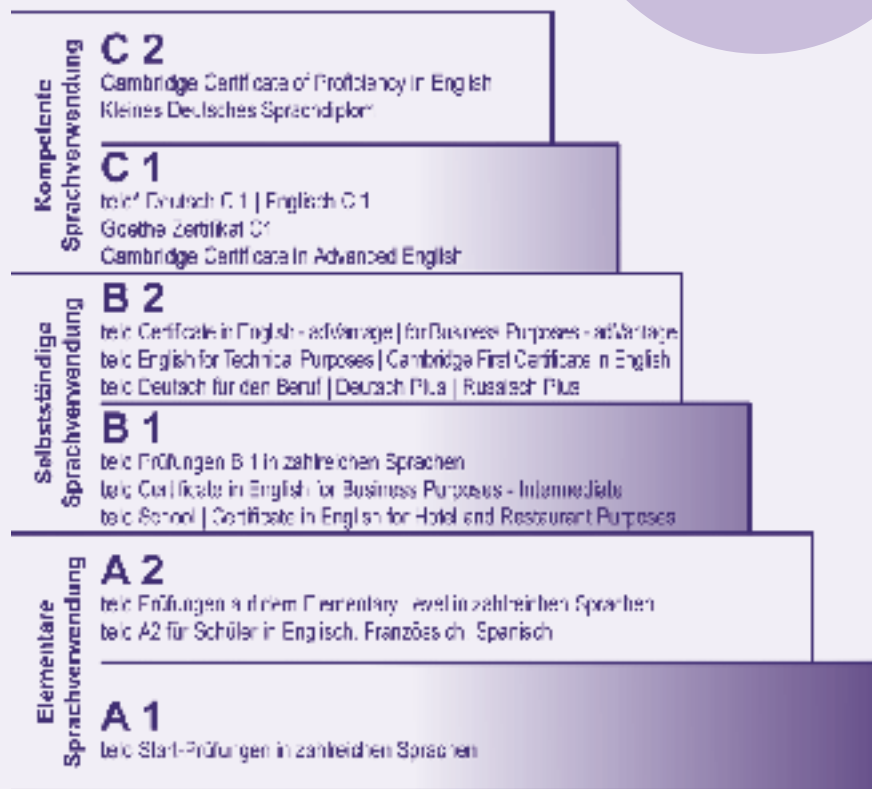
Beginn: Mittwoch, 26.08.2015 Zeit: 17:30 - 19:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: René Seidel, Entgelt: 0,00 €

## Prüfungsmöglichkeiten an den Volkshochschulen (Auswahl)

nach dem Referenzrahmen für Sprachen  
des Europarats. Weitere Informationen  
erhalten Sie unter [www.telc.net](http://www.telc.net)



Volkshochschule  
Dreiländereck



Die Kursbezeichnungen im VHS-Programm orientieren sich an der Vorgabe des Europarats, dem „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen“. Die Länder in Europa haben sich auf eine Beschreibung von sechs Kernniveaus geeinigt. Diese dienen allen Einrichtungen in Europa, die Sprachkurse durchführen, als Grundlage.

\*) telc: The European Language Certificates





Sie sollten am Ende der jeweiligen Stufe Folgendes gelernt haben:

### Stufe A1

Ich kann alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze verstehen, wenn deutlich und langsam gesprochen wird.

Ich kann vertraute Namen, Wörter und einfache Sätze verstehen, z.B. auf Schildern, Plakaten, Speisekarten oder in Prospekten.

Ich bin darauf angewiesen, dass meine Gesprächspartner sehr langsam sprechen und sich darauf einstellen, dass ich die Sprache noch nicht angekenne.

Ich kann einfache Wendungen und Sätze gebrauchen, um andere z.B. in Zukunft, was ich möchte und was mich interessiert.

Ich kann eine kurze Postkarte, z.B. mit Feriengrüßen schreiben. Ich kann auf Formularen, z.B. bei Reisen, Name, Adresse, Nationalität usw. eintragen.

### Stufe A2

Ich kann einfache Informationen zu Themen wie Beziehung, Familie, persönliche Interessen, Arbeit, Wohnort und Umgebung verstehen. Lautsprecherdurchsagen (Flughafen, Bahnhof) verstehe ich, wenn kurz und knapp gesprochen wird.

Ich kann in kurzen Texten (Anzeigen, Prospekte, Fax, E-Mails, Fahrpläne usw.) das Wichtigste verstehen.

Ich kann mich in Situationen verständigen, in denen es um einen unkomplizierten, direkten Austausch von Informationen geht. Ich verstehe aber noch nicht genug, um selbst ein Gespräch länger in Gang zu halten.

Ich kann in einigen Sätzen und mit einfachen Wörtern z.B. meine Familie, andere Leute, meine Ausbildung, meine Interessen, meine berufliche Tätigkeit beschreiben.

Ich kann kurze Notizen und kurze persönliche Briefe verfassen.

### Stufe B1

Ich kann das Wesentliche verstehen, wenn es um Themen geht, die mir vertraut sind und klare Standardsprache verwendet wird. Bei Radio- und Fernsehsendungen verstehe ich das Wesentliche, wenn mich die Themen interessieren und langsam und deutlich gesprochen wird.

Ich kann längere Texte verstehen, in denen überwiegend solche Sprache vorkommt, die in Alltag und Beruf häufig verwendet wird.

Ich kann die meisten Situationen sprachlich bewältigen, denen man auf Reisen begegnet. Ich kann ohne Vorbereitung an Gesprächen über Themen teilnehmen, die mir vertraut sind oder die mich interessieren.

Ich kann Erfahrungen und Ereignisse, Wünsche und Ziele zusammenhängend beschreiben. Ich kann meine Meinungen und Pläne erklären und begründen.

Ich kann einen zusammenhängenden Text über mir vertraute Themen schreiben. Ich kann persönliche und formelle Briefe verfassen.

Für jede Stufe außer Deutsch werden  
100 - 120 Unterrichtseinheiten angesetzt

## Stufe B2

Ich kann in Alltag und Beruf längeren Redebeiträgen folgen, wenn mir die Thematik einigermaßen vertraut ist. Ich kann im Fernsehen die meisten Nachrichtensendungen und Reportagen verstehen.

Ich kann Artikel und Berichte lesen, auch in Fachzeitschriften zu mir vertrauten beruflichen Themen. Ich verstehe literarische Texte wie z.B. Kurzgeschichten oder Kriminal.

Ich kann mich im privaten und beruflichen Bereich spontan und flexibel verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne besondere Anstrengung für die Gesprächspartner oder für mich möglich ist.

Ich kann mich zu sehr vielen Themen ausführlich äußern. Ich kann dabei Standpunkte erklären und Argumente ausführlich abwägen.

Ich kann ausführliche, verständliche Texte über eine Vielzahl von privaten und beruflichen Themen schreiben.

## Stufe C1

Ich kann längeren Berichten, ausführlichen Gesprächen, Präsentationen usw. auch im Detail folgen. Ich bin dabei vertraut mit Umgangssprachen sowie mit anderen Sprachstilen.

Ich kann lange und komplexe Texte verstehen, auch zu Themen, die nicht zu meinem persönlichen Interessensgebiet zählen.

Ich kann mich in Alltag und Beruf nahezu mühelos spontan und flexibel verständigen.

Ich kann komplexe Sachverhalte darstellend und erklärend und dabei flexibel auf Nachfragen reagieren.

Ich kann mich schriftlich klar, strukturiert und ausführlich ausdrücken und dabei meinen Stil adressatenbezogen verändern.

## Stufe C2

Ich habe keinerlei Schwierigkeit, gesprochene Sprache zu verstehen, sowohl „live“ als auch in den Medien, auch wenn es schnell gesprochen wird. Ich komme dabei mit einer Vielzahl von Akzenten zurecht.

Ich lese ohne besondere Mühe Texte aller Art, z. B. Sachbücher, Handbücher, Verträge, Unterhaltungsliteratur etc.

Ich kann mich an Gesprächen mühelos beteiligen und bin dabei auch mit Umgangssprachen und idiomatischen Wendungen bestens vertraut.

Ich kann Vorträge halten, Besprechungen und Diskussionen leiten, dabei mühelos zwischen Sprachen wechseln und spontan und flexibel auf Redebeiträge reagieren.

Ich kann Artikel und Berichte zu komplexen Fragestellungen ohne besondere Mühe klar und flüssig verfassen.

Hören

Lesen

An Gesprächen teilnehmen

Zusammenhängend sprechen

Schreiben



## Grundbildung Deutsch/Alphabetisierung

### Lesen und Schreiben von Anfang an-Grundkurs 1

Grundbildung Deutsch-Lesen und Schreiben lernen -von Anfang an!

Wir wenden uns an Erwachsene, die kaum lesen und schreiben können. Im Kurs werden die Grundlagen des Lesens und Schreibens erarbeitet. Kursinhalte sind: Erlernen der Buchstaben und Buchstabenkombinationen, der Laute, Lautbildung, Verbindung der Laute zu Silben, Wörtern und Sätzen, das Schreiben einfacher einfache Sätze lernen.

#### Niesky 15HA6711NN

Beginn: Montag, 21.09.2015 Zeit: 16:30 - 18:00 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Dozententeam, Entgelt: 79,50 €

#### Weißwasser 15HA6712WW

Beginn: Donnerstag, 24.09.2015 Zeit: 15:00 - 16:30 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Monika Eickenroth, Entgelt: 79,50 €

---

### Mit Lesen und Schreiben geht es weiter - für Fortgeschrittene

Der Kurs wendet sich an Teilnehmer, die einfache Texte lesen können aber immer noch Schwierigkeiten mit dem Schreiben haben. Es werden Wortbausteine, Wörter, Sätze und kleine Texte erarbeitet und geübt. Dabei werden Themen des Alltags einbezogen. Häufige Fehlerquellen werden besprochen.

#### Niesky 15HA6792NN

Beginn: Dienstag, 05.01.2016 Zeit: 16:30 - 18:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursraum 2.01, Kursleiter: Karin Walter, Entgelt: 53,00 €

---

### Lesen und Schreiben lernen mit dem Online-Lernportal-ich-will-lernen.de

Lernen Sie lesen, schreiben und auch rechnen mit dem online- Lernportal. Erfahrene Kursleiterinnen helfen Ihnen dabei. Es werden Wortbausteine, Wörter, Sätze und kleine Texte erarbeitet und geübt. Dabei werden Themen des Alltags einbezogen. Häufige Fehlerquellen werden besprochen. Das Online-Lernportal wird in den Unterricht mit einbezogen. Die interaktiven Übungen werden für jeden Lernenden individuell zusammengestellt.

Eine vorherige persönliche, auf Wunsch auch anonyme Beratung wird empfohlen.

**Weißwasser 15HA67A3WW**

Beginn: Montag, 28.09.2015 Zeit: 15:30 - 17:00 Uhr, 9 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Ingrid Rakel, Entgelt: 47,70 €

**Weißwasser 15HA67A4WW**

Beginn: Montag, 04.01.2016 Zeit: 15:30 - 17:00 Uhr, 9 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Ingrid Rakel, Entgelt: 47,70 €

## Gebärdensprache

Mit den Händen sprechen: In diesem Grundkurs werden Sie von Siegfried Hanisch in die Kommunikation mit Händen, Mimik und Körper eingeführt. Sie erlernen die Grundlagen der lautsprachbegleitenden Gebärde und können sich damit mit Gehörlosen verständigen. Besonders interessant ist dieser Kurs für alle, die in Heilberufen oder vorwiegend öffentlich tätig sind. Direkt im Anschluss an diesen Grundkurs kann - bei Interesse - ein weiterführender Aufbaukurs an der VHS Dreiländereck geplant werden. Einzige Voraussetzung ist das Beherrschen der deutschen Lautsprache. Im Kursentgelt sind bereits die Kosten für Lehrmaterial enthalten. Bei weiteren Fragen beraten wir Sie gern.

**Grundkurs****Löbau 15HA4011LL**

Beginn: Montag, 07.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Siegfried Hanisch, Entgelt: 104,60 €

**Zittau 15HA4011ZZ**


Beginn: Donnerstag, 10.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Siegfried Hanisch, Entgelt: 104,60 €

## Deutsch als Fremdsprache

**Deutsch für Kinder**

In diesem Kurs Deutsch als Fremdsprache können Kinder zwischen vier und acht Jahren das erste Mal mit der deutschen Sprache Berührung kommen. Durch visuelle Hilfen und akustische Lernmethoden, wie Lieder oder Reime, werden spielerisch die ersten einfachen Grundlagen der deutschen Sprache nähergebracht. Mit Spaß erlernen die Kinder die Sprache des Nachbarlandes für den alltäglichen Gebrauch. >>





Die Kommunikation in der deutschen Sprache unter Gleichaltrigen findet statt mit Blick auf eine eventuelle spätere Ausbildung in Deutschland. Im Kindesalter verfügt man außerdem über eine hohe Aufnahmefähigkeit beim Lernen, was weiterhin für das Erlernen einer Fremdsprache in jungen Jahren spricht.


Für diesen Kurs sind keine bzw. sehr geringe Vorkenntnisse erforderlich.

### Zittau 15HA4401ZZ

Beginn: Freitag, 11.09.2015 Zeit: 15:30 - 17:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Alla Fischer, Entgelt: 42,40 €

---

### A1 Deutsch für Anfänger 1 (I/1)



Der Einstieg in die deutsche Sprache: In diesem Kurs für Anfänger wird der Grundstein für das Erlernen der deutschen Sprache gelegt. Wenn Sie Deutsch für Alltag und Beruf erlernen möchten, werden Ihnen die praktischen Situationen des Alltagslebens, die im Mittelpunkt des Kurses stehen, sicher weiterhelfen. Sie erwerben zunächst erste, einfache Grundlagen, um eine einfache Kommunikation z.B. beim Einkaufen, in Behörden oder bei telefonischen Auskünften zu ermöglichen. Sie trainieren Redewendungen und Vokabeln ebenso wie die deutsche Aussprache. Der Kurs ist für Anfänger ohne Vorkenntnisse vorgesehen - bitte machen Sie Menschen, die Deutschkenntnisse erwerben möchten auf dieses Angebot aufmerksam. Die Anmeldung zum Kurs muss persönlich in einer unserer Geschäftsstellen erfolgen. Das Kursentgelt ist bei Anmeldung in bar zu bezahlen. Der Kurs ist kein Integrationskurs im Sinne des BAMF und wird nicht durch dieses gefördert.

Bei Fragen zur Kurswahl beraten wir Sie gern.

### Löbau 15HA4411LL

Beginn: Mittwoch, 09.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Kalina Schulze, Entgelt: 79,50 €

### Niesky 15HA4411NN

Beginn: Donnerstag, 24.09.2015 Zeit: 16:30 - 18:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursraum 2.02, Kursleiter: Dorothee Gähler, Entgelt: 82,80 €

### Weißwasser 15HA4411WW

Beginn: Dienstag, 29.09.2015 Zeit: 18:00 - 19:30 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Monika Eickenroth, Entgelt: 82,80 € + Lehrmaterial

### Zittau 15HA4411ZZ

Beginn: Dienstag, 01.09.2015 Zeit: 16:30 - 18:00 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dominik Gläser, Entgelt: 79,50 €

## A1 Deutsch für Anfänger 1 (I/1) am Vormittag

### Löbau 15HA4412LL

Beginn: Mittwoch, 02.09.2015 Zeit: 10:00 - 11:30 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Kalina Schulze, Entgelt: 63,60 €

---

## A1 Deutsch für Anfänger 2 (II/2)

Hier erweitern Sie Ihre Deutschkenntnisse: Im Grundkurs arbeiten Sie weiter an den Grundlagen und lernen die deutsche Sprache besser kennen.

Die Grundlagen aus den Anfängerkursen werden aufgegriffen und erweitert. Sie arbeiten mit Vokabeln und Redewendungen an der Kommunikation für Privatleben oder Beruf. Sie arbeiten auch weiter an der Aussprache und der Grammatik der deutschen Sprache. Auch in den Grundkursen stehen praktische Situationen des Alltagslebens im Vordergrund. Als Quereinsteiger oder zur Auffrischung Ihrer Grundkenntnisse können Sie diesen Kurs ebenfalls besuchen.

Für die Teilnahme sollten Sie etwa 2 Semester Deutsch an der VHS absolviert haben oder anderweitig erworbene, ganz einfache Grundkenntnisse besitzen.

Der Kurs ist kein Integrationskurs im Sinne des BAMF und wird nicht durch dieses gefördert.

### Zittau 15HA4421ZZ

Beginn: Dienstag, 08.09.2015 Zeit: 18:30 - 20:00 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Alla Fischer, Entgelt: 79,50 €

### Zittau 15HA4422ZZ

Beginn: Montag, 07.09.2015 Zeit: 18:30 - 20:00 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Alla Fischer, Entgelt: 79,50 €

### Zittau 15HA4423ZZ

Beginn: Dienstag, 01.09.2015 Zeit: 16:30 - 18:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Tina Hartmann, Entgelt: 83,00 €

### Zittau 15HA4424ZZ

Beginn: Dienstag, 01.09.2015 Zeit: 18:30 - 20:00 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dominik Gläsner, Entgelt: 79,50 €



## **Deutsche Grammatik für Anfänger**

Die deutsche Grammatik ist verwirrend - Sie können auf Deutsch kommunizieren und verstehen die Sprache gut, aber mit der Grammatik haben Sie Ihre Probleme?

In diesem Kurs konzentrieren Sie sich nicht auf die Vokabeln, sondern festigen die Grammatik der deutschen Sprache. In 15 Veranstaltungen besprechen Sie Themen der Grundgrammatik und lernen zum Beispiel die Verwendung von Verben und Zeitformen. Sowohl im Alltag als in der beruflichen Kommunikation treten Sie nach diesem Kurs sicherer und selbstbewusster auf, auch der Schriftverkehr per Mail wird Ihnen deutlich leichter fallen. Um an diesem Kurs teilzunehmen, sollten Sie einfache Vorkenntnisse der deutschen Sprache haben und die gesprochene Sprache verstehen können.

Die Anmeldung zum Kurs muss persönlich in einer unserer Geschäftsstellen erfolgen. Das Kursentgelt ist bei Anmeldung in bar zu bezahlen.

Der Kurs ist kein Integrationskurs im Sinne des BAMF und wird nicht durch dieses gefördert.

### **Zittau 15HA4425ZZ**

Beginn: Dienstag, 22.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Marina Dopleb, Entgelt: 106,00 €

.....

## **A1 Deutsch für Grundkurs 1 (I/1)**

### **Kurs języka niemieckiego dla początkujących-A1.**

Ein Kurs für ausländische Mitbürger, die Deutsch für Alltag und Beruf erlernen möchten. Sie erweitern Ihre vorhandenen Grundkenntnisse und in praxisnahen Übungen wird die Kommunikation z.B. mit Nachbarn, beim Einkaufen, in Behörden oder am Telefon weiter geübt. Redewendungen und Vokabular werden gefestigt und die Aussprache verbessert.

Der Lehrgang ist geeignet für Teilnehmer mit einfachen Grundkenntnissen, z. B. 2 oder 3 Semestern VHS-Unterricht oder einfachen Kenntnissen aus der Schulzeit.

Bitte machen Sie Menschen, die ihre Deutschkenntnisse verbessern möchten, auf dieses Angebot aufmerksam. Der Kurs ist kein Integrationskurs im Sinne des BAMF und wird nicht durch dieses gefördert.

Die Anmeldung zum Kurs muss persönlich in einer unserer Geschäftsstellen erfolgen. Das Kursentgelt ist bei Anmeldung in bar zu bezahlen.

### **Weißwasser 15HA4431WW**

Beginn: Montag, 28.09.2015 Zeit: 19:15 - 20:45 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Monika Brzeska, Entgelt: 82,80 € + Lehrmaterial

## A1 Deutsch Grundkurs 1 (II/1)

### Niesky 15HA4432NN

Beginn: Donnerstag, 24.09.2015 Zeit: 18:15 - 19:45 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Dorothee Gähler, Entgelt: 82,80 €

---

## A2 Deutsch Aufbaukurs 1 (I/1)

Erster Kurs nach dem Einsteigerbereich: Sie lernen in gesprächsnahen Situationen die Kommunikation in deutscher Sprache mit einfachen Mitteln zu bewältigen.

Am Anfang der Niveaustufe A2 wiederholen Sie bisherigen Kenntnisse der Grammatik und Vokabeln. Danach arbeiten Sie in verschiedenen Situationen an Ihrer Ausdrucksfähigkeit, hierzu erweitern Sie Ihren Grundwortschatz und Ihre Basisgrammatik. Sie lernen im Verlauf der Kurse auf A2-Niveau Informationen in unterschiedlichen Medien zu finden, einfache Texte zu verfassen und sich mündlich und schriftlich besser auszudrücken. Dieser Kurs legt den Grundstein dafür.

Für die Teilnahme an diesem Kurs sollten Sie vier Semester Deutsch an der Volkshochschule belegt oder anderweitig Kenntnisse im Bereich des mittleren bis oberen A1-Niveaus erworben haben.

### Zittau 15HA4451ZZ

Beginn: Donnerstag, 10.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Michael Schiller, Entgelt: 79,50 €

---

## B1 Deutsch für Fortgeschrittene 1


Sie wollen Deutsch über die Anfängerkenntnisse hinaus für den privaten oder geschäftlichen Gebrauch lernen?

In diesem Kurs für Fortgeschrittene erweitern Sie bereits vorhandene Vorkenntnisse und erweitern systematisch die erworbenen Grundlagen, um die Kommunikation mit Nachbarn, Kollegen oder Geschäftspartnern souverän zu meistern. Sie lernen weitere Redewendungen und umfangreicheres Vokabular kennen und trainieren die Aussprache ebenso wie die Verwendung der Grammatik. Praktische Situationen des Alltagslebens stehen dabei im Vordergrund.


Um an diesem Kurs teilzunehmen, sollten Sie gute Vorkenntnisse auf dem Niveau A2/B1 haben bzw. Deutsch gut verstehen und sprechen können, oder Sie haben die Prüfung „Deutsch-Test für Zuwanderer“ erfolgreich absolviert. >>








Die Anmeldung zum Kurs muss persönlich in einer unserer Geschäftsstellen erfolgen. Das Kursentgelt ist bei Anmeldung in bar zu bezahlen. Der Kurs ist kein Integrationskurs im Sinne des BAMF und wird nicht durch dieses gefördert.


**Zittau 15HA4491ZZ**

Beginn: Mittwoch, 23.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Marina Dopleb, Entgelt: 79,50 €


**Weißwasser 15HA4492WW**

Beginn: Montag, 28.09.2015 Zeit: 19:15 - 20:45 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Dozententeam, Entgelt: 82,80 €


---

**C1 Deutsch als Verhandlungssprache**

Deutsch für berufliche Zwecke, wie in Verhandlungen mit Geschäftspartnern, geht über die Kenntnisse der „normalen“ Deutschkurse hinaus.



In diesem Kurs lernen Sie auf Deutsch Konversationen zu führen, die Sie zum Beispiel in Vorstellungsgesprächen oder Verhandlung mit Firmen brauchen. Auch in der täglichen Arbeit für Unternehmen sind die hier vermittelten Kenntnisse notwendig, wenn Sie auf Deutsch mit anderen Firmen verhandeln müssen.



Die im Kurs behandelten Situationen helfen Ihnen auch weiter, wenn Sie Student sind und sich an einer deutschen Universität oder Hochschule bewerben wollen und die notwendigen Sprachkenntnisse erwerben möchten.

Für diesen Kurs sollten Sie bereits sehr gute Vorkenntnisse auf Niveau B1/B2 haben und die deutsche Sprache sehr gut verstehen können.

Die Anmeldung zum Kurs muss persönlich in einer unserer Geschäftsstellen erfolgen. Das Kursentgelt ist bei Anmeldung in bar zu bezahlen.

Dieser Kurs ist kein Integrationskurs im Sinne des BAMF und wird nicht durch dieses gefördert.

**Zittau 15HA44C1ZZ**

Beginn: Montag, 21.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Marina Dopleb, Entgelt: 82,80 €

---

**Prüfung Start Deutsch/ telc Deutsch A1**

Was können Sie auf der Stufe A1?

Auf der Stufe A1 können Sie sich auf ganz einfache Weise über konkrete Bedürfnisse verständigen (z. B. sich vorstellen, Essen und Trinken, Einkaufen, Wohnen). Sie können einige sehr einfache grammatische Strukturen verwenden.

Wie ist die Prüfung aufgebaut?

Die Prüfung besteht aus einem schriftlichen und einem mündlichen Teil. Die schriftliche Prüfung dauert 65 Minuten. Ohne weitere Vorbereitungszeit legen Sie meist unmittelbar danach die mündliche Prüfung ab.

Visum für Ehegattennachzug

Brauchen Sie einen Nachweis über „einfache Deutschkenntnisse“, weil Sie ein Visum im Rahmen des Ehegattennachzugs beantragen wollen? Die deutschen Botschaften erkennen das Zertifikat telc Deutsch A1 an.

Die Anmeldung muss persönlich unter Vorlage eines Ausweisdokumentes in der Geschäftsstelle Zittau erfolgen. Sie füllen ein Anmeldeformular aus und zahlen das Prüfungsentgelt in Höhe von 155,00 € direkt bei der Anmeldung. Anmeldeschluss ist der 09.10.2015.

Bitte bringen Sie dazu einen gültigen Personalausweis oder Reisepass mit. Mit Ihrer Anmeldung akzeptieren Sie die AGB und die Prüfungsordnung der TELC-GmbH.

### **Zittau 15HA44P1ZZ**

Beginn: Freitag, 11.12.2015 Zeit: 9:00 - 15:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 110,00 €

.....

### **Prüfung Zertifikat Deutsch/ telc Deutsch B1**

Was können Sie auf der Stufe B1?

Auf der Stufe B1 können Sie sich auf einfache und zusammenhängende Weise im Alltag, auf Reisen und im eigenen Interessensgebiet verständigen. Sie können über Erlebnisse berichten, Ziele beschreiben und Ansichten begründen. Die wichtigsten grammatischen Strukturen können Sie im Allgemeinen korrekt verwenden.

Wie ist die Prüfung aufgebaut?

Die Prüfung besteht aus einem schriftlichen und einem mündlichen Teil. Die schriftliche Prüfung dauert 2 Stunden und 30 Minuten. Vor der mündlichen Prüfung haben Sie 20 Minuten Vorbereitungszeit. Die mündliche Prüfung kann am Tag der schriftlichen Prüfung oder an einem anderen Tag stattfinden.

Die Anmeldung muss persönlich unter Vorlage eines Ausweisdokumentes in der Geschäftsstelle Zittau erfolgen. Sie füllen ein Anmeldeformular aus und zahlen das Prüfungsentgelt in Höhe von 155,00 € direkt bei der Anmeldung. Anmeldeschluss ist der 09.10.2015.

Bitte bringen Sie dazu einen gültigen Personalausweis oder Reisepass mit. Mit Ihrer Anmeldung akzeptieren Sie die AGB und die Prüfungsordnung der TELC-GmbH.

### **Zittau 15HA44P2ZZ**

Beginn: Freitag, 13.11.2015 Zeit: 9:00 - 15:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 155,00 €



## Deutsch als Fremdsprache /Integrationskurse

Der allgemeine Integrationskurs besteht aus einem Sprachkurs mit 600 Unterrichtsstunden und einem Orientierungskurs mit 60 Unterrichtsstunden.

Der Sprachkurs umfasst 600 Unterrichtsstunden. Er ist in einen Basis- und Aufbau-sprachkurs unterteilt. Bei den ersten 300 Stunden sprechen wir von einem Basis-sprachkurs, die darauffolgenden 300 Stunden werden Aufbausprachkurs genannt. Im Sprachkurs lernen Sie den Wortschatz, den Sie zum Lesen und Schreiben im All-tag brauchen. Dazu gehören das Schreiben von Briefen, das Ausfüllen von Formu-laren sowie Kontakte zu Behörden, Gespräche mit Nachbarn und Arbeitskollegen. Am Ende des Basis- und Aufbausprachkurses ermittelt der Kursträger den erreichten Leistungsstand des Teilnehmers mit der Prüfung Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ).

Der Orientierungskurs „Leben in Deutschland“ umfasst 60 Unterrichtsstunden und vermittelt ihnen Wissen über die Rechtsordnung, die Kultur und über die jüngere Geschichte des Landes und findet im Anschluss an den Sprachkurs statt. Der neue skalierte Test „Leben in Deutschland“ wird im Anschluss an den Orientierungskurs durchgeführt.

Der allgemeine Integrationskurs umfasst insgesamt 660 Stunden.

---

### **A1.1 Integrationskurs    Kursabschnitt 1 - Basiskurs 1**

Der Integrationskurs wird als ganztägiger Unterricht angeboten.

Basiskurs 1: Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Der Unterricht wird täglich, von Mont-ag bis Freitag durchgeführt. Der Kursabschnitt umfasst 100 UE.

Für Zuwanderer, die eine Förderung durch das BAMF erhalten, beträgt die Kursgebühr pro Unterrichtsstunde 1,20 Euro, die an den Kursträger vor Beginn eines jeden Kursab-schnittes zu zahlen sind.

#### **Weißwasser 15HI441WW**

Beginn: Montag, 30.11.2015 Zeit: 08:30 - 13:00 Uhr, 20 Veranstaltungen, Ort: Ge-schäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 265,00 €

#### **Zittau 15HI441ZZ**

Beginn: Montag, 24.08.2015 Zeit: 08:30 - 13:00 Uhr, 20 Veranstaltungen, Ort: Ge-schäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 265,00 €

#### **Zittau 15HI441ZZZ**

Beginn: Montag, 30.11.2015 Zeit: 08:30 - 13:00 Uhr, 20 Veranstaltungen, Ort: Ge-schäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 265,00 €

## A1.2 Integrationskurs      Kursabschnitt 2 - Basiskurs 2

Basiskurs 2: Für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen oder/und Teilnehmern, die Basiskurs 1 besucht haben. Der Unterricht wird täglich, von Montag bis Freitag durchgeführt. Der Kursabschnitt umfasst 100 UE

### Weißwasser 15HI4421WW

Beginn: Montag, 11.01.2016 Zeit: 08:30 - 13:00 Uhr, 20 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 265,00 €

### Zittau 15HI4421ZZ

Beginn: Montag, 21.09.2015 Zeit: 08:30 - 13:00 Uhr, 20 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 265,00 €

### Zittau 15HI4422ZZ

Beginn: Montag, 11.01.2016 Zeit: 08:30 - 13:00 Uhr, 20 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 265,00 €

.....

## A2.1 Integrationskurs      Kursabschnitt 3 - Basiskurs 3

Basiskurs 3: Für Teilnehmer mit einfachen Vorkenntnissen oder/und Teilnehmern, die Basiskurs 2 besucht haben. Der Unterricht wird täglich, von Montag bis Freitag durchgeführt. Der Kursabschnitt umfasst 100 UE.

### Weißwasser 15HI4431WW


Beginn: Montag, 08.02.2016 Zeit: 08:30-13:00 Uhr, 20 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt 265,00 €

### Zittau 15HI4431ZZ

Beginn: Montag, 26.10.2015 Zeit: 08:30 - 13:00 Uhr, 20 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 265,00 €


.....






## **A2.2 Integrationskurs    Kursabschnitt 4 - Aufbaukurs 1**

Aufbaukurs 1: Für Teilnehmer mit Grundkenntnissen oder/und Teilnehmern, die Basis-kurs 3 besucht haben. Der Unterricht wird täglich, von Montag bis Freitag durchgeführt. Der Kursabschnitt umfasst 100 UE.



### **Weißwasser 15HI4441WW**


Beginn: Montag, 24.08.2015 Zeit: 08:30 - 13:00 Uhr, 20 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 265,00 €




### **Zittau 15HI4441ZZ**

Beginn: Montag, 30.11.2015 Zeit: 08:30 - 13:00 Uhr, 20 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 265,00 €


---



## **B1.1 Integrationskurs    Kursabschnitt 5 - Aufbaukurs 2**



Aufbaukurs 2: Für Teilnehmer mit Grundkenntnissen auf B1 Niveau oder für Teilnehmer, die Aufbaukurs 1 besucht haben. In diesem Abschnitt wird zielgerichtet auf den Deutsch-Test für Zuwanderer vorbereitet.



Der Unterricht wird täglich, von Montag bis Freitag durchgeführt. Der Kursabschnitt umfasst 100 UE.

### **Weißwasser 15HI4451WW**

Beginn: Montag, 21.09.2015 Zeit: 08:30 - 13:00 Uhr, 20 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 265,00 €

### **Zittau 15HI4451ZZ**

Beginn: Montag, 11.01.2016 Zeit: 08:30 - 13:00 Uhr, 20 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 265,00 €

---

## **B1.2 Integrationskurs    Kursabschnitt 6 - Aufbaukurs 3**

Aufbaukurs 3: Für Teilnehmer mit Grundkenntnissen auf B1 Niveau oder für Teilnehmer, die Aufbaukurs 2 besucht haben. In diesem Abschnitt wird zielgerichtet auf den Deutsch-Test für Zuwanderer vorbereitet.

Der Unterricht wird täglich, von Montag bis Freitag durchgeführt. Der Kursabschnitt umfasst 100 UE.

**Weißwasser 15HI4461WW**

Beginn: Montag, 26.10.2015 Zeit: 08:30 - 13:00 Uhr, 20 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 265,00 €

**Zittau 15HI4461ZZ**

Beginn: Montag, 08.02.2016 Zeit: 08:30 - 13:00 Uhr, 20 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 265,00 €

**Prüfungsvorbereitung DTZ**

Zielgerichtete Vorbereitung auf den „Deutsch-Test für Zuwanderer“. Sie werden mit den Anforderungen und der Bewertung der Prüfung vertraut gemacht und üben am schriftlichen und mündlichen Modelltest.

Voraussetzung: Integrationskurs Kursabschnitt 6 (Aufbaukurs 3) oder vergleichbare Kenntnisse auf B1 Niveau.

**Weißwasser 15HI4462WW**

Beginn: Freitag, 09.10.2015 Zeit: 17:00 - 21:15 Uhr, 2 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 40,00 €

**Deutsch Test für Zuwanderer ( DTZ) Prüfung-BAMF-Mündlich**

Die Prüfung Deutsch Test für Zuwanderer besteht aus einem schriftlichen Teil und aus einer mündlichen Prüfung und wird im Anschluss an den Sprachkurs durchgeführt. Die schriftliche Prüfung dauert 100 Minuten. Ohne weitere Vorbereitungszeit wird unmittelbar danach die mündliche Prüfung durchgeführt (16 Minuten).

Informationen zum Ablauf und zum Prüfungsentgelt erhalten Sie an der VHS!

Das Bundesamt bescheinigt dem Teilnehmer das Ergebnis des Abschlusstests mit dem „Zertifikat Integrationskurs“.

**Weißwasser 15HI446MWW**

Beginn: Freitag, 04.12.2015 Zeit: 11:45 - 16:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 105,00 € Kursteilnehmer der VHS (Prüfungsentgelt für die mündliche und für die schriftliche Prüfung, gilt nicht für Teilnehmer BAMF)






## **Deutsch Test für Zuwanderer (DTZ)-Prüfung-BAMF-Schriftlich**

Die Prüfung Deutsch Test für Zuwanderer besteht aus einem schriftlichen Teil und aus einer mündlichen Prüfung und wird im Anschluss an den Sprachkurs durchgeführt. Die schriftliche Prüfung dauert 100 Minuten. Informationen zum Ablauf und zum Prüfungsentgelt erhalten Sie an der VHS!


Das Bundesamt bescheinigt dem Teilnehmer das Ergebnis des Abschlusstests mit dem „Zertifikat Integrationskurs“.




### **Weißwasser 15HI446PWW**

Beginn: Freitag, 04.12.2015 Zeit: 8:45 - 11:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Dozententeam VHS,


---



### **Integrationskurs - Orientierungskurs- Kursabschnitt 7**



Der Unterricht wird täglich, von Montag bis Freitag durchgeführt. Der Orientierungskurs umfasst 60 Unterrichtsstunden und informiert Sie über das Leben in Deutschland. Er vermittelt ihnen Wissen über die Rechtsordnung, die Kultur und über die jüngere Geschichte des Landes und findet im Anschluss an den Sprachkurs statt. Der Orientierungskurs bereitet auf den skalierten Test „Leben in Deutschland“ vor, der nach Ende des Kurses durchgeführt wird.



Für Zuwanderer, die eine Förderung durch das BAMF erhalten, beträgt die Kursgebühr pro Unterrichtsstunde 1,20 Euro, die an den Kursträger vor Beginn eines jeden Kursabschnittes zu zahlen sind.

### **Weißwasser 15HI4471WW**

Beginn: Dienstag, 24.11.2015 Zeit: 08:30 - 13:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 159,00 € + Lehrmaterial

### **Zittau 15HI4471ZZ**

Beginn: Dienstag, 14.03.2016 Zeit: 08:30 - 13:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 159,00 € + Lehrmaterial

---

### **Orientierungskurs - Test „Leben in Deutschland“**

Der Test wird im Anschluss zum Orientierungskurs durchgeführt. Die Bearbeitungszeit des Testfragebogens beträgt 60 Minuten. Während des Tests dürfen sich keine unerlaubten Hilfsmittel im Verfügungsbereich der Teilnehmer befinden. Ein Testfragebogen im Test „Leben in Deutschland“ besteht aus 33 viergliedrigen Multiple Choice Aufgaben

mit Einfachauswahl. 3 der 33 Aufgaben beziehen sich dabei auf bundeslandspezifische Inhalte (hier: Sachsen).

Die Ergebnisse des Tests werden durch das Bundesamt (BAMF) ermittelt.

Für eine erfolgreiche Teilnahme am Orientierungskurs müssen 15 Aufgaben richtig gelöst werden (untere Bestehensgrenze).

Das Bundesamt bescheinigt dem Teilnehmer das Ergebnis des Abschlusstests mit dem „Zertifikat Integrationskurs“. Als Ergebnismitteilung zum „Test Leben in Deutschland“ wird der Bescheinigung ein Beiblatt beigelegt.

Der neue skalierte Test „Leben in Deutschland“ entspricht im Testformat dem bisherigen Einbürgerungstest. Die Bestehensgrenze für den Nachweis staatsbürgerlicher Kenntnisse im Einbürgerungsverfahren liegt bei 17 von 33 Punkten.

### **Weißwasser 15HI447TWW**

Beginn: Mittwoch, 09.12.2015 Zeit: 13:00 - 14:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 25,00 € (Prüfungsentgelt gilt nicht für Teilnehmer BAMF)

### **Einbürgerungstest**

Jeder Testteilnehmer erhält einen Prüfungsfragebogen mit 33 Fragen. Zu jeder Frage sind vier mögliche Antworten angegeben. Für die Beantwortung erhält der Teilnehmer eine Stunde Zeit.

Einbürgerungsbewerber melden sich persönlich bis spätestens 3 Wochen vor dem geplanten Prüfungstermin auf dem entsprechenden Formular an. Bei Anmeldung zahlen Sie 25,00 € direkt an die VHS.

Die Ermittlung und Bewertung der Prüfungsleistung erfolgt durch das BAMF. Personalausweis oder Reisepass sind mitzubringen

### **Löbau 15HI4481LL**

Beginn: Dienstag, 20.10.2015 Zeit: 17:00 - 18:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Dozententeam, Entgelt: 25,00 €

### **Löbau 15HI4483LL**

Beginn: Dienstag, 19.01.2016 Zeit: 17:00 - 18:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Dozententeam, Entgelt: 25,00 €

### **Niesky 15HI4481NN**

Beginn: Montag, 05.10.2015 Zeit: 13:00 - 14:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Dozententeam, Entgelt: 25,00 € >>







**Niesky 15HI4483NN**

Beginn: Montag, 11.01.2016 Zeit: 13:00 - 14:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursraum 2.0 2, Kursleiter: Dozententeam, Entgelt: 25,00 €



**Weißwasser 15HI4482WW**

Beginn: Donnerstag, 26.11.2015 Zeit: 15:00 - 16:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Dozententeam, Entgelt: 25,00 €



**Weißwasser 15HI4484WW**

Beginn: Mittwoch, 17.02.2016 Zeit: 15:00 - 16:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser Raum 5, Kursleiter: Dozententeam, Entgelt: 25,00 €



**Zittau 15HI4482ZZ**

Beginn: Dienstag, 24.11.2015 Zeit: 17:00 - 18:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dozententeam, Entgelt: 25,00 €



**Zittau 15HI4484ZZ**

Beginn: Dienstag, 23.02.2016 Zeit: 17:00 - 18:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dozententeam, Entgelt: 25,00 €



**Arabisch**

**A1 Arabisch für Anfänger 1 (I/1) *NEU!***

Der Einstieg in die arabische Sprache: In diesem Kurs für Anfänger wird der Grundstein für das Erlernen der arabischen Sprache gelegt. Wenn Sie sich für die arabische Sprache interessieren, können Sie in diesem Kurs für Anfänger ohne Vorkenntnisse einfache Grundkenntnisse erwerben. Sie machen sich mit dem Alphabet vertraut und lernen die Aussprache der Buchstaben, die dem Deutschen nicht so entfernt sind, wie sie scheinen. Anschließend gehen Sie zu den ersten Vokabeln, Zahlen und Sätzen über, die Sie in der unmittelbaren Kommunikation einsetzen können, und üben und festigen diese Kenntnisse. Der Kurs ist für Anfänger ohne Vorkenntnisse vorgesehen - hier erwerben Sie erste Fähigkeiten im Umgang mit der arabischen Sprache für private oder berufliche Zwecke.

**Löbau 15HA4111LL**

Beginn: Donnerstag, 03.09.2015 Zeit: 16:30 - 18:00 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Moustapha Allam, Entgelt: 84,50 €

**Niesky 15HA4111NN**

Beginn: Dienstag, 15.09.2015 Zeit: 16:30 - 18:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Moustapha Allam, Entgelt: 85,80 €

## A1 Arabisch Intensivkurs für Betreuer **NEU!**

Der Einstieg in die arabische Sprache für Betreuer von Flüchtlingen oder Asylbewerbern: In diesem Kurs für Anfänger lernen Sie einfache Umgangsformen, die Sie in der täglichen Arbeit anwenden können.

Nach dem Einstieg in die arabische Sprache über das Alphabet und die Aussprache der Buchstaben, die dem Deutschen nicht so entfernt sind, wie sie scheinen, lernen Sie einfache Sätze für die tägliche Kommunikation. Um das Eis zu brechen und ein Stückweit die Angst vor dem Unbekannten zu nehmen, helfen auch schon wenige vertraute Wörter weiter, die Sie mit den betreuten Flüchtlingen oder Asylbewerbern wechseln können. Sie lernen die dazu nötigen Wörter und Sätze - der genaue Kursinhalt wird in der ersten Veranstaltung mit dem Dozenten abgesprochen.

Der Kurs ist für Anfänger ohne Vorkenntnisse vorgesehen - hier erwerben Sie erste Fähigkeiten im Umgang mit der arabischen Sprache, die Sie in Ihrer unmittelbaren Arbeit einsetzen können.

### Löbau 15HA4112LL

Beginn: Freitag, 06.11.2015 Zeit: 09:00 - 12:00 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Moustapha Allam, Entgelt: 84,50 €

## Englisch

### Anfängerkurse

#### A1 Englisch für Anfänger 1 (I/1)

Welcome to the world of English!

In diesem Kurs für Anfänger sollen Sie sich einen Grundwortschatz aufbauen und erste Grammatikkenntnisse erwerben. Mit diesen Redemitteln können Sie die unmittelbare Verständigung im Alltag auf einfache Weise lösen. Die notwendigen Vokabeln und grammatischen Strukturen, die vermittelt werden, sorgen für Selbstvertrauen in der fremdsprachlichen Kommunikation.

Dieser Kurs ist für Teilnehmer geeignet, die über keine oder minimale Vorkenntnisse verfügen. Sollten Sie schon einmal Englisch gelernt haben, lassen Sie sich bitte zur Wahl des passenden Kurses beraten und/oder machen Sie den kostenlosen Einstufungstest auf [www.vhs-dle.de](http://www.vhs-dle.de), Rubrik Service.





**Ebersbach 15HA4611EL**

Beginn: Dienstag, 01.09.2015 Zeit: 16:45 - 18:15 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Michael Schindler, Entgelt: 69,00 €



**Löbau 15HA4611LL**

Beginn: Montag, 28.09.2015 Zeit: 18:45 - 20:15 Uhr, 13 Veranstaltungen, Ort: Pestalozzi-MS Löbau, Kursleiter: Anna Lukasiewicz-Tannhäuser, Entgelt: 68,90 €



**Niesky 15HA4611NN**

Beginn: Dienstag, 29.09.2015 Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr, 14 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Marta Tschardtke, Entgelt: 96,60 € + Lehrmaterial



**Weißwasser 15HA4611WW**

Beginn: Dienstag, 15.09.2015 Zeit: 19:15 - 20:45 Uhr, 14 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Monika Brzeska, Entgelt: 96,60 € + Lehrbuch Great A1.Klettverlag



**Zittau 15HA4611ZZ**

Beginn: Donnerstag, 08.10.2015 Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Jeremy Cope, Entgelt: 79,50 €



**A1 Englisch für den Urlaub**

Dieser Kurs bietet ihnen einen leichten und unterhaltsamen Einstieg in Sprache und Kultur ihres Reiseziels und bereitet sie optimal auf ihren nächsten Urlaub in Länder vor, in denen Englisch gesprochen wird. Dieser Kurs ist ideal, wenn sie mit wenig Lernaufwand klassische Urlaubssituationen sicher bewältigen wollen. Sie üben authentische Redewendungen und Modellsätze für den Urlaub und trainieren die Kommunikation, die sie zum freien Sprechen motiviert. Auf eine komplexe Grammatikvermittlung wird verzichtet. Grammatische Inhalte werden ausschließlich in kleinen leicht verdaulichen Häppchen angeboten.

Voraussetzung: ganz einfache, geringe Vorkenntnisse wären von Vorteil.  
Kleingruppenkurs am Wochenende

**Niesky 15HA4623NN**

Beginn: Samstag, 20.02.2016 Zeit: 09:30 - 13:45 Uhr, 4 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursraum 2.02, Kursleiter: Marta Tschardtke, Entgelt: 69,60 €

## A1 Englisch für Anfänger 2 (I/2)

Der Einstieg in die englische Sprache: In der Fortsetzung des Anfängerkurses arbeiten Sie weiter an Ihren sprachlichen Grundkenntnissen.

Sie konzentrieren sich weiter auf das Erlernen der Grundlagen der englischen Sprache, um die Kommunikation auf einfache Weise zu meistern. Sie festigen Ihre bisherigen Kenntnisse und erweitern gezielt das Vokabular und die Grammatik. In praktisch orientierten Situationen üben Sie Redewendungen und bekannte grammatische Strukturen, lernen Neues dazu und eignen sich gleichzeitig Sicherheit im einfachen Sprechen auf Englisch an.

Zur Teilnahme an diesem Kurs sollten Sie ein Semester Englisch an der VHS besucht oder anderweitig minimale Grundkenntnisse erworben haben.

### Ebersbach 15HA4621EL

Beginn: Mittwoch, 02.09.2015 Zeit: 16:45 - 18:15 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Michael Schindler, Entgelt: 88,50 €

### Löbau 15HA4621LL

Beginn: Mittwoch, 02.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Pestalozzi-MS Löbau, Kursleiter: Annegret Stübner, Entgelt: 83,00 €

### Niesky 15HA4621NN

Beginn: Donnerstag, 24.09.2015 Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr, 14 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Marta Tscharncke, Entgelt: 96,60 € + Lehrmaterial

### Weißwasser 15HA4621WW

Beginn: Donnerstag, 17.09.2015 Zeit: 19:15 - 20:45 Uhr, 14 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Monika Brzeska, Entgelt: 96,60 € + Lehrmaterial

### Zittau 15HA4621ZZ

Beginn: Dienstag, 01.09.2015 Zeit: 18:30 - 20:00 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Tina Hartmann, Entgelt: 79,50 €

### Zittau 15HA4622ZZ

Beginn: Dienstag, 06.10.2015 Zeit: 17:15 - 18:45 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Jeremy Cope, Entgelt: 79,50 €

### Zittau 15HA4623ZZ

Beginn: Mittwoch, 07.10.2015 Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Jeremy Cope, Entgelt: 79,50 €



## **Kurse der Grundstufe bis A1**

### **A1 Englisch Grundkurs 1 (II/1)**

Bauen Sie Ihre Englischkenntnisse aus: Die Grundlagen aus den Einsteigerkursen werden aufgegriffen und systematisch erweitert.

Sie arbeiten mit den bekannten Redemitteln weiter an der Sicherheit in der fremdsprachlichen Kommunikation. Gleichzeitig erwerben Sie ständig neue grammatische Strukturen und Vokabeln, die Sie direkt in den Übungen umsetzen und festigen. Natürlich müssen Sie auch noch an den Grundkenntnissen der Aussprache und des Satzbaus arbeiten, aber das einfache Sprechen der englischen Sprache zu verschiedenen Themen fällt Ihnen immer leichter.

Die Themen orientieren sich weitestgehend an Kommunikationssituationen im Alltag und auf Reisen. Sie lernen, Ihre Fragen und Wünsche einfach zu formulieren, Antworten zu verstehen und z.B. Wegbeschreibungen oder Anweisungen zu folgen.

Für die Teilnahme sollten Sie Vorkenntnisse von etwa zwei Semestern Englisch an der VHS oder anderswo Grundlagen der englischen Sprache erworben haben.

#### **Löbau 15HA4631LL**

Beginn: Donnerstag, 03.09.2015 Zeit: 18:30 - 20:00 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Edgar Hartmann, Entgelt: 88,50 €

#### **Niesky 15HA4632NN**

Beginn: Donnerstag, 24.09.2015 Zeit: 17:15 - 18:45 Uhr, 14 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Maksym Jazdonczyk, Entgelt: 96,60 € + Lehrmaterial

#### **Weißwasser 15HA4631WW**

Beginn: Dienstag, 15.09.2015 Zeit: 17:30 - 19:00 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Monika Brzeska, Entgelt: 103,50 € + Lehrmaterial

---

### **A1 Englisch Grundkurs 2 (II/2)**

Fortsetzung des Grundkurses 1 nach Themen und Ausrichtung. Sie schließen mit diesem Kurs die Stufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens ab und sind somit in der Lage, auf einfache Weise einige vertraute Themen des Alltags in der Fremdsprache zu bewältigen.

Geeignet sind Kurse dieser Stufe u.a. auch für Quereinsteiger, die vor längerer Zeit bereits Englisch gelernt haben und an einer gründlichen Auffrischung der Basiskenntnisse interessiert sind.

Voraussetzung: Grundkurse 1 oder einfache Vorkenntnisse in der Fremdsprache, z.B. 1 - 2 Jahre Schulunterricht, auch 3 Semester VHS-Kurs.

### **Weißwasser 15HA4641WW**

Beginn: Donnerstag, 17.09.2015 Zeit: 18:30 - 20:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Petra Tzschacksch, Entgelt: 82,80 € + Lehrbuch

---

### **A1 Englisch Grundkurs 2 (III/2)**

Bauen Sie Ihre Englischkenntnisse aus: Die Grundlagen aus den Einsteigerkursen werden aufgegriffen und systematisch erweitert.

Sie arbeiten mit den bekannten Redemitteln weiter an der Sicherheit in der fremdsprachlichen Kommunikation. Gleichzeitig erwerben Sie ständig neue grammatische Strukturen und Vokabeln, die Sie direkt in den Übungen umsetzen und festigen. Natürlich müssen Sie auch noch an den Grundkenntnissen der Aussprache und des Satzbaus arbeiten, aber das einfache Sprechen der englischen Sprache zu verschiedenen Themen fällt Ihnen immer leichter.

Für die Teilnahme sollten Sie Vorkenntnisse von etwa zwei Semestern Englisch an der VHS oder anderswo Grundlagen der englischen Sprache erworben haben.

### **Zittau 15HA4641ZZ**

Beginn: Dienstag, 29.09.2015 Zeit: 18:00 - 19:30 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Helga Schubert, Entgelt: 79,50 €

### **Zittau 15HA4642ZZ**

Beginn: Montag, 07.09.2015 Zeit: 08:30 - 11:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Peter Suppan, Entgelt: 88,50 €


---

### **A1 Englisch Grundkurs 2 (IV/1)**

Abschluss des Einsteigerbereiches: Im letzten Kurs der Niveaustufe A1 fassen Sie die Grundlagen aus den Anfängerkursen zusammen und festigen diese.


Durch Wiederholung und Erweiterung reichen Ihre Kenntnisse am Ende des Kurses um einfache Sätze zu verstehen und Sie können ebenso einfach antworten. Sie verwenden Redewendungen und einfache grammatische Strukturen sicher und meistern damit Themen und Situationen, die Ihnen im Alltag, im Beruf oder auf Reisen häufig begegnen. Sie haben nun einen Grundwortschatz und eine Basisgrammatik und können mir Selbstvertrauen auf Englisch kommunizieren. >>





Um an diesem Kurs teilzunehmen sollten Sie etwa drei Semester Vorkenntnisse des Englischen haben oder einfache Grundkenntnisse der Sprache mitbringen.


### **Zittau 15HA4643ZZ**




Beginn: Mittwoch, 23.09.2015 Zeit: 17:30 - 19:00 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Rebecca Smith, Entgelt: 79,50 €

---


## **Kurse der Aufbaustufe bis A2**




### **A2 Englisch Aufbaukurs 1 (III/1)**




Voraussetzung: VHS Grundkurse 1 und 2 der Niveaustufe A1 oder einfache Vorkenntnisse in der Fremdsprache aus der Schulzeit.



Sie erweitern und festigen Ihre Grundkenntnisse in Wortschatz und Grammatik und erwerben die Fähigkeit, sich in einfachen Situationen zu verständigen, in denen es um einen unkomplizierten und direkten Austausch von Informationen über vertraute und geläufige Dinge geht.



Neue Teilnehmer sind stets willkommen! Bei Unsicherheiten in der Kurswahl wenden Sie sich bitte einfach an uns - wir beraten Sie gern.



### **Niesky 15HA4651NN**

Beginn: Donnerstag, 24.09.2015 Zeit: 17:15 - 18:45 Uhr, 14 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Marta Tschamtko, Entgelt: 96,60 € + Lehrmaterial

---

### **A2 Englisch Aufbaukurs 1 (IV/2)**

Erster Kurs nach dem Einsteigerbereich: Sie lernen mit einfachen Mitteln in verschiedenen Situationen in der englischen Sprache zu kommunizieren.

Am Anfang der Niveaustufe A2 wiederholen Sie bisherigen Kenntnisse der Grammatik und Vokabeln. Danach arbeiten Sie in verschiedenen Situationen an Ihrer Ausdrucksfähigkeit, hierzu erweitern Sie Ihren Grundwortschatz und Ihre Basisgrammatik. Sie lernen im Verlauf der Kurse auf A2-Niveau Informationen in unterschiedlichen Medien zu finden, einfache Texte zu verfassen und sich mündlich und schriftlich besser auszudrücken. Dieser Kurs legt den Grundstein dafür.

Für die Teilnahme an diesem Kurs sollten Sie vier Semester Englisch an der Volkshochschule belegt oder anderweitig Kenntnisse im Bereich des oberen A1-Niveaus erworben haben.

**Löbau 15HA4651LL**

Beginn: Montag, 28.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 13 Veranstaltungen, Ort: Pesta-  
lozzi-MS Löbau, Kursleiter: Anna Lukasiewicz-Tannhäuser, Entgelt: 89,70 €

**Zittau 15HA4651ZZ**

Beginn: Donnerstag, 17.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Ge-  
schäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dr. Doris Breitenbach, Entgelt: 79,50 €

---

**A2 Englisch Aufbaukurs 2 (III/2)**

Voraussetzung: Grundkenntnisse mindestens auf der Niveaustufe A1 sowie ein VHS-  
Semester Aufbaukurs.

Sie erweitern und festigen Ihre Grundkenntnisse in Wortschatz und Grammatik und  
erwerben die Fähigkeit, sich in alltäglichen Situationen sicherer zu verständigen. Wenn  
es um Informationen über vertraute und geläufige Dinge geht, sind Sie immer besser  
in der Lage, auf Ihren Gesprächspartner einzugehen und sich ausführlicher zu äußern.  
Weiterhin lernen Sie einfache Mittel kennen, mit denen Sie den Gesprächsverlauf steu-  
ern können. Einzelne Themenbereiche aus voran gegangenen Semestern werden wie-  
derholend aufgegriffen, gefestigt und erweitert.

Fragen zur Kurswahl? Lassen Sie sich einfach beraten.

**Niesky 15HA4661NN**

Beginn: Mittwoch, 07.10.2015 Zeit: 18:00 - 19:30 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Ge-  
schäftsstelle Niesky, Kursleiter: Anna Lukasiewicz-Tannhäuser, Entgelt: 82,80 € + Lehr-  
material

**Weißwasser 15HA4661WW**

Beginn: Mittwoch, 16.09.2015 Zeit: 17:30 - 19:00 Uhr, 14 Veranstaltungen, Ort: Ge-  
schäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Monika Brzeska, Entgelt: 96,60 € + Lehrbuch

---


**A2/B1 Englisch für Wiedereinsteiger**

Reaktivierung vorhandener Kenntnisse: Sie rufen verschüttetes Wissen in Erinnerung  
und füllen eventuelle Lücken auf diesen Niveaustufen wieder auf.

Sie aktivieren Ihre Kenntnisse in Grammatik und Vokabeln wieder, bauen sich gleich-  
zeitig einen erweiterten Grundwortschatz auf und eignen sich komplexere gramma-  
tische Strukturen an. Sie üben über Themen von persönlichem Interesse wie Arbeit  
oder Familie zu sprechen und lernen dabei neue Mittel der Gesprächssteuerung und >>









Argumentation kennen. Insgesamt können Sie sich nach diesem Kurs unkompliziert und mit mehr Selbstvertrauen auf Englisch ausdrücken.

In diesem Kurs sind Quereinsteiger und Wiedereinsteiger willkommen, die Niveau A2 oder B1 hatten und Ihre zurückliegenden Kenntnisse aktivieren wollen.



Buch: Hueber Next A2


### **Ebersbach 15HA4681EL**




Beginn: Mittwoch, 02.09.2015 Zeit: 18:45 - 20:15 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Michael Schindler, Entgelt: 88,50 €

---


## **Englisch für Senioren**



### **A2 Englisch Aufbaukurs 1 (III/2), Senioren**



Sie erweitern und festigen Ihre Grundkenntnisse in Wortschatz und Grammatik und erwerben die Fähigkeit, sich in einfachen Situationen zu verständigen, in denen es um einen unkomplizierten und direkten Austausch von Informationen über vertraute und geläufige Dinge geht.



Neue Teilnehmer sind stets willkommen! Bei Unsicherheiten in der Kurswahl wenden Sie sich bitte einfach an uns - wir beraten Sie gern.

Voraussetzung: Grundkurse 1 und 2 (bzw. mit dem Lehrbuch „Network 1“) oder einfache Vorkenntnisse in der Fremdsprache, z.B. 1 - 2 Jahre Schulunterricht.

Zittau 15HA4663ZZ

Beginn: Mittwoch, 02.09.2015 Zeit: 09:30 - 12:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Teresa Schneider, Entgelt: 95,40 €

---

### **A2 Englisch Aufbaukurs 3 (VI/2), Senioren**

Erweiterung der Kenntnisse im Aufbaubereich: Sie arbeiten am Verstehen der englischen Sprache und der Verständigung in der fremdsprachlichen Kommunikation.

Sie üben in praxisorientierten Situationen das Wesentliche und für Sie Wichtige aus Durchsagen, Mitteilungen und Texten aus dem Alltag zu erfassen. Gleichzeitig arbeiten Sie an der Fähigkeit sich in routinemäßigen Situationen zu verständigen und neu erlernte Redemittel und Grammatikkenntnisse in die Sprache einfließen zu lassen. Durch Festigung der bisherigen Kenntnisse werden Sie in der Kommunikation in englischer Sprache immer sicherer und souveräner.

Für die Teilnahme an diesem Kurs sollten Ihre Vorkenntnisse etwa im mittleren A2-Bereich liegen; das entspricht etwa fünf oder sechs Semester Sprachkurs an der Volkshochschule.

### **Zittau 15HA4671ZZ**

Beginn: Dienstag, 08.09.2015 Zeit: 10:00 - 11:30 Uhr, 12 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Peter Suppan, Entgelt: 82,80 €

---

### **B1 Englisch für Fortgeschrittene 2 (VIII/2), Senioren**

Zweiter Kurs der Stufe B1: Sie können sich immer komplexer zu Unterrichtsthemen äußern und festigen und erweitern Ihre umfangreichen Englischkenntnisse. Ihre Kenntnisse sind soweit, dass Sie Alltags- und Berufstexte einfach verstehen. Auch die gesprochene Sprache bereitet Ihnen kaum Probleme, wenn Standardsprache verwendet wird. Sie selbst können mit zusammenhängenden Sätzen Ihren Standpunkt schriftlich oder mündlich darlegen und auch komplexe Sachverhalte kommunizieren. Insgesamt können Sie sich mit viel Selbstvertrauen auf verschiedenen Kanälen in englischer Sprache verständigen.

Um an diesem Kurs teilzunehmen, sollten Sie Vorkenntnisse auf Niveau A2 oder sich vergleichbare Kenntnisse dieser Niveaustufe anderweitig angeeignet haben

### **Zittau 15HA46A1ZZ**

Beginn: Dienstag, 08.09.2015 Zeit: 14:45 - 16:15 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Peter Suppan, Entgelt: 70,80 €

---


### **B1 Englisch Fortgeschrittene 2 (IX/2), Senioren**

Beginn der selbstständigen Sprachverwendung: Sie eignen sich ausreichende Kenntnisse an, um spontan und frei zu verschiedensten Themen zu sprechen und vieles mehr. Am Ende des Kurses können Sie ohne Vorbereitung an Gesprächen teilnehmen und verstehen dabei die Hauptpunkte sehr gut. Ebenso können Sie sich in längeren Redebeiträgen frei äußern, auch wenn Sie zwischendurch noch Ihre Gedanken sortieren müssen. Ihr Repertoire an Grammatikstrukturen und Ihr Wortschatz werden stetig erweitert und von Ihnen in der schriftlichen und mündlichen Kommunikation miteinander verknüpft. Für die Teilnahme sollten Sie anwendungsbereites Wissen auf Niveau A2 oder sich anderweitig erweiterte Grundkenntnisse angeeignet haben.

### **Zittau 15HA46B1ZZ**


Beginn: Donnerstag, 01.10.2015 Zeit: 08:30 - 10:45 Uhr, 13 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Helga Schubert, Entgelt: 103,35 €






## **A2 Englisch Konversation für Fortgeschrittene, Senioren**

Ein Kurs für alle die mitreden wollen: Üben Sie gezielt die Fähigkeiten Sprechen und Hörverstehen und erweitern Sie dadurch Ihre Sprachkenntnisse.




In diesem Kurs üben sich die Teilnehmer im freien Sprechen und erleben dabei Wortschatz und Grammatik direkt in der Anwendung. Ein Lehrbuch dient dabei als roter Faden und hilft Ihnen bei Bedarf auch grammatische Themen systematisch zu wiederholen und zu vertiefen. Schwerpunkt des Kurses ist jedoch das Gespräch und die aktive Anwendung des bisher Gelernten, wodurch Sie in der Kommunikation in englischer Sprache mehr Sicherheit gewinnen.



Für die Teilnahme an diesem Kurs sollten Sie anwendungsbereites Wissen auf Stufe A2 haben, wie zum Beispiel durch die Anfängerkurse an der Volkshochschule.

### **Zittau 15HA46K1ZZ**



Beginn: Mittwoch, 09.09.2015 Zeit: 08:30 - 10:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Peter Suppan, Entgelt: 63,60 €

.....



## **B1 Englisch Konversation für Fortgeschrittene, Seniorenkurs**

Auch wer das Sprechen von Anfang an konsequent übt, wird feststellen, dass freie mündliche Äußerungen meistens schwieriger sind als andere Lernbereiche in der Fremdsprache.

Sie lernen, sich auf Englisch flüssiger zu verständigen, Gespräche in Gang zu halten und zum Beispiel Vokabellücken mithilfe bestimmter Techniken zu überbrücken. Am Beispiel vertrauter Alltagssituationen werden nicht nur vielseitig verwendbare Floskeln gelernt, sondern auch Vokabular und Grammatik wiederholt und erweitert. Gewinnen Sie also mehr Selbstvertrauen im Umgang mit englischsprachigen Bekannten, Geschäftspartnern oder auf Reisen.

Zur Teilnahme an diesem Kurs sollten Sie solide Grundkenntnisse der englischen Sprache auf Niveau A2 haben. Zum Beispiel durch mehrere Jahre Kurse an der Volkshochschule.

### **Zittau 15HA46K6ZZ**

Beginn: Mittwoch, 09.09.2015 Zeit: 10:15 - 11:45 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Peter Suppan, Entgelt: 59,00 €

## Kurse der Aufbaustufe bis B1

### B1 Englisch für Fortgeschrittene 1 (VI/1)

Erweiterung der Kenntnisse im Fortgeschrittenenbereich - festigen Sie Ihre Fähigkeiten in der Selbstständigen Kommunikation in englischer Sprache.

Sie arbeiten gezielt an der Erweiterung Ihres Wortschatzes und am Ausbau Ihrer Kenntnisse von grammatischen Strukturen. Sie eignen sich immer komplexere sprachliche Mittel an, mit denen Sie verschiedene Gesprächssituationen meistern können. Die Themen, zu denen Sie sich äußern können, beschränken sich nicht mehr nur auf bereits vertraute Situationen. Die Kommunikation im Alltag und auf Reisen fällt Ihnen immer leichter und kann mit nur wenigen Problemen bestritten werden.

Für die Teilnahme sollten Sie anwendungsbereites Wissen auf Niveau A2 oder sich anderweitig erweiterte Grundkenntnisse angeeignet haben.

#### Ebersbach 15HA4691EL

Beginn: Montag, 07.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Edgar Hartmann, Entgelt: 79,50 €

.....

### B1 Englisch für Fortgeschrittene 1 (VII/2)

Beginn der selbstständigen Sprachverwendung: Sie eignen sich ausreichende Kenntnisse an, um spontan und frei zu verschiedensten Themen zu sprechen und vieles mehr. Am Ende des Kurses können Sie ohne Vorbereitung an Gesprächen teilnehmen und verstehen dabei die Hauptpunkte sehr gut. Ebenso können Sie sich in längeren Redebeiträgen frei äußern, auch wenn Sie zwischendurch noch Ihre Gedanken sortieren müssen. Ihr Repertoire an Grammatikstrukturen und Ihr Wortschatz werden stetig erweitert und von Ihnen in der schriftlichen und mündlichen Kommunikation miteinander verknüpft.

Für die Teilnahme sollten Sie anwendungsbereites Wissen auf Niveau A2 oder sich anderweitig erweiterte Grundkenntnisse angeeignet haben.

#### Löbau 15HA4691LL

Beginn: Dienstag, 08.09.2015 Zeit: 18:15 - 19:45 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Dana Schweter, Entgelt: 53,00 €





### **B1 Englisch für Fortgeschrittene 1 (V/1)**

Voraussetzung: VHS-Aufbaukurse 1-4 oder vergleichbare Vorkenntnisse, z.B. 3-4 Jahre Schulenglisch.

Sie sind in der Lage, Informationen zu Themen wie Familie, Arbeit, persönliche Interessen und Umgebung zu geben und zu verstehen. Ein direkter, unkomplizierter Austausch in der Fremdsprache ist damit möglich. Bei Fragen zur Kurswahl beraten wir Sie gern.



### **Reichenbach 15HA4691RN**

Beginn: Dienstag, 22.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 14 Veranstaltungen, Ort: Stadtbibliothek Reichenbach, Nieskyer Straße 4, Kursleiter: Anna Lukasiewicz-Tannhäuser, Entgelt: 96,60 € + Lehrbuch

---



### **B1 Englisch für Fortgeschrittene 1 (VII/1)**

### **Weißwasser 15HA4691WW**

Beginn: Donnerstag, 17.09.2015 Zeit: 18:15 - 19:45 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Gesine Reinhold, Entgelt: 79,50 €

---



### **B1 Englisch für Fortgeschrittene 4 (IX/1)**

Erweiterung der Kenntnisse im Fortgeschrittenenbereich - festigen Sie Ihre Fähigkeiten in der Selbstständigen Kommunikation in englischer Sprache.

Sie arbeiten gezielt an der Erweiterung Ihres Wortschatzes und am Ausbau Ihrer Kenntnisse von grammatischen Strukturen. Sie eignen sich immer komplexere sprachliche Mittel an, mit denen Sie verschiedene Gesprächssituationen meistern können. Die Themen, zu denen Sie sich äußern können, beschränken sich nicht mehr nur auf bereits vertraute Situationen. Die Kommunikation im Alltag und auf Reisen fällt Ihnen immer leichter und kann mit nur wenigen Problemen bestritten werden.

Für die Teilnahme an diesem Kurs sollten Ihre Vorkenntnisse im mittleren Bereich des Niveaus B1 liegen. Zum Beispiel durch die Fortgeschrittenenkurse an der Volkshochschule oder Schulenglisch.

Fragen zur Kurswahl? Bitte sprechen Sie uns an, wir beraten Sie gern.

### **Ebersbach 15HA46C1EL**

Beginn: Montag, 02.11.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Karin Brückner, Entgelt: 63,60 €

## B1 Englisch für Fortgeschrittene 4 (VI/2)

Voraussetzung: Für Teilnehmer, die über gute Grundkenntnisse auf A2-Niveau verfügen und bereits drei Semester lang Kurse für Fortgeschrittene besucht haben.

Der Kurs bietet die selbstständige Sprachverwendung auf dem Niveau B1. Die Teilnehmer haben Gelegenheit, wichtige Inhalte der Lernstufe systematisch aufzufrischen und sind mehr und mehr in der Lage, sich zu Unterrichtsthemen komplexer zu äußern.

### Niesky 15HA46C1NN

Beginn: Dienstag, 29.09.2015 Zeit: 17:15 - 18:45 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Marta Tschardtke, Entgelt: 69,00 € + Lehrbuch

---

## Englisch Konversation

### A2 Englisch Konversation

Voraussetzung: Grundkenntnisse des Englischen bzw. VHS-Kurse auf der Niveaustufe A2.

Ein Kurs für Teilnehmer mit Grundkenntnissen, die sich im freien Sprechen üben und dabei Wortschatz und Grammatik „live“ erleben möchten. In diesem Kurs bestimmt nicht das Lehrbuch die Themen, sondern die Teilnehmer. Bringen Sie also Ihre Ideen ein und nutzen Sie die Chance, bisher Gelerntes in gelenkten Übungen und zunehmend freien Gesprächen aktiv anzuwenden.

Kleingruppenkurs

### Niesky 15HA46K1NN

Beginn: Donnerstag, 24.09.2015 Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Maksym Jazdonczyk, Entgelt: 82,80 €

### Weißwasser 15HA46K1WW

Beginn: Donnerstag, 17.09.2015 Zeit: 17:30 - 19:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Monika Brzeska, Entgelt: 82,80 €


---

## B1 Englisch Konversation


Auch wer das Sprechen von Anfang an konsequent übt, wird feststellen, dass freie mündliche Äußerungen meistens schwieriger sind als andere Lernbereiche in der Fremdsprache.

Sie lernen, sich auf Englisch flüssiger zu verständigen, Gespräche in Gang zu halten und zum Beispiel Vokabellücken mithilfe bestimmter Techniken zu überbrücken. >>





Am Beispiel vertrauter Alltagssituationen werden nicht nur vielseitig verwendbare Floskeln gelernt, sondern auch Vokabular und Grammatik wiederholt und erweitert. Gewinnen Sie also mehr Selbstvertrauen im Umgang mit englischsprachigen Bekannten, Geschäftspartnern oder auf Reisen.



Zur Teilnahme an diesem Kurs sollten Sie solide Grundkenntnisse der englischen Sprache auf Niveau A2 haben. Zum Beispiel durch mehrere Jahre Kurse an der Volkshochschule.



### Ebersbach 15HA46K5EL

Beginn: Donnerstag, 05.11.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Karin Brückner, Entgelt: 82,80 €



### Löbau 15HA46K5LL

Beginn: Montag, 07.09.2015 Zeit: 16:45 - 18:15 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Pestalozzi-MS Löbau, Kursleiter: Andrea Mörchel, Entgelt: 82,80 €



### Löbau 15HA46K6LL

Beginn: Montag, 07.09.2015 Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Jürgen Klauer, Entgelt: 79,50 €



### Zittau 15HA46K7ZZ

Beginn: Donnerstag, 08.10.2015 Zeit: 17:15 - 18:45 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Jeremy Cope, Entgelt: 79,50 €

.....

## B1 Stammtisch Englisch für Fortgeschrittene (Konversation)

Englisch lernen in lockerer Runde! Alle 14 Tage treffen Sie sich mit Gleichgesinnten und tauschen sich über unterschiedlichste Themen aus. Dabei geht es vor allem um das freie Sprechen, das Reagieren auf Beiträge anderer Teilnehmer, Möglichkeiten der Argumentation und alles Weitere, was Sie im Gespräch benötigen. Die Themen werden gemeinsam bestimmt, so dass Sie die Möglichkeit haben, Ihre Interessen einzubringen und sich auf die Gespräche vorzubereiten. Kopien sind im Kursentgelt enthalten.

Vorkenntnisse: Niveau B1 gemäß GER oder vergleichbare Kenntnisse.

Bei Fragen beraten wir Sie gern.

### Zittau 15HA46K5ZZ

Beginn: Dienstag, 08.09.2015 Zeit: 18:30 - 20:00 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Ina Bretschneider, Entgelt: 42,40 €

## Englisch KiT – Kompetenz im Tourismus

### A2 English for Tourists (II/1)

Sprachlos im Ausland? Wer Interesse hat, Land und Leute auch abseits der ausgetretenen Pfade kennenzulernen, kommt ohne Sprachkenntnisse oftmals nicht weit.

In diesem Kurs frischen Sie Ihr Wissen noch vor der Urlaubssaison gezielt auf. Sie erwerben mehr Souveränität und Sicherheit im Umgang mit der englischen Sprache. Gezielt üben Sie diejenigen Situationen, denen Reisende typischer Weise begegnen und trainieren wichtige Wendungen sowie unentbehrliches Vokabular. Hörverstehen ist das zweite wichtige Standbein der sprachlichen Vorbereitung - damit Sie auf Äußerungen angemessen reagieren können.

Vorausgesetzt werden für diesen Kurs Sprachkenntnisse der Stufe A1; erworben durch etwa vier oder fünf Semester an der Volkshochschule oder anderweitig.

#### Zittau 15HA46R1ZZ

Beginn: Dienstag, 06.10.2015 Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Jeremy Cope, Entgelt: 59,00 €

### Englisch für Sekretäre/innen

Mehr Sicherheit in der Verständigung mit Geschäftspartnern!

Sie müssen im Büro Anrufe entgegennehmen, weiterleiten oder andere kurze Korrespondenzen in englischer Sprache abwickeln, verfügen aber nicht über die nötigen Kenntnisse? Dieser Kompaktkurs mit hohem Praxisbezug vermittelt Ihnen das nötige Wissen.


Am Ende des Kurses können Sie nicht nur Telefonate entgegennehmen oder weiterleiten, sondern auch um Rückruf bitten und weitere Auskünfte erteilen. Außerdem werden Sie auch in der Lage sein Akquise-Anrufe in englischer Sprache abzuwickeln. Terminvereinbarungen und andere Geschäftskorrespondenzen per Mail gehen Ihnen leicht von der Hand. Die Verabredungen mit Geschäftspartnern können Sie immer freundlich und professionell gestalten.

Im praxisorientierten Unterricht geht Herr Cope auch auf Ihre speziellen Wünsche nach Vokabeln oder Redewendungen ein und trainiert diese mit Ihnen.

Für diesen Kurs sind Vorkenntnisse von Vokabeln und Grammatik auf dem Niveau A1 oder vergleichbare Kenntnisse Voraussetzung. In diesem Kompaktkurs werden diese Themen zwar auch besprochen, jedoch kann nicht auf die Grundgrammatik und einfachsten Vokabeln eingegangen werden. >>








Dieser Kurs findet als Kleingruppe in vier Veranstaltungen mit jeweils 2 Unterrichtseinheiten statt.

Bei Fragen zur Kurswahl beraten wir Sie gern.




### Zittau 15HA46T3ZZ

Beginn: Donnerstag, 08.10.2015 Zeit: 17:15 - 18:45 Uhr, 4 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Jeremy Cope, Entgelt: 33,20 €

---




## Französisch




### A1 Französisch für Reisende

Sprachlos im Ausland? Wer Interesse hat Land und Leute auch abseits der ausgetretenen Pfade kennenzulernen, kommt ohne Sprachkenntnisse oftmals nicht weit.



In diesem Kurs lernen Sie die französische Sprache näher kennen, damit Sie sie auf Reisen oder im Kontakt mit Freunden und Bekannten einsetzen können. Erfahren Sie, ob die französische Sprache „Ihre“ Sprache ist oder nicht. Sie lernen die ersten Grundlagen des Französischen kennen, üben die richtige Aussprache, lernen Landestypisches im Restaurant zu bestellen, ein Hotelzimmer oder einen Mietwagen buchen. Landeskundliche Informationen runden den Kurs ab.



Dieser Kurs ist für Teilnehmer mit leichten Vorkenntnissen geeignet, wie z. B. bei einem VHS-Semester oder anderweitig erworbene Grundkenntnisse.

### Löbau 15HA4811LL

Beginn: Mittwoch, 23.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Brunhilde Kutschke, Entgelt: 69,00 €

---

### A1 Französisch für Anfänger 1 (I/1)

Bienvenue!

Unser Kurs für Anfänger richtet sich an Interessierte, die sich die ersten Grundlagen der französischen Sprache aneignen möchten. Schrittweise werden Sie an die Besonderheiten der Aussprache herangeführt und erwerben erste Kenntnisse des Grundwortschatzes. Mit einfachen Redewendungen und den notwendigen sprachlichen Strukturen lernen Sie, sich in Alltags- und Reisesituationen zu verständigen.

Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

**Niesky 15HA4812NN**

Beginn: Donnerstag, 01.10.2015 Zeit: 17:30 - 19:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Helga Wetzstein, Entgelt: 82,80 € + Lehrbuch

**Weißwasser 15HA4814WW**

Beginn: Montag, 28.09.2015 Zeit: 18:30 - 20:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Galina Weidauer, Entgelt: 82,80 € + Lehrbuch

**A1 Französisch Grundkurs 2 (IV/1)**

Bauen Sie Ihre Französischkenntnisse weiter aus: Die Grundlagen, sollten sie auch verschüttet sein, werden aufgegriffen und systematisch erweitert.

In diesem Kurs erwerben Sie weitere Grundkenntnisse in Wortschatz, Aussprache und Grammatik. Ziel ist es, mit einfachen sprachlichen Mitteln eine erste Verständigung in wichtigen Situationen des Alltags zu ermöglichen. Der Kurs ist auch geeignet, wenn Sie Ihre grundlegenden, jedoch verschütteten Kenntnisse gründlich auffrischen möchten, um mit mehr Selbstvertrauen kommunizieren zu können. Quereinsteiger sind stets willkommen.

Für diesen Kurs sollten Sie Vorkenntnisse im Umfang von etwa zwei bis drei VHS-Semestern oder anderweitig ähnliche Grundkenntnisse erworben haben.

**Zittau 15HA4841ZZ**

Beginn: Mittwoch, 02.09.2015 Zeit: 17:30 - 19:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Teresa Schneider, Entgelt: 82,80 €

**A2 Rebonjour - Französisch zur Auffrischung**

Voraussetzung: Vorkenntnisse auf der Stufe A2 des GER.

Ein Kurs für Teilnehmer, die ihre bereits vor einiger Zeit erworbenen Sprachkenntnisse wieder auffrischen und festigen möchten. Jetzt wollen Sie noch einmal neu einsteigen: In nur 3 Semestern (60 UE) ermöglichen wir Ihnen eine Auffrischung der Niveaustufen A1 und A2. In einfacher Form werden alle wesentlichen Grammatik- und Wortschatzthemen reaktiviert.

**Weißwasser 15HA4881WW**


Beginn: Montag, 26.10.2015 Zeit: 18:30 - 20:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 69,00 € + Lehrmaterial






## **Kurse der Aufbaustufe bis B2**


### **B2 Französisch zur Auffrischung**



Verschüttete Kenntnisse reaktivieren: Ihr Wiedereinstieg in die französische Sprache über den Anfängerbereich hinaus.




Unsere Kurse zur Auffrischung bieten die Möglichkeit, einst erworbene Kenntnisse gezielt wieder in Erinnerung zu rufen und wesentliche Themen zu wiederholen und zu festigen. Sie werden sich an bereits gelernte Vokabeln und die Grundgrammatik erinnern - gleichzeitig erweitern Sie Ihren Wortschatz und lernen weitere grammatische Strukturen kennen. Insgesamt gehen die Kenntnisse dabei über den Einsteigerbereich hinaus. Quereinsteiger sind herzlich willkommen!



Dieses Angebot richtet sich an Teilnehmer, die Vorkenntnisse auf der Stufe B1 mitbringen (5-6 Jahre Sprachunterricht in der Schule oder vergleichbare VHS-Kurse).


#### **Löbau 15HA48B1LL**



Beginn: Dienstag, 22.09.2015 Zeit: 18:30 - 20:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Pestalozzi-MS Löbau, Kursleiter: Brunhilde Kutschke, Entgelt: 82,80 €

.....

### **B2 Französisch Konversation für Fortgeschrittene**



Ein Angebot für Interessierte, die vor allem auf das Sprechen und die mündliche Kommunikation Wert legen und dies üben wollen.

Dieser Konversationskurs richtet sich an Fortgeschrittene, die auf Reisen, aber auch im Berufsleben Französisch sprechen und sich in gemütlicher Runde über verschiedenste Themen austauschen möchten. Kurze Originaltexte werden zusammen bearbeitet und geben Anstöße für das gemeinsame Gespräch. Um an diesem Kurs Spaß zu haben, sollten Sie sich nicht scheuen, sich auf sprachliche Abenteuer einzulassen, denn was man im Gespräch nutzt, lernt man leichter.

Für diesen Kurs sollten Sie Vorkenntnisse im Bereich von neun oder zehn VHS-Semestern oder anderweitig erworbene, vergleichbare Kenntnisse haben.

#### **Löbau 15HA48K2LL**

Beginn: Mittwoch, 23.09.2015 Zeit: 18:45 - 20:15 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Brunhilde Kutschke, Entgelt: 79,50 €

.....

### **C1 Französisch zur Auffrischung**

Verschüttete Kenntnisse reaktivieren: Ihr Wiedereinstieg in die französische Sprache im Bereich der fortgeschrittenen Kenntnisse.

Unsere Kurse zur Auffrischung bieten die Möglichkeit, einst erworbene Kenntnisse gezielt wieder in Erinnerung zu rufen und wesentliche Themen zu wiederholen und zu festigen. Sie werden sich an bereits gelernte Vokabeln und die Grammatik erinnern - gleichzeitig erweitern Sie Ihren Wortschatz und lernen weitere grammatische Strukturen kennen. Insgesamt beziehen sich die Themen dabei auf den Bereich der fortgeschrittenen Sprachverwendung. Quereinsteiger sind herzlich willkommen!

Dieses Angebot richtet sich an Teilnehmer, die fundierte Vorkenntnisse mitbringen, wie sieben oder acht Jahre Sprachunterricht oder vergleichbare Kenntnisse auf Niveau B2. Löbau 15HA48Q1LL

Beginn: Dienstag, 22.09.2015 Zeit: 16:45 - 18:15 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Pestalozzi-MS Löbau, Kursleiter: Brunhilde Kutschke, Entgelt: 79,50 €

## Italienisch

### Italienisch Schnupperkurs

Sie interessieren sich für das Land Italien oder die Kultur?

In diesem Schnupperkurs können Sie erstmalig mit der Sprache des Landes in Berührung kommen.

Erfahren Sie Interessantes über Land und Leute und erlernen Sie die ersten Vokabeln und Redewendungen in den drei Veranstaltungen des Schnupperkurses.

In diesem Kurs können Sie feststellen, ob das Italienische Ihre Sprache ist und ob Sie das Erlernen in einem vollständigen Kurs fortsetzen möchten.

Direkt im Anschluss findet als Weiterführung der Kurs Italienisch für Anfänger statt, in dem Sie sich intensiv mit der Sprache beschäftigen können.

Bei Fragen zu den Kursen beraten wir Sie gern.

### Löbau 15HA4901LL

Beginn: Mittwoch, 02.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 3 Veranstaltungen, Ort: Pestalozzi-MS Löbau, Kursleiter: Erik Einfeldt, Entgelt: 15,90 €


### Zittau 15HA4901ZZ

Beginn: Montag, 07.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 3 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Erik Einfeldt, Entgelt: 15,90 €

### A1 Italienisch für Anfänger 1 (I/1)

Unser Kurs für Anfänger richtet sich an Interessierte, die sich erste Grundlagen der italienischen Sprache aneignen möchten. Schrittweise werden Sie an die Besonderheiten der Aussprache herangeführt und erwerben erste Kenntnisse des Grundwortschatzes. >>





Mit einfachen Redewendungen und den notwendigen sprachlichen Strukturen lernen Sie, sich in Alltags- und Reisesituationen zu verständigen. Landeskundliche Informationen runden den Kurs ab.

Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich.




### **Weißwasser 15HA4912WW**

Beginn: Montag, 28.09.2015 Zeit: 17:30 - 19:00 Uhr, 14 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Monika Brzeska, Entgelt: 96,60 €

---




### **A1 Italienisch Grundkurs 1 (II/1)**



Kurse der Grundstufe, hier Grundkurs 1, bieten Ihnen die wichtigsten Redemittel, um sich im Alltag auf einfache Weise zu verständigen. Sie eignen sich ebenso für Lerner, die ihr grundlegendes Wissen auffrischen möchten. Sie erweitern/reaktivieren Ihren Wortschatz, trainieren die Aussprache und erlernen die Grammatik, die für die Verständigung notwendig ist. Schrittweise bewältigen Sie Alltags- und Reisesituationen mit einfachen Wörtern und Wendungen. Erste Gespräche werden geübt. Damit Sie mehr verstehen als pizza, pasta und cappuccino!

Erforderliche Vorkenntnisse: 2 Semester Italienischkurse für Anfänger.

Quereinsteiger sind herzlich willkommen! Bei Fragen beraten wir Sie gern.



### **Weißwasser 15HA4931WW**

Beginn: Mittwoch, 16.09.2015 Zeit: 19:15 - 20:45 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Monika Brzeska, Entgelt: 82,80 €

---

## Latein

### **Lebendiges Latein für Anfänger**

Berührt uns da ein ferner Klang? Wie sprach eine Römerin oder ein Mönch im Mittelalter? Elemente des Kurses sind; die Introduction in die Fundamente einer vitalen Sprache, Lektüre einfacher lateinischer Texte, Basisgrammatik, des weiteren Latein im Alltag und das Lesen Zittauer Inschriften und auch Vita Romana (römisches Leben, römische Geschichte). Kursvoraussetzungen sind ein waches Sprachbewusstsein, Freude an Entdeckungen und die Bereitschaft sich auf Grammatik und bunte Sprachtheorie einzulassen. Es ist ein Kurs für Anfänger ohne oder mit nur leichten Vorkenntnissen.

### **Zittau 15HA4B10ZZ**

Beginn: Dienstag, 01.09.2015 Zeit: 17:30 - 19:00 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dr. Gert Zenker, Entgelt: 103,50 €

## Polnisch

### A1 Polnisch für Anfänger 1 (I/1)

Sie wollten schon immer mal Polen und die Sprache und Kultur des Landes kennenlernen? Mit diesem Kurs schaffen Sie den Einstieg in das Polnisch.

In diesem Schnupperkurs lernen Sie die Kultur Polens kennen und erwerben erste ganz einfache Kenntnisse in Aussprache und Alphabet. In den drei Veranstaltungen können Sie außerdem den Dozenten kennenlernen und feststellen ob Sie mit der Sprache Polnisch zurechtkommen. Mit ersten Redewendungen, Vokabeln und Grammatikgrundlagen wird Ihr Interesse an der Polnischen Sprache geweckt.

Wenn Sie das Lernen in einem vollständigen Kurs fortsetzen möchten, findet direkt im Anschluss der Kurs für Anfänger 15HA4H12ZZ statt.

Dieser Kurs ist für Anfänger ohne Vorkenntnisse und richtet sich speziell an Unentschlossene, die sich erst an drei Terminen an die polnische Sprache herantasten wollen.

#### Ebersbach 15HA4H11EL

Beginn: Mittwoch, 02.09.2015 Zeit: 16:30 - 18:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Burkhard Pfeiffer, Entgelt: 82,80 €

#### Löbau 15HA4H11LL

Beginn: Dienstag, 01.09.2015 Zeit: 16:30 - 18:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Kalina Schulze, Entgelt: 82,80 €

#### Niesky 15HA4H11NN

Beginn: Mittwoch, 16.09.2015 Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr, 14 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Marta Tschardtke, Entgelt: 103,50 € + Lehrbuch

#### Niesky 15HA4H12NN

Beginn: Mittwoch, 13.01.2016 Zeit: 17:30 - 19:00 Uhr, 14 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursraum 2.03, Kursleiter: Irena Matzeitzik, Entgelt: 96,60 € + Lehrbuch


#### Weißwasser 15HA4H12WW

Beginn: Donnerstag, 01.10.2015 Zeit: 18:30 - 20:00 Uhr, 14 Veranstaltungen, Ort: VHS Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Halina Rogoz, Entgelt: 96,60 € + Lehrbuch

#### Weißwasser 15HA4H13WW


Beginn: Mittwoch, 20.01.2016 Zeit: 18:30 - 20:00 Uhr, 14 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Halina Rogoz, Entgelt: 96,60 € + Lehrbuch >>





### **Zittau 15HA4H10ZZ**

Beginn: Dienstag, 01.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 3 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Michael Schiller, Entgelt: 20,70 €



### **Zittau 15HA4H11ZZ**


Beginn: Dienstag, 22.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Michael Schiller, Entgelt: 82,80 €

---




### **A1 Polnisch für Anfänger 2 (I/2)**


Der Einstieg in die polnische Sprache: Im zweiten Semester im Anfängerbereich wird weiter an den Grundkenntnissen der Sprache gearbeitet.



Sie konzentrieren sich weiter auf das Erlernen der Aussprache und das Erlernen der ersten Vokabel- und Grammatikkenntnisse. In lockerer Atmosphäre konzentrieren Sie sich auf praktisch orientierte Szenarien und entwickeln dadurch das Sprechen und Hörverstehen. Sie lernen ständig neue Vokabeln und Redewendungen hinzu und üben weiterhin die Grammatik, die Sie für die einfache Verständigung in verschiedenen Situationen benötigen.



Für diesen Kurs sollten Sie ein Semester Polnisch an der VHS besucht haben, oder anderweitig ganz einfache Grundlagenkenntnisse erworben haben.



### **Löbau 15HA4H21LL**

Beginn: Dienstag, 01.09.2015 Zeit: 16:30 - 18:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Pestalozzi-MS Löbau, Kursleiter: Burkhard Pfeiffer, Entgelt: 82,80 €

### **Weißwasser 15HA4H21WW**

Beginn: Dienstag, 22.09.2015 Zeit: 18:00 - 19:30 Uhr, 14 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Halina Rogoz, Entgelt: 96,60 € + Lehrbuch

### **Weißwasser 15HA4H22WW**

Beginn: Montag, 21.09.2015 Zeit: 16:45 - 18:15 Uhr, 14 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Halina Rogoz, Entgelt: 96,60 € + Lehrbuch

### **Zittau 15HA4H21ZZ**

Beginn: Montag, 07.09.2015 Zeit: 18:45 - 20:15 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Magdalena Dzialoszynski, Entgelt: 82,80 €

## A1 Polnisch Grundkurs 1(II/1)

In alltagsgerechten Situationen festigen und erweitern Sie Ihre Grundkenntnisse des Polnischen.

Der Schwerpunkt liegt auf typischen Gesprächssituationen über Familie, Freunde, Freizeit und Alltagsleben, aber auch der Einstieg in die Sprache für berufliche Zwecke ist gegeben. Sie trainieren weiter Aussprache und Intonation durch zahlreiche Übungen. Besonderes Augenmerk liegt auf der Entwicklung der Fertigkeiten Sprechen und Hörverstehen. Kleine Dialoge werden Ihnen zunehmend leichter fallen, so dass die Verständigung auf einfache Art und Weise sichergestellt werden kann.

Voraussetzung: Für Teilnehmer mit Vorkenntnissen im Umfang von etwa 2 Semestern VHS-Kurs im Anfängerbereich, auch für Wiedereinsteiger.

### Niesky 15HA4H31NN

Beginn: Mittwoch, 23.09.2015 Zeit: 17:15 - 18:45 Uhr, 14 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Marta Tschardtke, Entgelt: 96,00 € + Lehrbuch

### Weißwasser 15HA4H31WW

Beginn: Mittwoch, 23.09.2015 Zeit: 16:45 - 18:15 Uhr, 14 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Halina Rogoz, Entgelt: 96,60 € + Lehrbuch

.....

## A2/B1 Polnisch für Wiedereinsteiger

Aktivieren Sie verschüttete Kenntnisse: In diesem Kurs für Wiedereinsteiger rufen Sie die Sprache wieder in Erinnerung und polieren das vorhandene Wissen auf. In diesem Kurs wiederholen Sie gleichermaßen Grammatik und Vokabeln. Neben der systematischen Wiederholung werden Sie punktuell auch neue Kenntnisse in diesem Bereich erwerben. Die Festigung der Redewendungen und Strukturen wird in praktischen Kommunikationssituationen durchgeführt. Am Ende des Kurses ist Ihr Wissen wieder anwendungsbereit und Sie fühlen sich in der fremdsprachlichen Kommunikation wieder sicherer. Um teilzunehmen sollten Sie Kenntnisse im Bereich A2 oder B1 haben - durch die Zusammenstellung der Übungen werden beide Niveaustufen bedient und gefordert.

### Löbau 15HA4H81LL

Beginn: Dienstag, 01.09.2015 Zeit: 18:30 - 20:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Kalina Schulze, Entgelt: 82,80 €

### Zittau 15HA4H81ZZ

Beginn: Dienstag, 08.09.2015 Zeit: 18:45 - 20:15 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Magdalena Dzialoszynski, Entgelt: 82,80 €








## Portugiesisch

### Portugiesisch Schnupperkurs




Sie interessieren sich für das Land Brasilien oder die Kultur?

In diesem Schnupperkurs können Sie erstmalig mit der Sprache des Landes in Berührung kommen.




Erfahren Sie Interessantes über Land und Leute und erlernen Sie die ersten Vokabeln und Redewendungen in den drei Veranstaltungen des Schnupperkurses. In diesem Kurs können Sie feststellen, ob das brasilianische Portugiesisch Ihre Sprache ist und ob Sie das Erlernen in einem vollständigen Kurs fortsetzen möchten.




Direkt im Anschluss findet als Weiterführung der Kurs Portugiesisch für Anfänger statt, in dem Sie sich intensiv mit der Sprache beschäftigen können.

Bei Fragen zu den Kursen beraten wir Sie gern.



### Löbau 15HA4I01LL

Beginn: Mittwoch, 02.09.2015 Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr, 3 Veranstaltungen, Ort: Pestalozzi-MS Löbau, Kursleiter: Erik Einfeldt, Entgelt: 15,90 €



### Zittau 15HA4I01ZZ

Beginn: Montag, 07.09.2015 Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr, 3 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Erik Einfeldt, Entgelt: 15,90 €

---

## Russisch

### A1 Russisch zur Auffrischung

Sie wollen ihr Schulrussisch aufpolieren und sich in der Sprache fit machen für Alltag und Beruf? Dann ist dieser Kurs der Richtige!

In den 15 Veranstaltungen aktivieren Sie verschüttetes Wissen und festigen Ihre Sprachkenntnisse. Ihre Grundlagenkenntnisse in Grammatik und Wortschatz werden wiederholt und erweitert. Am Ende des Kurses werden Sie in der Kommunikation in russischer Sprache sicherer sein - sowohl in Bezug auf Grammatik, als auch im Bereich Vokabeln. Wenn Sie teilnehmen möchten, sollten Sie einfache Kenntnisse auf A1-Niveau haben, die auch weiter zurück liegen können, und das kyrillische Alphabet mühelos beherrschen.

### Zittau 15HA4J1ZZ

Beginn: Donnerstag, 24.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 12 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Marina Dopleb, Entgelt: 85,30 €

**Niesky 15HA4J31NN**

Beginn: Montag, 05.10.2015 Zeit: 18:00 - 19:30 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursraum 2.02, Kursleiter: Tanja Neugebauer, Entgelt: 100,00 €

**Weißwasser 15HA4J31WW**

Beginn: Dienstag, 06.10.2015 Zeit: 18:00 - 19:30 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Günter Kotsch, Entgelt: 82,80 €

**Russisch Intensivkurs**

Sie wollen ihr Schulrussisch aufpolieren und sich in der Sprache fit machen für Alltag und Beruf? Dann ist dieser Kurs der Richtige!

Im Verlauf eines Monats können Sie zweimal pro Woche verschüttetes Wissen aktivieren und Ihre Sprachkenntnisse festigen. Ihre Grundlagenkenntnisse in Grammatik und Wortschatz werden wiederholt und erweitert. Am Ende des Kurses werden Sie in der Kommunikation in russischer Sprache sicherer sein - sowohl in Bezug auf Grammatik, als auch im Bereich Vokabeln.

Wenn Sie teilnehmen möchten, sollten Sie einfache Kenntnisse auf A1-Niveau haben, die auch weiter zurück liegen können, und das kyrillische Alphabet mühelos beherrschen.

Dieser Intensivkurs findet zweimal pro Woche als Kleingruppe statt.

**Zittau 15HA4J21ZZ**

Beginn: Montag, 17.08.2015 Zeit: 18:30 - 19:30 Uhr, 9 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Marina Dopleb, Entgelt: 43,90 €


Lehrbuch: A1 Russisch - Jasno; zusätzlich Arbeitsblätter als Kopien

**Spanisch****A1 Spanisch für Anfänger 1 (I/1)**


¡Bienvenidos! Wenn Sie sich für Land und Leute Spaniens interessieren, können Sie in diesem Kurs den Grundstein für das Erlernen der Sprache legen.

In den Anfängerkursen lernen Sie die Gesetzmäßigkeiten der Aussprache kennen und erwerben einen ersten Grundwortschatz. Am Ende des Kurses sind Sie auch mit einigen wichtigen grammatischen Strukturen vertraut. Sie üben besonders die Fähigkeiten Sprechen und Hörverstehen, um bald an einfachen Gesprächen teilzunehmen. Zusätzlich erhalten Sie viele landeskundliche Informationen über Spanien. >>





Dieses Angebot richtet sich an Anfänger ohne Vorkenntnisse, die für berufliche oder private Zwecke den Einstieg in die spanische Sprache suchen.


**Weißwasser 15HA4M11WW**

Beginn: Freitag, 23.10.2015 Zeit: 15:30 - 17:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Yuri Nguyen Levano Garcia, Entgelt: 82,80 €


**Zittau 15HA4M11ZZ**

Beginn: Mittwoch, 09.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Yuri Nguyen Levano Garcia, Entgelt: 79,50 €


---

**A1 Spanisch für Anfänger 2 (I/2)**


Der Einstieg in die spanische Sprache: Im zweiten Kurs im Einsteigerbereich lernen Sie die Grundlagen des Spanischen intensiver kennen. Sie erlernen weiterhin die Grundkenntnisse der spanischen Sprache. Sie trainieren die Aussprache und festigen Ihren Grundwortschatz und die bisherigen Grammatikgrundlagen. Gleichzeitig erweitern Sie gezielt Ihr Vokabular und lernen neue grammatische Strukturen kennen. In praktischen Situationen können Sie diese Kenntnisse dann im Sprechen ausprobieren. Sie eignen sich dadurch Sicherheit in der einfachen Kommunikation auf Spanisch an.



Zur Teilnahme an diesem Kurs sollten Sie ein Semester Spanisch an der Volkshochschule besucht oder anderweitig minimale Grundkenntnisse erworben haben. Kleingruppenkurs.

**Löbau 15HA4M21LL**

Beginn: Mittwoch, 16.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 13 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Noema Pérez, Entgelt: 68,90 €

**Zittau 15HA4M21ZZ**

Beginn: Mittwoch, 07.10.2015 Zeit: 17:15 - 18:45 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Jeremy Cope, Entgelt: 79,50 €

---

**A1 Spanisch Grundkurs 2 (III/1)**

Voraussetzung: Für Teilnehmer, die bereits ca. vier Semester Spanisch gelernt haben und/oder über einfache Vorkenntnisse verfügen, z.B. Besuch der Anfängerkurse sowie des Grundkurses 1 oder anderweitig erworbene einfache Vorkenntnisse auf der Stufe A1 des Europäischen Referenzrahmens.

Sie wiederholen und festigen einige Inhalte aus den voran gegangenen Semestern, um darauf aufbauend weitere wichtige Grundlagen zu erlernen. Die Themen orientieren sich

weitestgehend an Kommunikationssituationen im Alltag und auf Reisen. Sie lernen, Ihre Fragen und Wünsche einfach zu formulieren, Antworten zu verstehen und z.B. Wegbeschreibungen oder Anweisungen zu folgen. In Kursen der Grundstufe festigen Sie elementare Kenntnisse der Fremdsprache. Sie sind auch für Quereinsteiger geeignet, die zügig ihr grundlegendes, jedoch verschüttetes Wissen auffrischen möchten.

Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen! Lassen Sie sich beraten. Kleingruppenkurs.

### **Niesky 15HA4M41NN**

Beginn: Dienstag, 15.09.2015 Zeit: 17:15 - 18:45 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Yuri Nguyen Levano Garcia, Entgelt: 82,80 € + Lehrbuch

### **Weißwasser 15HA4M42WW**

Beginn: Freitag, 18.09.2015 Zeit: 19:15 - 20:45 Uhr, 12 Veranstaltungen 1, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Yuri Nguyen Levano Garcia, Entgelt: 82,80 € + Lehrmaterial

## **A2 Spanisch Aufbaukurs 1 (V/1)**

Der erste Aufbaukurs: Ihr bisher erworbenes Wissen wenden Sie praktisch an und gleichzeitig bauen Sie Ihre Kenntnisse weiter aus. An den Kursen der Stufe A2 werden Sie das verfügbare Vokabular gezielt erweitern und weitere wichtige Redewendungen kennenlernen, die es Ihnen ermöglichen, sich präziser auszudrücken. So sind Sie immer besser in der Lage, sich in zunehmend freieren Gesprächen zu behaupten. Ihre Grammatikkenntnisse bauen Sie ebenfalls weiter aus. Im Vordergrund des Kurses stehen die Fähigkeiten Hörverstehen und Sprechen, damit Sie für verschiedene Situationen gerüstet sind.

Für die Teilnahme sollten Sie das Niveau A1 bereits abgeschlossen haben. Hierzu können Sie drei bis vier Volkshochschul-Semester absolviert oder die Kenntnisse anderweitig erworben haben.

### **Löbau 15HA4M61LL**

Beginn: Montag, 07.09.2015 Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Medardo Hollstein, Entgelt: 79,50 €


### **Zittau 15HA4M51ZZ**

Beginn: Donnerstag, 17.09.2015 Zeit: 17:30 - 19:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Noema Pérez, Entgelt: 70,80 €

### **Zittau 15HA4M52ZZ**

Beginn: Mittwoch, 09.09.2015 Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Yuri Nguyen Levano Garcia, Entgelt: 103,50 €






## **A2 Spanisch Aufbaukurs 4 (VI/1)**

Fortsetzung des Aufbaukurses 3. Weitere Vertiefung und Festigung des Gelernten mit breit gefächerten Themen. Die mündliche Kommunikation steht im Vordergrund. Neben der Arbeit mit dem Lehrbuch auch Einsatz literarischer Texte, Filme und Lieder, die gemeinsam besprochen werden.

Voraussetzung: 6 VHS-Semester oder Grundkenntnisse auf A2-Niveau.



### **Löbau 15HA4M81LL**

Beginn: Montag, 21.09.2015 Zeit: 17:15 - 18:45 Uhr, 13 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Medardo Hollstein, Entgelt: 76,70 €

---




## **B1 Spanisch für Fortgeschrittene 1 (XI/1)**

Voraussetzung: Kenntnisse, welche über das A2-Niveau hinausgehen und bereits Themen des Niveaus B1 umfassen. Die vorangegangenen Aufbaukurse sollten Sie erfolgreich abgeschlossen haben und in der Lage sein, sich zu vielfältigen Themen am Gespräch zu beteiligen und Ihre Gedanken zu formulieren.

Schwerpunkte des Kurses liegen auf Konversation, Hörverständnis und der aktiven Anwendung bisher erlernter Grammatik.

Quereinsteiger sind willkommen! Bei Fragen zur Kurswahl beraten wir Sie gern.



### **Löbau 15HA4M91LL**

Beginn: Mittwoch, 09.09.2015 Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Pestalozzi-MS Löbau, Kursleiter: Jürgen Klauer, Entgelt: 150,00 €

---

## **B1 Spanisch für Fortgeschrittene 1(V/1)**

Voraussetzung: VHS-Aufbaukurse 1-4 oder vergleichbare Vorkenntnisse.

Die vorangegangenen Aufbaukurse sollten Sie erfolgreich abgeschlossen haben und in der Lage sein, Informationen zu Themen wie Familie, Arbeit, persönliche Interessen und Umgebung zu geben und zu verstehen. Ein direkter, unkomplizierter Austausch in der Fremdsprache ist damit möglich. Schwerpunkte des Kurses liegen auf Konversation, Hörverständnis und der aktiven Anwendung bisher erlernter Grammatik.

Quereinsteiger sind willkommen!

### **Weißwasser 15HA4M91WW**

Beginn: Freitag, 18.09.2015 Zeit: 17:30 - 19:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Yuri Nguyen Levano Garcia, Entgelt: 82,80 € + Lehrmaterial

## A2-B1 Spanisch Konversation

Dieser Konversationskurs bietet die Chance, in kleiner Runde Spanisch zu sprechen und dabei nicht nur die spontane Ausdrucksfähigkeit zu verbessern, sondern auch Meinungen und Gedanken zu vielfältigen Themen auszutauschen. Ohne Vorgaben durch ein Lehrbuch widmen wir uns den Schwerpunkten, die gemeinsam mit den Teilnehmern bei Kursbeginn abgestimmt werden.

Anstöße zum Dialog bieten dabei auch Lieder, kurze Geschichten und Nachrichten aus der spanischsprachigen Welt.

Eine Empfehlung für all jene, die gezielt das Sprechen üben möchten, um bisher Gelerntes anzuwenden oder die ihren Auslandsaufenthalt vor- oder nachbereiten möchten.

Voraussetzung: Anwendungsbereite Kenntnisse mindestens auf A2-Niveau.

### Niesky 15HA4MK4NN

Beginn: Dienstag, 15.09.2015 Zeit: 19:15 - 20:45 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Yuri Nguyen Levano Garcia, Entgelt: 103,50 €

## A2/B1 Spanisch Konversationstreff

Cuenta, cuenta! Dieser Konversationskurs bietet die Chance Ihr Kommunikationsfähigkeiten in der spanischen Sprache anzuwenden und zu erweitern.

Sie verbessern Ihre spontane Ausdrucksfähigkeit und lernen Meinungen, Gedanken und Gefühl zu vielfältigen Themen auszutauschen. Anstöße zum Dialog finden Sie in Liedern, Kurzgeschichten oder aktuellen Nachrichten aus der spanischsprachigen Welt. Ohne Vorgaben durch ein Lehrbuch widmen wir uns den Schwerpunkten, die gemeinsam mit den Teilnehmern bei Kursbeginn abgestimmt werden.

Wenn Sie Vorkenntnisse mindestens auf A2-Niveau haben, können Sie in diesem Kurs in kleiner Runde gezielt Spanisch sprechen üben.

### Zittau 15HA4MK4ZZ


Beginn: Donnerstag, 10.09.2015 Zeit: 17:30 - 19:00 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Yuri Nguyen Levano Garcia, Entgelt: 79,50 €

## Tschechisch

### Tschechisch Schnupperkurs

Sie wollten schon immer mal unser Nachbarland und die Sprache Tschechiens kennen lernen? Mit diesem Kurs schaffen Sie den Einstieg in das Tschechische. In diesem Schnupperkurs lernen Sie die Kultur Tschechiens kennen und erwerben erste ganz >>






einfache Sprachkenntnisse. In den drei Veranstaltungen können Sie außerdem den Dozenten kennenlernen und feststellen ob Sie mit der Sprache Tschechisch zurechtkommen. Mit ersten Redewendungen, Vokabeln und Grammatikgrundlagen wird Ihr Interesse an der tschechischen Sprache geweckt.




Wenn Sie das Lernen in einem vollständigen Kurs fortsetzen möchten, findet direkt im Anschluss der Kurs für Anfänger 15HA4N13ZZ statt.



Dieser Kurs ist für Anfänger ohne Vorkenntnisse und richtet sich speziell an Unentschlossene, die sich erst an drei Tagen an die tschechische Sprache herantasten wollen.


### **Zittau 15HA4N01ZZ**




Beginn: Dienstag, 01.09.2015 Zeit: 17:30 - 19:00 Uhr, 3 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Jana Szittyayová, Entgelt: 20,70 €

---

### **A1 Tschechisch für Anfänger 1 (I/1)**



Vítáme vás! Steigen Sie in die Sprache unseres Nachbarlandes ein und lernen Sie die Grundlagen der tschechischen Sprache.



Am Ende des Kurses können Sie grundlegende Situationen des Alltags mit einfachen Worten meistern. Sie üben die korrekte Aussprache der tschechischen Buchstaben, legen sich einen ersten Grundwortschatz an und erlernen grammatische Strukturen, die Sie für die unmittelbare Kommunikation benötigen. In lockerer Atmosphäre konzentrieren Sie sich auf praktisch orientierte Szenarien und entwickeln dadurch das Sprechen und Hörverstehen.

Unser Kurs für Anfänger ohne Vorkenntnisse richtet sich an Interessierte, die für berufliche oder private Zwecke den Einstieg in die tschechische Sprache suchen.

### **Zittau 15HA4N11ZZ**

Beginn: Dienstag, 22.09.2015 Zeit: 17:30 - 19:00 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Jana Szittyayová, Entgelt: 82,80 €

---

### **A1 Tschechisch für Anfänger2 (I/2)**

Unsere Nachbarn verstehen!

Unser Kurs für Anfänger ohne Vorkenntnisse richtet sich an Interessierte, die für berufliche oder private Zwecke den Einstieg in die tschechische Sprache suchen. In lockerer

Atmosphäre lernen Sie, grundlegende Situationen des Alltags mit einfachen Worten zu meistern.

Unsere Kursleiter zeigen Ihnen dabei Mittel und Kniffe, die schwierigeren Themen zu meistern, die uns Deutschen zunächst fremd erscheinen. Geübt werden die korrekte Aussprache, wichtige Bausteine des Grundwortschatzes sowie grammatische Strukturen, die Sie für die unmittelbare Alltagskommunikation benötigen. Besonderes Augenmerk liegt auf der Entwicklung der Fertigkeiten Sprechen und Hörverstehen.

Bitte beachten Sie, dass dieser Kurs für „echte“ Anfänger konzipiert ist. Sollten Sie schon Vorkenntnisse haben, empfehlen wir Ihnen, unsere Beratungsangebote zu nutzen. Wir finden für Sie den passenden Kurs.

### **Ebersbach 15HA4N21EL**

Beginn: Dienstag, 01.09.2015 Zeit: 18:30 - 20:00 Uhr, 13 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Radka Försterova, Entgelt: 89,70 €

### **Löbau 15HA4N21LL**

Beginn: Mittwoch, 02.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Pestalozzi-MS Löbau, Kursleiter: Jeannette Langner, Entgelt: 82,80 €

### **Zittau 15HA4N21ZZ**

Beginn: Donnerstag, 03.09.2015 Zeit: 18:00 - 19:30 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Jana Szittyayová, Entgelt: 82,80 €

---

## **B1 Tschechisch für Fortgeschrittene 4 (V/2)**

Voraussetzung: Solide Grundkenntnisse des Tschechischen oder VHS-Aufbaukurse 1 bis 4 sowie drei Semester im Aufbaukurs.

Vielfältige Kommunikationssituationen, interessante Lesetexte, der aktive Umgang mit grammatischen Regeln, regelmäßige Wiederholungen zur Sicherung des Lernerfolges führen Schritt für Schritt zum B1-Niveau des Europäischen Sprachenzertifikats. Der Kurs findet in einer Kleingruppe statt.

### **Ebersbach 15HA4NC1EL**

Beginn: Dienstag, 01.09.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 15 Veranstaltungen, Ort: VHH Ebersbach, Kursleiter: Radka Försterova, Entgelt: 79,50 €





## **Tschechisch für Hotelmitarbeiter**

Sicher kommunizieren an der Rezeption! Sie haben internationale Gäste, aber nicht die nötigen Sprachkenntnisse diese auch angemessen zu begrüßen oder zu beraten? In diesem Kompaktkurs erwerben Sie, in praxisorientiertem Unterricht, Grundlagen in den wichtigsten Bereichen. Am Ende des Kurses können Sie telefonisch oder per Mail Auskünfte geben, Anfragen bearbeiten und Buchungsbestätigungen versenden. Sie sind in der Lage die Formalitäten des Ein- und Auscheckens, einschließlich des Bezahlvorganges, an der Rezeption sicher zu meistern und können Ihre Gäste freundlich verabschieden und willkommen heißen. Fragen zu Ihrem Haus, dem Leistungsangebot (wie den Frühstückszeiten) und besonderen Angeboten beantworten Sie problemlos.

Ebenfalls können Sie Ihren Gästen Hinweise zu Ausflugszielen in der Region geben und diese mit einfachen Worten zu den vorhandenen Freizeitangeboten informieren.

Im praxisorientierten Unterricht geht Frau Szittyayová auch auf Ihre speziellen Wünsche nach Vokabeln oder Redewendungen ein und trainiert diese mit Ihnen.

Die erlernten Formulierungen werden Ihnen helfen sich mit ausländischen Gästen problemloser zu verständigen. Sie treten sicherer und professioneller auf und gewinnen vielleicht sogar neue Stammgäste.

Für diesen Kurs sind leichte Vorkenntnisse von Vokabeln und Grammatik Voraussetzung. In diesem Kompaktkurs werden diese Themen zwar auch besprochen, jedoch kann die Grammatik nicht grundlegend behandelt werden - der Fokus liegt auf Gesprächssituationen und deren Nachstellung.

Dieser Kurs findet als Kleingruppe in sechs Veranstaltungen mit jeweils 3 Unterrichtseinheiten statt. Bei Fragen zur Kurswahl beraten wir Sie gern.

### **Zittau 15HA4NT1ZZ**

Beginn: Mittwoch, 07.10.2015 Zeit: 17:30 - 19:00 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Jana Szittyayová, Entgelt: 74,70 €

---

## **Tschechisch für Wanderer**

Auf Tagesausflügen mit Einheimischen ins Gespräch kommen.

Sie machen öfter Tagesausflüge in unser Nachbarland oder fahren zum Einkaufen und Essen über die Grenze, sind aber ohne deutschsprechendes Personal oder deutsche Speisekarten aufgeschmissen? In diesem Kompaktkurs erwerben Sie, in praxisorientiertem Unterricht, Grundlagen um sich einfach, aber freundlich, zu verständigen.

Am Ende des Kurses können Sie Begrüßung und Verabschiedung freundlich meistern. Im Restaurant können Sie auch mit der Speisekarte auf Tschechisch umgehen und mit dem Kellner kommunizieren. Mithilfe von örtlichen Beschilderungen und Beschreibungen

gen finden Sie Ihren Weg zu Sehenswürdigkeiten und sich vor Ort zurecht. Ebenso sind nach diesem Kurs in der Lage einfache Fragen zu formulieren, um Ihren Weg zu erfragen oder Abfahrtszeiten und Daten. Auch für Notfälle, die hoffentlich nicht eintreten, werden Sie gerüstet sein und können sich mit Ärzten oder der Polizei einfach verständigen.

Ebenfalls können Sie Ihren Gästen Hinweise zu Ausflugszielen in der Region geben und diese mit einfachen Worten zu den vorhandenen Freizeitangeboten informieren.

Im praxisorientierten Unterricht geht Frau Szittyayová auch auf Ihre speziellen Wünsche nach Vokabeln oder Redewendungen ein und trainiert diese mit Ihnen.

Die erlernten Formulierungen werden Ihnen helfen sich mit ausländischen Gästen problemloser zu verständigen. Sie treten sicherer und professioneller auf und gewinnen vielleicht sogar neue Stammgäste.

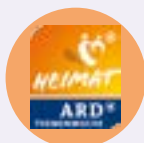
Für diesen Kurs sind leichte Vorkenntnisse von Vokabeln und Grammatik Voraussetzung. In diesem Kompaktkurs werden diese Themen zwar auch besprochen, jedoch kann die Grammatik nicht grundlegend behandelt werden - der Fokus liegt auf Gesprächssituationen und deren Nachstellung.

Dieser Kurs findet als Kleingruppe in vier Veranstaltungen mit jeweils 3 Unterrichtseinheiten statt. Bei Fragen zur Kurswahl beraten wir Sie gern.

### Zittau 15HA4NT2ZZ

Beginn: Mittwoch, 02.09.2015 Zeit: 17:30 - 19:00 Uhr, 4 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Jana Szittyayová, Entgelt: 49,80 €

## Sorbisch



### A2 Sorbisch Aufbaukurs 1(III/1)

Voraussetzung: Für Teilnehmer, die ca. vier Semester Sorbisch gelernt haben und/oder über Grundkenntnisse der Sprache auf der Niveaustufe A1 verfügen oder VHS- Grundkurse 1 und 2, z.B. mit Lehrbuch Recu serbsce 1, besucht haben.

Sie erweitern und festigen Ihre Grundkenntnisse in Wortschatz und Grammatik und erwerben die Fähigkeit, sich in einfachen Situationen zu verständigen, in denen es um einen unkomplizierten und direkten Austausch von Informationen über vertraute und geläufige Dinge geht.

Der Kurs ist auch für Quereinsteiger geeignet, die zügig ihr grundlegendes Wissen auffrischen möchten.

### Schleife 15HA4Q51SW

Beginn: Dienstag, 06.10.2015 Zeit: 18:30 - 20:00 Uhr, 12 Abende, Ort: Mittelschule Schleife, Kursleiter: Juliana Maria Kaulfürst, Entgelt: 63,60 € + Lehrmaterial



## Arbeit und Beruf

Berufliche Weiterbildung sichert die Zukunft und eröffnet neue berufliche Wege. Mit unserem Weiterbildungsangebot geben wir Ihnen Orientierungshilfen für Ihre berufliche und persönliche (Weiter-)Entwicklung und Professionalisierung.

Gern beraten wir Sie telefonisch oder persönlich im Gespräch. Vereinbaren Sie dazu einfach einen Termin.

### Firmenkurse

Gern bieten wir Firmen, Institutionen oder Verbänden maßgeschneiderte Kursangebote zu Ihren Wunschthemen und Wunschterminen an – wahlweise als Inhouse-Schulung oder in einem unserer PC-Kabinette.

### Einzelunterricht

Sie wünschen eine Einzelschulung zu einem bestimmten Thema? Kein Problem. Auf Wunsch bieten wir Ihnen jederzeit die Möglichkeit einer Einzelschulung zu Ihrem Wunschthema. Gern organisieren wir einen Dozenten, der zu Ihnen nach Hause kommt oder bieten Ihnen bei Bedarf einen PC-Platz in unseren Räumlichkeiten. Bitte sprechen Sie uns an!

### Ihre Kurswünsche

Ihr gewünschter Kurs ist nicht dabei? Schicken Sie uns einfach eine E-Mail mit Ihren Kurswünschen für das nächste Semester oder rufen Sie uns an. Wir freuen uns über Ihre Vorschläge.

### Zur Datensicherheit

Bitte beachten Sie, dass eigene Datenträger (Laptops, Tablets, Smartphones, Speichermedien etc.) nur mitgebracht werden dürfen, sofern dies im Kurs ausgeschrieben bzw. mit dem Kursleitenden abgesprochen ist. Desweiteren dürfen keine Daten oder Programme von VHS-Computern kopiert werden.

### Haftungsausschluss

Die Volkshochschule Dreiländereck übernimmt keine Haftung für Beschädigungen, Verlust oder Diebstahl von mitgebrachten Datenträgern oder persönlichen Gegenständen. Unser kostenfreies Angebot zum Semesterstart:

### VHS Info-Abend: Welcher PC-Kurs ist der richtige für mich?

Sie suchen einen Computerkurs, sind aber noch unsicher, welcher der richtige für Sie ist? Oder suchen Sie einen speziellen Kurs, den Sie auf den ersten Blick nicht finden? Möchten Sie vielleicht sogar einen Kursgutschein zu Weihnachten verschenken und suchen noch nach der passenden Kursidee?

Dann lassen Sie sich von uns beraten!

Wir laden Sie ein zu einer kostenlosen Info-Veranstaltung zu Beginn des aktuellen Herbstsemesters. Dabei können Sie Ihre Vorkenntnisse, Fragen oder Wünsche direkt und unverbindlich mit unseren Dozenten besprechen und erhalten einen Einblick in unser aktuelles Kursangebot im Herbst. So finden Sie Ihren passenden Kurs!

Die Veranstaltung ist unentgeltlich und unverbindlich. Auf Wunsch können Sie sich sofort anmelden!

Wir bitten um vorherige Anmeldung!

### **Löbau 15HA5001LL**

Beginn: Mittwoch, 02.09.2015, Zeit: 17:00 - 18:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Lutz Krause, Entgelt: unentgeltlich

### **Niesky 15HA5001NN** **NEU!**

Beginn: Donnerstag, 10.09.2015, Zeit: 17:00 - 18:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: unentgeltlich

### **Weißwasser 15HA5001WW** **NEU!**

Beginn: Freitag, 04.09.2015, Zeit: 17:00 - 18:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: unentgeltlich

### **Zittau 15HA5001ZZ** **NEU!**

Beginn: Dienstag, 01.09.2015, Zeit: 17:00 - 18:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Jürgen Küche, Entgelt: unentgeltlich

## Computer-Grundkurse

### **PC-Grundkurs**

Dieser Kurs ist offen für alle Interessierten und vermittelt Ihnen die Grundlagen der Arbeit mit dem Computer. In angenehmer Lernatmosphäre entdecken Sie schrittweise Aufbau, Funktion und einfache Anwendungen am PC.

Inhalte des Kurses im Überblick:

- Aufbau und Funktion eines Computers
- Kennenlernen von Windows und der Fenstertechnik
- Arbeit mit Maus und Tastatur
- Eigene Dateien anlegen und speichern
- Zusammenarbeit des Computers mit Drucker und Fotoapparat
- Datensicherheit >>



- Individuelle Gestaltung des eigenen Computers für eine optimale Nutzung
- Praktische Anwendungen wie Texterstellung, Bildbearbeitung, Rechenprogramm sowie erste Schritte mit Internet und E-Mail

Der Kurs ist für Anfänger geeignet. Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt. Unser Tipp: Buchen Sie diesen Kurs gleich zusammen mit unserem Folgekurs „Weiter geht's! - PC-Aufbaukurs“!

### **Löbau 15HA5101LL**

Beginn: Montag, 21.09.2015, Zeit: 14:30 - 16:45 Uhr, (Mo, Mi), 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Lutz Krause, Entgelt: 99,00 €

### **Niesky 15HA5104NN**

Beginn: Mittwoch, 09.09.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Anja Richter, Entgelt: 105,60 €

### **Niesky 15HA5101NN**

Beginn: Dienstag, 20.10.2015, Zeit: 09:00 - 11:15 Uhr, (Di, Do), 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: 99,00 €

### **Niesky 15HA5103NN**

Beginn: Montag, 11.01.2016, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: 105,60 €

### **Weißwasser 15HA5101WW**

Beginn: Montag, 12.10.2015, Zeit: 14:30 - 16:45 Uhr, (Mo, Mi), 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Ingrid Noack, Entgelt: 99,00 €

### **Weißwasser 15HA5103WW**

Beginn: Mittwoch, 13.01.2016, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Anja Richter, Entgelt: 105,60 €

### **Zittau 15HA5101ZZ**

Beginn: Montag, 21.09.2015, Zeit: 09:00 - 11:15 Uhr, (Mo, Mi), 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Jürgen Kuche, Entgelt: 99,00 €

### **Zittau 15HA5102ZZ**

Beginn: Montag, 11.01.2016, Zeit: 09:00 - 11:15 Uhr, (Mo, Mi), 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Jürgen Kuche, Entgelt: 99,00 €

## PC-Grundkurs 60+

Dieser Kurs wendet sich an aktive Seniorinnen und Senioren sowie alle weiteren Interessierten und vermittelt Ihnen die Grundlagen der Arbeit mit dem Computer. In einem langsamen Lerntempo entdecken Sie schrittweise Aufbau, Funktion und einfache Anwendungen am PC.

Der Kurs ist für Anfänger geeignet. Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt. Unser Tipp: Buchen Sie diesen Kurs gleich zusammen mit unserem Folgekurs „Weiter geht's! - PC-Aufbaukurs 60+“!

### Löbau 15HA510ALL

Beginn: Montag, 21.09.2015, Zeit: 09:00 - 11:15 Uhr, (Mo, Mi), 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Lutz Krause, Entgelt: 99,00 €

### Löbau 15HA510BLL

Beginn: Dienstag, 26.01.2016, Zeit: 09:00 - 11:15 Uhr, (Di, Do), 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Lutz Krause, Entgelt: 99,00 €

### Niesky 15HA510ANN

Beginn: Dienstag, 20.10.2015, Zeit: 14:30 - 16:45 Uhr, (Di, Do), 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: 99,00 €

### Weißwasser 15HA510AWW

Beginn: Montag, 12.10.2015, Zeit: 09:00 - 11:15 Uhr, (Mo, Mi), 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Ingrid Noack, Entgelt: 99,00 €

### Zittau 15HA510AZZ

Beginn: Montag, 21.09.2015, Zeit: 14:30 - 16:45 Uhr, (Mo, Mi), 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Jürgen Kuche, Entgelt: 99,00 €

## PC-Grundkurs mit eigenem Laptop (Kleingruppe, max. 4 TN)

In diesem Kleingruppenkurs verlieren Sie die Scheu vor der Arbeit mit dem eigenen Laptop. In angenehmer Lernatmosphäre machen Sie erste Schritte am PC und erwerben die Grundlagen zu Aufbau, Funktion und einfachen Computerprogrammen. Unter Anleitung des Dozenten richten Sie Ihren Laptop nach Ihren Wünschen ein und werden Schritt für Schritt sicher in der Bedienung.

Das Arbeiten in der Kleingruppe ermöglicht Ihnen ein entspanntes und bequemes Arbeiten und eine individuelle Betreuung durch den Dozenten. >>



Inhalte des Kurses im Überblick:

- Aufbau und Funktion eines Computers
- Kennenlernen von Windows und der Fenstertechnik
- Arbeit mit Maus und Tastatur
- Eigene Dateien anlegen und speichern
- Individuelle Gestaltung des eigenen Laptops für eine optimale Nutzung
- Erste Schritte mit Word und Internet

Der Kurs ist für Anfänger geeignet. Bitte bringen Sie Ihren eigenen WLAN-fähigen Laptop mit! Auf Wunsch ist eine Verlängerung des Kurses möglich.

Unser Tipp: Buchen Sie diesen Kurs gleich zusammen mit unserem Kurs „Internet 60+“.

### **Löbau 15HA510LLL**

Beginn: Freitag, 23.10.2015, Zeit: 14:30 - 16:45 Uhr, 4 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 150,00 €

### **Zittau 15HA510LZZ**

Beginn: Freitag, 29.01.2016, Zeit: 09:00 - 11:15 Uhr, 4 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Jürgen Küche, Entgelt: 150,00 €

---

### **PC-Kompaktkurs am Abend**

Dieser Kurs ist offen für alle Interessierten und ermöglicht Ihnen einen schnellen und kompakten Einstieg in das Arbeiten mit dem Computer.

Inhalte des Kurses im Überblick:

- Aufbau und Funktion eines Computers
- Kennenlernen von Windows und der Fenstertechnik
- Arbeit mit Maus und Tastatur
- Eigene Dateien anlegen und speichern
- Zusammenarbeit des Computers mit Drucker und Fotoapparat
- Datensicherheit
- Individuelle Gestaltung des eigenen Computers für eine optimale Nutzung
- Word: Texte erstellen und bearbeiten
- Excel: Einfache Tabellenkalkulation

Der Kurs ist für Anfänger geeignet. Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt.

Unser Tipp: Buchen Sie diesen Kurs gleich zusammen mit unserem Folgekurs „Fit fürs Internet“!

**Löbau 15HA510MLL**

Beginn: Donnerstag, 10.09.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Sylvio Mertsch, Entgelt: 124,77 €\*

**Zittau 15HA510MZZ**

Beginn: Montag, 14.09.2015, Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Julia Renger, Entgelt: 118,17 €\*

**Zittau 15HA510NZZ**

Beginn: Mittwoch, 20.01.2016, Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Stefan Renger, Entgelt: 118,17 €\*

\* In der Kursgebühr ist ein Lehrbuch enthalten.

---

## Computer-Aufbaukurse

**Weiter geht's! - PC-Aufbaukurs** *NEU!*

Dieser Kurs wendet sich an (Wieder)Einsteiger in den Beruf oder Privat-PC-Nutzer und vermittelt in kompakter Form die wesentlichen Anwendungen des Office-Paketes 2010: Textverarbeitung mit Word, Tabellenkalkulation mit Excel sowie Präsentationen mit Powerpoint.

Der Schwerpunkt liegt auf der Textverarbeitung mit Word. Excel und Powerpoint werden vorgestellt und können anschließend im Kurs „Fit fürs Büro mit Office“ erweitert werden. Voraussetzung sind PC-Grundkenntnisse. Alternativ können Sie vorab einen unserer PC-Grundkurse besuchen.

Unser Tipp: Werden Sie „Fit am PC“ und buchen Sie diesen Kurs zusammen mit unserem Folgekurs „Fit fürs Büro mit Office“!

**Löbau 15HA5112LL**

Beginn: Dienstag, 10.11.2015, Zeit: 09:00 - 12:15 Uhr, (Di, Do), 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Lutz Krause, Entgelt: 105,60 €

**Löbau 15HA5111LL**

Beginn: Donnerstag, 14.01.2016, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 105,60 €

**Niesky 15HA5112NN**

Beginn: Donnerstag, 22.10.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 7 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: 92,40 € >>







### **Niesky 15HA5111NN**

Beginn: Mittwoch, 28.10.2015, Zeit: 09:00 - 12:15 Uhr, 7 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: 92,40 €



### **Weißwasser 15HA5111WW**

Beginn: Freitag, 30.10.2015, Zeit: 09:00 - 12:15 Uhr, 7 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: 92,40 €



### **Weißwasser 15HA5112WW**

Beginn: Donnerstag, 28.01.2016, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 7 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Anja Richter, Entgelt: 92,40 €



### **Zittau 15HA5111ZZ**

Beginn: Mittwoch, 14.10.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Stefan Renger, Entgelt: 105,60 €



### **Zittau 15HA5112ZZ**

Beginn: Montag, 25.01.2016, Zeit: 14:30 - 16:45 Uhr, (Mo, Mi), 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Mike Liebscher, Entgelt: 99,00 €

---



### **Weiter geht's! - PC-Aufbaukurs 60+ *NEU!***

Dieser Kurs wendet sich an ältere Lernende, die bereits erste Erfahrungen mit dem Computer gemacht haben oder einen unserer PC-Grundkurse besucht haben. In entspannter Lernatmosphäre erweitern Sie Ihre allgemeinen PC-Kenntnisse und vertiefen Ihre Fertigkeiten mit Standardprogrammen.

Ein wesentlicher Schwerpunkt des Kurses liegt auf der Textbearbeitung mit Word. Sie lernen, Briefe und Dokumente elektronisch zu verfassen und auf Wunsch Bilder einzufügen. Dabei machen Sie erste Schritte in der Bildbearbeitung.

Voraussetzung sind PC-Grundkenntnisse. Alternativ können Sie vorab einen unserer PC-Grundkurse besuchen. Unser Tipp: Buchen Sie diesen Kurs gleich zusammen mit unserem Kurs „Fit fürs Internet 60+“ !

### **Löbau 15HA5113LL**

Beginn: Montag, 25.01.2016, Zeit: 09:00 - 12:15 Uhr, (Mo, Mi), 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Lutz Krause, Entgelt: 105,60 €

### **Zittau 15HA5113ZZ**

Beginn: Montag, 02.11.2015, Zeit: 09:00 - 12:15 Uhr, (Mo, Mi), 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Jürgen Kuche, Entgelt: 105,60 €

## Betriebssysteme

### Umstieg auf Windows 8 und 8.1

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits mit einem älteren Windows-Betriebssystem gearbeitet haben und jetzt umsteigen wollen.

In diesem Kurs lernen Sie schnell und systematisch die wichtigsten Funktionen und Bedienkonzepte von Windows 8 kennen und nutzen. Sie erhalten viele Infos und Tipps für ein effizientes Arbeiten mit der neuen Oberfläche, dem aktualisierten Startbildschirm, dem Desktop, der Taskleiste und den Fenstern. Darüber hinaus erfahren Sie, wie man nun sehr komfortabel seine eigenen Dateien sichern und wiederherstellen kann.

Voraussetzung für die Teilnahme sind sichere, allgemeine PC-Grundkenntnisse.

#### Löbau 15HA5115LL

Beginn: Montag, 12.10.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 2 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 38,40 €

#### Weißwasser 15HA5115WW

Beginn: Montag, 28.09.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 2 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Ingrid Noack, Entgelt: 38,40 €

#### Zittau 15HA5115ZZ

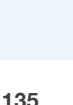
Beginn: Montag, 11.01.2016, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 2 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Mike Liebscher, Entgelt: 38,40 €

### Windows 10 – das Startmenü ist wieder da! **NEU!**

Dieser Kurs bietet Ihnen einen schnellen Einstieg in die Bedienung und den Umgang mit dem neuen Betriebssystem Windows 10. Sie entdecken die Neuerungen von Windows 10, die neue Oberfläche sowie die neuen Bedienungsmöglichkeiten.

Die Kursinhalte im Überblick:

- Windows 10 Oberfläche kennen lernen
- Neuerungen und Highlights von Windows 10
- Update: Von Windows 7 nach Windows 10
- Nutzeroberfläche anpassen und optimieren
- Verwaltung und Nutzung von Apps
- Programme aufrufen und beenden
- Daten mit dem neuen Explorer verwalten
- Regelmäßige Datensicherung >>



Voraussetzung für die Teilnahme sind sichere allgemeine PC-Grundkenntnisse.

### **Löbau 15HA5116LL**

Beginn: Donnerstag, 03.12.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 2 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Mike Liebscher, Entgelt: 38,40 €

### **Zittau 15HA5116ZZ**

Beginn: Donnerstag, 14.01.2016, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 2 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Mike Liebscher, Entgelt: 38,40 €

## Office-Anwendungen

### **Fit fürs Büro mit Office** *NEU!*

In diesem Kurs erweitern und vertiefen Sie Ihre Grundkenntnisse zu Office, damit Sie die Büroanwendungen Word, Excel und Powerpoint noch umfassender und effizienter nutzen können. Sie entdecken pfiffige Kniffe und Tricks aus der Praxis, die das alltägliche Arbeiten erleichtern und im Ergebnis professioneller machen. Wesentliche Inhalte sind: Word-Vorlagen und Designs nutzen, Word-Dokumente bearbeiten und verwenden, Datenanalyse und Funktionen mit Excel, Powerpoint-Präsentationen professionell gestalten. Dabei gehen wir auch auf Ihre individuellen Wünsche und Fragen ein. Voraussetzung sind PC-Grundkenntnisse oder der Besuch unserer PC-Grund- und Aufbaukurse.

Unser Tipp: Werden Sie „Fit im Büro“ und buchen Sie diesen Kurs gleich zusammen mit unserem Folgekurs „Büromanagement mit Outlook“!

### **Löbau 15HA5121LL**

Beginn: Dienstag, 22.09.2015, Zeit: 09:00 - 12:15 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Jürgen Küche, Entgelt: 79,20 €

### **Löbau 15HA5122LL**

Beginn: Mittwoch, 27.01.2016, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Jürgen Küche, Entgelt: 79,20 €

### **Niesky 15HA5121NN**

Beginn: Mittwoch, 13.01.2016, Zeit: 09:00 - 11:15 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: 79,20 €

### **Niesky 15HA5122NN**

Beginn: Dienstag, 10.11.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Anja Richter, Entgelt: 79,20 €

**Weißwasser 15HA5123WW**

Beginn: Dienstag, 15.09.2015, Zeit: 09:00 - 11:15 Uhr, (Di, Do), 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: 79,20 €

**Weißwasser 15HA5122WW**

Beginn: Mittwoch, 23.09.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: 79,20 €

**Weißwasser 15HA5121WW**

Beginn: Freitag, 15.01.2016, Zeit: 09:00 - 11:15 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: 79,20 €

**Zittau 15HA5123ZZ**

Beginn: Freitag, 16.10.2015, Zeit: 09:00 - 12:15 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Mike Liebscher, Entgelt: 79,20 €

**Zittau 15HA5122ZZ**

Beginn: Mittwoch, 20.01.2016, Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Stefan Renger, Entgelt: 79,20 €

**Zittau 15HA5121ZZ**

Beginn: Donnerstag, 21.01.2016, Zeit: 09:00 - 12:15 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Mike Liebscher, Entgelt: 79,20 €

**Excel - der schnelle Einstieg**

Dieser Kurs bietet anhand zahlreicher Übungen den effektiven Einstieg in die vielfältigen Möglichkeiten des Tabellenkalkulationsprogramms Excel.

Sie erlernen das Aufbauen, Nutzen und Gestalten von Tabellen und Kalkulationen sowie die praktische Anwendung wichtiger Funktionen und Formeln.

Die Kursinhalte im Überblick:

- Nutzeroberfläche und Funktion der Schnellzugriffsleiste
- Grundlagen des Rechnens mit Excel
- Aufbau und Aufbereitung von Tabellen und Mappen
- Formatieren von Tabellen und Mappen
- Tabellen schützen
- Statistische Funktionen sowie Diagrammerstellung
- Ausfüllen und Sortieren von Daten >>



Dabei gehen wir auch auf Ihre individuellen Wünsche und Fragen ein.

Voraussetzungen sind allgemeine Computergrundkenntnisse.

Unser Tipp: Buchen Sie diesen Kurs gleich zusammen mit unserem Folgekurs „Aufbaukurs Excel“

### **Löbau 15HA5131LL**

Beginn: Montag, 23.11.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 4 Veranstaltungen,

Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Lutz Krause, Entgelt: 52,80 €

### **Niesky 15HA5131NN**

Beginn: Donnerstag, 24.09.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 4 Veranstaltungen,

Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: 52,80 €

### **Zittau 15HA5131ZZ**

Beginn: Dienstag, 13.10.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 4 Veranstaltungen,

Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Mike Liebscher, Entgelt: 52,80 €

---

### **Aufbaukurs Excel *NEU!***

Dieser Kurs richtet sich an alle, die schon mit Excel gearbeitet haben oder unseren Excel Grundkurs besucht haben und die ihre Fähigkeiten im Umgang mit Excel erweitern wollen. Nach einer Einführung in das Thema werden folgende Inhalte in Absprache mit den Kursteilnehmern behandelt:

Übersicht über mögliche Themen:

- Vertiefung des Grundwissens, Aufarbeitung von Praxisfragen der Teilnehmer
- Datenlisten sortieren und filtern
- Teilergebnisse
- Pivot-Tabellen und Pivot-Charts
- Wenn- und SVerweis-Funktionen
- Tipps und Tricks aus der Praxis
- Anwendung Dropdown
- Formeln analysieren
- Datenaustausch
- Bedingte Formatierung
- Zielwertsuche
- Sparklines

Voraussetzungen sind Excel-Grundkenntnisse oder der Besuch unseres Kurses „Excel - der schnelle Einstieg“.

**Löbau 15HA5141LL**

Beginn: Montag, 18.01.2016, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 4 Veranstaltungen,  
Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Lutz Krause, Entgelt: 52,80 €

**Niesky 15HA5141NN**

Beginn: Donnerstag, 14.01.2016, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 4 Veranstaltungen,  
Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: 52,80 €

**Weißwasser 15HA5141WW**

Beginn: Montag, 16.11.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 4 Veranstaltungen,  
Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Dozententeam VHS , Entgelt: 52,80 €

**Zittau 15HA5141ZZ**

Beginn: Dienstag, 17.11.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 4 Veranstaltungen,  
Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Mike Liebscher, Entgelt: 52,80 €

**Präsentieren mit Powerpoint**

Mit einer professionellen Powerpoint-Präsentation überzeugen Sie nicht nur im unternehmerischen Kontext. Auch in Schule, Studium oder bei privaten Vorführungen sind Powerpoint-Präsentationen ein wirkungsvoller Begleiter.

In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie mit Powerpoint anschauliche Präsentationen für berufliche oder private Zwecke gestalten.

Sie lernen, Ihre Präsentation in einzelnen Folien sinnvoll zu strukturieren und Textinformationen zu gestalten. Zudem erfahren Sie, wie Sie eigene Logos, Fotos, Grafiken, Zeichnungen, Animationen, Audio- oder Videodateien einbinden und Ihre gesamte Präsentation per Animation oder manuell gesteuert ablaufen lassen. Abschließend entdecken Sie, wie Sie aus Ihrer Präsentation Handzettel und Handouts erstellen.

Inhalte im Überblick:

- Optimale Foliengestaltung für verschiedene Vortragssituationen
- Texte und Bilder einfügen und bearbeiten
- Texte formatieren, Textfelder bearbeiten
- Foliendesign verändern
- Folie verschieben, neu ordnen, löschen
- Ton- und Video einbinden
- Einsatz von Hyperlinks
- Animationseffekte einfügen
- Folien in verschiedenen Ansichten und Ausgabeformaten drucken >>



Teilnahmevoraussetzung sind allgemeine Computergrundkenntnisse.

### **Löbau 15HA5160LL**

Beginn: Montag, 26.10.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 4 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Lutz Krause, Entgelt: 68,00 €

### **Zittau 15HA5160ZZ**

Beginn: Donnerstag, 17.09.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 4 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Peter Hennig, Entgelt: 68,00 €

---

## **Internet & Webseitengestaltung**

### **Fit fürs Internet**

In diesem Kurs lernen Sie das Internet als einfaches Mittel für Kommunikation und Information kennen. Sie entdecken interessante Webseiten, nützliche Anwendungen und machen erste Schritte mit einer eigenen E-Mail-Adresse.

Inhalte des Kurses sind:

- Das Internet: Funktion und Nutzen
- Verschiedene Browser kennen lernen
- Richtig suchen lernen z.B. mit Google
- Wetter- und Reiseportale entdecken
- Online kaufen und bezahlen
- Wikipedia und andere Online-Nachschlagewerke nutzen
- Youtube
- Nutzung von Fernsehmediatheken
- Routenplaner zur Reisevorbereitung
- AcrobatReader (Nutzung um PDF-Dateien aus dem Internet lesen zu können)

Der Kurs ist für Internet-Einsteiger geeignet.

Teilnahmevoraussetzung sind erste PC-Grundkenntnisse oder der Besuch eines unserer PC-Grundkurse.

### **Zittau 15HA5181ZZ**

Beginn: Montag, 25.01.2016, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Stefan Renger, Entgelt: 79,20 €

## Fit fürs Internet 60+

In diesem Kurs lernen aktive Seniorinnen und Senioren sowie alle weiteren Interessierten das Internet als einfaches Mittel für Kommunikation und Information kennen. In entspannter Lernatmosphäre entdecken Sie interessante Webseiten, nützliche Anwendungen und machen erste Schritte mit einer eigenen E-Mail-Adresse.

Inhalte des Kurses sind:

- Das Internet: Funktion und Nutzen
- Verschiedene Browser kennen lernen
- Richtig suchen lernen z.B. mit Google
- Wetter- und Reiseportale entdecken
- Online kaufen und bezahlen
- Wikipedia und andere Online-Nachschlagewerke nutzen
- Youtube (Videoplattform mit interessanten Beiträgen)
- Nutzung von Fernsehmediatheken
- Routenplaner zur Reisevorbereitung
- AcrobatReader (Nutzung um PDF-Dateien aus dem Internet lesen zu können)

Der Kurs ist für Internet-Einsteiger geeignet. Teilnahmevoraussetzung sind erste PC-Grundkenntnisse oder der Besuch eines unserer PC-Grundkurse.

### Löbau 15HA5182LL

Beginn: Montag, 02.11.2015, Zeit: 09:00 - 11:15 Uhr, (Mo, Mi), 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Lutz Krause, Entgelt: 79,20 €

### Niesky 15HA5182NN

Beginn: Dienstag, 24.11.2015, Zeit: 14:30 - 16:45 Uhr, (Di, Do), 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Anja Richter, Entgelt: 79,20 €

### Weißwasser 15HA5182WW

Beginn: Montag, 23.11.2015, Zeit: 09:00 - 11:15 Uhr, (Mo, Mi), 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Ingrid Noack, Entgelt: 79,20 €

### Zittau 15HA5182ZZ

Beginn: Montag, 02.11.2015, Zeit: 14:30 - 16:45 Uhr, (Mo, Mi), 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Jürgen Kuche, Entgelt: 79,20 €

### Zittau 15HA5183ZZ

Beginn: Dienstag, 26.01.2016, Zeit: 09:00 - 11:15 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Mike Liebscher, Entgelt: 79,20 €





## Meine eigene Webseite mit Joomla!

Das frei verfügbare Content Management System (CMS) Joomla! ist nicht umsonst so beliebt: Mit Joomla! lassen sich schnell und einfach kleine und mittlere Webportale entwerfen und administrieren. In diesem Kurs erstellen wir gemeinsam eine einfache Webseite und lernen alle wichtigen Grundfunktionen des Programms Joomla! kennen.

Kursinhalte im Überblick:

- Was ist Joomla?!
- Benutzeroberfläche
- Neue Seiten und Inhalte anlegen und bearbeiten
- Der TinyMCE Texteditor
- Navigationsmenüs erstellen
- Tabellen, Formulare, Kontaktseiten
- Newsletter
- Foren und FAQs erstellen
- Downloads bereitstellen
- Passwortgeschützte Bereiche
- Veröffentlichung steuern
- Medien (Videos/Maps) einbinden u.v.m.

Am Ende des Workshops können Sie selbstständig Webseiten mit Joomla! entwickeln und administrieren. Teilnahmevoraussetzungen sind allgemeine Computergrundkenntnisse (inkl. Internet und Textverarbeitung).

### Löbau 15HA5170LL

Beginn: Donnerstag, 12.11.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 4 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Sylvio Mertsch, Entgelt: 68,00 €

---

## Büropraxis

### Büromanagement mit Outlook **NEU!**

Outlook kann viel mehr als nur E-Mails versenden. Mit Outlook sind Sie am Arbeitsplatz und Zuhause bestens organisiert und haben Ihre E-Mails sowie Termine und Aufgaben bestens im Blick. In diesem Kurs entdecken Sie die vielfältigen Funktionen von Outlook 2010 für eine bestmögliche Kommunikation, Zeitplanung und Aufgabenorganisation.

Folgende Inhalte werden in Absprache mit den Kursteilnehmern behandelt:

- Versenden von E-Mails und Dateien
- E-Mail-Weiterleitungen und automatische Antworten bei Abwesenheit

- E-Mail Signaturen erstellen
  - Besprechungseinladungen versenden
  - Kontakte anlegen und verwalten
  - Ordner und Konten anlegen und freigeben
  - Aufgaben anlegen und Erinnerungsfunktionen nutzen
  - Kalenderfunktionen entdecken (Feiertage, Urlaub, Einzel- und Serientermine)
- Voraussetzung sind allgemeine PC-Grundkenntnisse.

### **Löbau 15HA518ALL**

Beginn: Dienstag, 22.09.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 3 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Jürgen Kuche, Entgelt: 39,60 €

### **Löbau 15HA518BLL**

Beginn: Montag, 25.01.2016, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 3 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Jürgen Kuche, Entgelt: 39,60 €

### **Niesky 15HA518BNN**

Beginn: Mittwoch, 07.10.2015, Zeit: 09:00 - 12:15 Uhr, 3 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: 39,60 €

### **Niesky 15HA518ANN**

Beginn: Mittwoch, 27.01.2016, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 3 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: 39,60 €

### **Weißwasser 15HA518AWW**

Beginn: Donnerstag, 26.11.2015, Zeit: 09:00 - 12:15 Uhr, 3 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: 39,60 €

### **Zittau 15HA518AZZ**

Beginn: Mittwoch, 23.09.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 3 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Mike Liebscher, Entgelt: 39,60 €



Büroklammer Zittau, Dörte Wagner  
 Böhmische Stra. 17, 02763 Zittau  
 Tel./Fax: 03583 5 86 55 65  
 Mo.-Fr. 9.30-18.00 Uhr, Sa. 9.30-12.00 Uhr

- /// Ausdrucke und Kopien bis A3 in s/w und Farbe
- /// Großformatdruck/-kopien bis A0
- /// Bindungen (Diplomarbeiten o.ä.)
- /// Büro- und Schreibwaren

***Wir freuen uns auf Euren Besuch.***



## Perfekt organisiert mit Evernote - Mein digitales Notizbuch **NEU!**

Evernote – ihr neues, digitales Notizbuch - ist eine kostenlose, virtuelle Webanwendung, mit der Sie bequem am PC oder von unterwegs Notizen machen und To-Do's verwalten, Dokumente und Grafiken speichern, Inhalte teilen, diskutieren oder präsentieren können und das auf jedem mobilen Gerät, egal ob iPhone, iPod Touch, iPad, Android-Gerät bzw. Windows-Mobile-Gerät oder Laptop.

Deshalb ist Evernote bestens für die mobile Generation der Berufstätigen oder Studierenden geeignet, die ständig unterwegs ist und die ihre Aufzeichnungen im Griff bzw. permanent verfügbar haben möchte.

Kursinhalte im Überblick:

- Papierloses Büro bzw. digitale Notizen im Griff: zeitgemäßes Arbeiten für die mobile Generation
- Vorstellung Evernote
- Anlegen eines Kontos
- Aufzeichnungen und To-Do's erstellen und kategorisieren
- Bilder, Grafiken und Dokumente verwalten
- Inhalte teilen und diskutieren bzw. für Präsentationen oder Meetings nutzen
- Mail-to-Evernote

Bringen Sie zur Veranstaltung Ihr eigenes WLAN-fähiges Gerät mit oder arbeiten Sie bequem mit der Web-Version an einem unserer PC's!

### Löbau 15HA5931LL

Beginn: Mittwoch, 11.11.2015, Zeit: 17:00 - 20:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: René Seidel, Entgelt: 22,00 €

### Zittau 15HA5931ZZ

Beginn: Dienstag, 15.09.2015, Zeit: 17:00 - 20:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: René Seidel, Entgelt: 22,00 €

---

## Wunderlist - Mobile Notizen und Aufgabenverwaltung **NEU!**

Egal ob als Urlaubsplanung, Einkaufsliste oder zur Organisation von Projekten - das virtuelle und kostenlose Tool Wunderlist ist der einfachste Weg Aufgaben zu planen, zu organisieren bzw. zu erledigen. Wunderlist hilft Ihnen dabei, all Ihre persönlichen und beruflichen Aufgaben zu koordinieren und abzuwickeln und das auf jedem beliebigen mobilen Gerät. Deshalb ist Wunderlist bestens für die mobile Generation der Berufstätigen oder Studierenden geeignet, die ständig unterwegs ist und die ihre To-Do-Listen im Griff und permanent verfügbar haben möchte.

Kursinhalte im Überblick:

- Papierloses Arbeiten bzw. digitale Aufgaben im Griff: zeitgemäßes Arbeiten für die mobile Generation
- Vorstellung Wunderlist
- Anlegen eines Kontos
- Pläne und To-Do's erstellen
- Erinnerungsfunktion nutzen
- Inhalte mit anderen teilen

Bringen Sie zur Veranstaltung Ihr eigenes WLAN-fähiges Gerät mit oder arbeiten Sie bequem mit der Web-Version an einem unserer PC's!

### Löbau 15HA5932LL

Beginn: Mittwoch, 04.11.2015, Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: René Seidel, Entgelt: 16,50 €

### Zittau 15HA5932ZZ

Beginn: Donnerstag, 01.10.2015, Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: René Seidel, Entgelt: 16,50 €

## Das papierlose Büro - moderne Organisation und Kommunikation **NEU!**


Ist Ihr Schreibtisch auch überfüllt mit Ordnern, Heftern, Papierstapeln und Notizen? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig! An nur einem Tag entdecken Sie das Prinzip des papierlosen Arbeitens und lernen, sich selbst und Ihre Aufgaben papiersparend und systematisch zu organisieren.

Dabei entdecken Sie verschiedene kostenfreie Tools und Webanwendungen, die Sie bequem von überall auf jedem mobilen Gerät oder PC nutzen und steuern können - allein oder gemeinsam mit anderen Kollegen.

Kursinhalte im Überblick:


- Papierloses Arbeiten - moderne und systematische Arbeitsorganisation
- Anlegen von Nutzerkonten und Kennen lernen der Nutzeroberfläche
- Zusammenarbeit mit Kollegen
- Inbox Zero - Organisation und Handhabung von Mails
- Sunrise.am - synchronisierter Kalender
- Evernote - Ordner im Regal
- Wunderlist - Haftnotizen und To-Do's
- Dropbox - das Gedächtnis als Cloud-Lösung
- Mindmeister - Brainstorming und Strukturen abbilden >>





Am Ende dieser Veranstaltung können Sie Ihren Arbeitsplatz von unnötigem Papiermüll befreien und sich freien Platz zum Nachdenken schaffen. Effektivieren Sie Ihren Arbeitsstil und entdecken Sie das für Sie passende Programm!

Bringen Sie zur Veranstaltung Ihr eigenes WLAN-fähiges Gerät mit oder arbeiten Sie bequem mit der Web-Version an einem unserer PC's!



### **Löbau 15HA5933LL**

Beginn: Montag, 07.12.2015, Zeit: 09:00 - 16:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: René Seidel, Entgelt: 38,25 €




### **Zittau 15HA5933ZZ**

Beginn: Freitag, 27.11.2015, Zeit: 09:00 - 16:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: René Seidel, Entgelt: 34,20 €



---

## **Bildbearbeitung, Grafik und Layout**



Kostenlose Bildbearbeitungssoftware ist die ideale Alternative zu kostenpflichtigen Programmen. Für den privaten Nutzer ebenso wie für den Profi bietet dieses Programm eine Vielfalt an kreativen Bearbeitungsmöglichkeiten. Sie erfahren Wissenswertes rund um das Thema Bildqualität, Dateigröße, Speicherformate und Bildauflösung. Anhand vieler praktischer Übungen entdecken Sie die wichtigsten Barbeitungstechniken zur Bildoptimierung und kreativen Bildgestaltung.



### **Digitale Bildbearbeitung mit Gimp**

Die Kursinhalte im Überblick:

- Arbeitsoberfläche Gimp
- Funktionen und Werkzeuge
- Bildbearbeitung und -korrektur
- Bildausschnitte erstellen
- Filter kennen lernen und anwenden
- Texte hinzufügen und bearbeiten
- Einfache Montagetechniken anwenden
- Farben, Farbfehler, Farbverwaltung
- Ebenentechnik
- Import / Export von Dateien

Teilnahmevoraussetzung sind allgemeine PC-Grundkenntnisse.

Gerne können Sie ausgewählte, persönliche Fotos auf USB-Stick mitbringen.

Unser Tipp: Buchen Sie diesen Kurs gleich zusammen mit unserem Folgekurs „Meine Fotopräsentation“

**Niesky 15HA5190NN**

Beginn: Montag, 19.10.2015, Zeit: 09:00 - 11:15 Uhr, 4 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: 39,60 €

**Weißwasser 15HA5190WW**

Beginn: Freitag, 23.10.2015, Zeit: 15:30 - 17:45 Uhr, 4 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: 39,60 €

---

**Digitale Bildbearbeitung mit Paint.net**

Die Kursinhalte im Überblick:

- Arbeitsoberfläche Paint.net
- Funktionen und Werkzeuge
- Bildbearbeitung und -korrektur
- Bildausschnitte erstellen
- Bildeffekte einsetzen
- Filter kennen lernen und anwenden
- Texte hinzufügen und bearbeiten
- Einfache Montagetechniken anwenden
- Farben, Farbfehler, Farbverwaltung
- Ebenentechnik
- Import / Export von Dateien

Teilnahmevoraussetzung sind allgemeine PC-Grundkenntnisse.

Gerne können Sie ausgewählte persönliche Fotos auf USB-Stick mitbringen.

Unser Tipp: Buchen Sie diesen Kurs gleich zusammen mit unserem Folgekurs „Meine Fotopräsentation“

**Löbau 15HA5191LL**

Beginn: Donnerstag, 08.10.2015, Zeit: 15:30 - 17:45 Uhr, 4 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Steffen Reimann, Entgelt: 39,60 €

**Löbau 15HA5192LL**

Beginn: Freitag, 15.01.2016, Zeit: 09:00 - 11:15 Uhr, 5 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Lutz Krause, Entgelt: 49,50 €

**Zittau 15HA5191ZZ**

Beginn: Freitag, 15.01.2016, Zeit: 14:30 - 16:45 Uhr, 5 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Lutz Krause, Entgelt: 49,50 €



## Meine Fotopräsentation – für Urlaub, Hochzeit oder Jubiläum NEU!

Sie möchten aus Ihren Fotos eine schöne Bildpräsentation erstellen? Oder suchen Sie nach Ideen zum Gestalten einer individuellen Geburtstags-, Hochzeits- oder Jubiläumszeitung? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig!

Hier lernen Sie, wie Sie aus Ihren Bildern eine schöne, digitale Präsentation für Familie und Freunde machen. Darüber hinaus entdecken Sie, wie Sie mit Word Fotos und Texte gekonnt in Szene setzen und zu einer Festschrift oder Jubiläumszeitung verarbeiten. Gern können Sie Ihre persönlichen Fotos auf USB-Stick mitbringen.

Teilnahmevoraussetzung sind allgemeine PC-Grundkenntnisse und erste Erfahrungen in der Bildbearbeitung. Alternativ können Sie vorab unseren Kurs „Digitale Bildbearbeitung“ besuchen.

### Löbau 15HA5193LL

Beginn: Donnerstag, 05.11.2015, Zeit: 15:30 - 17:45 Uhr, 4 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Steffen Reimann, Entgelt: 39,60 €

### Niesky 15HA5193NN

Beginn: Montag, 16.11.2015, Zeit: 09:00 - 11:15 Uhr, 4 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: 39,60 €

### Weißwasser 15HA5193WW

Beginn: Freitag, 20.11.2015, Zeit: 15:30 - 17:45 Uhr, 4 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: 39,60 €

---

## Adobe Photoshop - Kompaktkurs

Photoshop ist die optimale Anwendung für die digitale Bildbearbeitung. Dieser Kurs vermittelt Ihnen das notwendige Handwerkszeug zum effektiven Arbeiten mit dem Programm. Sie entdecken die grundlegenden Funktionen und Werkzeuge, um die Bildqualität zu verbessern, Fotos zu montieren oder zu retuschieren.

Teilnahmevoraussetzung sind allgemeine PC-Grundkenntnisse. Grundkenntnisse zu Farbe, Dateiformaten, Vektor- und Pixelgrafik sind wünschenswert aber nicht Bedingung.

Nach einer Einführung in das Thema werden folgende Inhalte in Absprache mit den Kursteilnehmern behandelt.

Übersicht über mögliche Themen:

- Programmoberfläche (Werkzeuge, Bedienfelder, Optionsleisten)
- Kurzvorstellung Adobe Bridge
- Farbmanagement (Warum, Einstellungen in Photoshop, Downloadtipps)
- Bilder optimieren (Tonwertkorrektur, Farbton/Sättigung, Tiefen/Lichter, Selektive Farbkorrektur, Photofilter, perspektivische Verzerrungen Entfernen)
- Bildgröße (Bilder drehen, zuschneiden, Auflösung, Vorbereitung für Druck und Web)
- Fussel, Kratzer und störende Elemente entfernen
- Einführung Ebenen (Workshop Postkarte mit verschiedenen Motiven und Text)
- Freistellen (Erläuterung der verschiedenen Freistellungswerkzeuge, Möglichkeiten und Grenzen der Werkzeuge)
- Fotomontagen mit freigestellten Objekten / Ebenen und Ebenenmasken
- Ebeneneffekte an Hand von Schrifteffekten in Photoshop
- Schwarzweißfotografie und die verschiedenen Methoden der Umwandlung eines Farbfotos in schwarz-weiß
- RAW-Entwicklung
- Bilder schärfen
- Beautyretusche
- Rahmengestaltung
- Rote Augen entfernen bzw. Augenfarbe ändern

### Löbau 15HA5195LL

Beginn: Montag, 28.09.2015, Zeit: 17:00 - 20:15 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Peter Hennig, Entgelt: 102,00 €

## Spezialkurse


### Tablet-PC Beratertag - Welcher Tablet-PC ist der richtige für mich? **NEU!**

Sie möchten sich einen Tablet-PC zulegen, sind aber noch unsicher, welches das richtige Modell für Sie ist? Dann sind Sie hier genau richtig! Lassen Sie sich an diesem Abend von unserem Experten beraten. In nur einer Veranstaltung erfahren Sie alles Wissenswerte rund um das Thema Tablet-PC und dessen individuelle Anwendungsmöglichkeiten.

Im Gespräch mit unserem Dozenten analysieren Sie Ihre Bedürfnisse und die damit verbundenen Anforderungen an ein für Sie passendes Gerät. Sie entdecken, welche Modelle es auf dem aktuellen Markt gibt und welches das für Sie geeignete Gerät sein könnte. >>









Unser Tipp: Buchen Sie diesen Kurs in Kombination mit unserem Anschlusskurs „Meinen Tablet-PC kennen lernen“. Nach dem Kauf des für Sie passenden Modells haben Sie hier die Gelegenheit, mit Ihrem eigenen Gerät vertraut zu werden.

### **Löbau 15HA5211LL**




Beginn: Dienstag, 17.11.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Lars Rönisch, Entgelt: 28,00 €

### **Niesky 15HA5211NN**




Beginn: Dienstag, 29.09.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Lars Rönisch, Entgelt: 28,00 €

### **Weißwasser 15HA5211WW**



Beginn: Mittwoch, 11.11.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Mike Liebscher, Entgelt: 28,00 €


### **Zittau 15HA5211ZZ**



Beginn: Montag, 26.10.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Mike Liebscher, Entgelt: 28,00 €

---

### **Meinen Tablet-PC kennen lernen**



Dieser Praxiskurs richtet sich an Einsteiger, die sich einen Tablet-PC zugelegt oder geschenkt bekommen haben, und die mit der Anwendung ihres Gerätes vertraut werden wollen. Anhand praktischer Übungen entdecken Sie die vielseitigen Nutzungsmöglichkeiten und Programme und lernen, Ihr Gerät sicher zu bedienen. In angenehmer Lernatmosphäre überwinden Angsthassen Ihre Scheu im Umgang mit der neuen Technik. Ziel der Veranstaltung ist es, dass Sie mit Ihrem eigenen Gerät optimal und sicher arbeiten können.

Kursinhalt:

- Surfen im Internet
- Emails
- Kalender
- Wiedergabe von Musik
- Fotos und Videos mit der Kamera
- Bücher und Zeitschriften downloaden
- Apps finden und installieren
- Anschluss an PC, Drucker, Kamera

Dies ist ein praxisorientierter Einsteigerkurs. Teilnahmevoraussetzung ist ein eigenes, mitgebrachtes Gerät. Bitte informieren Sie uns vor Kursbeginn, welches Gerät Sie mitbringen.

Unser Tipp: Wenn Sie sich vor Kursbeginn ein eigenes Gerät kaufen möchten, laden wir Sie herzlich ein zu unserem Vorkurs „Tablet-PC Beratertag - Welcher Tablet-PC ist der richtige für mich?“.

### **Löbau 15HA5212LL**

Beginn: Dienstag, 08.12.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 2 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Lars Rönisch, Entgelt: 56,00 €

### **Niesky 15HA5212NN**

Beginn: Dienstag, 20.10.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 2 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Lars Rönisch, Entgelt: 56,00 €

### **Weißwasser 15HA5212WW**

Beginn: Mittwoch, 09.12.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 2 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Mike Liebscher, Entgelt: 56,00 €

### **Zittau 15HA5212ZZ**

Beginn: Montag, 09.11.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 2 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Mike Liebscher, Entgelt: 56,00 €

## **Smartphone Beratertag - Was ist das richtige Modell für mich?** NEU!

Sie möchten sich ein Smartphone zulegen, sind aber noch unsicher, welches das richtige Modell für Sie ist? Dann sind Sie hier genau richtig! Lassen Sie sich an diesem Abend von unserem Experten beraten. In nur einer Veranstaltung erfahren Sie alles Wissenswerte rund um das Thema Smartphones, Betriebssysteme (Android, Windows Mobile oder IOS) und deren individuelle Anwendungsmöglichkeiten.

Im Gespräch mit unserem Dozenten analysieren Sie Ihre Bedürfnisse und die damit verbundenen Anforderungen an ein für Sie passendes Gerät. Sie entdecken, welche Modelle es auf dem aktuellen Markt gibt und welches das für Sie geeignete Gerät sein könnte.

Unser Tipp: Buchen Sie diesen Kurs in Kombination mit unserem Anschlusskurs „Mein Smartphone kennen lernen“. Nach dem Kauf des für Sie passenden Modells haben Sie hier die Gelegenheit, mit Ihrem persönlichen Gerät vertraut zu werden. >>





### **Löbau 15HA5221LL**

Beginn: Dienstag, 10.11.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Lars Rönisch, Entgelt: 28,00 €



### **Niesky 15HA5221NN**

Beginn: Dienstag, 22.09.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Lars Rönisch, Entgelt: 28,00 €



### **Weißwasser 15HA5221WW**

Beginn: Mittwoch, 04.11.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Mike Liebscher, Entgelt: 28,00 €



### **Zittau 15HA5221ZZ**

Beginn: Montag, 02.11.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Mike Liebscher, Entgelt: 28,00 €



## **Mein Smartphone kennen lernen**



Dieser Praxiskurs richtet sich an Smartphone-Einsteiger und Angsthasen, die sich ein Smartphone zugelegt oder geschenkt bekommen haben, und die mit der Anwendung ihres Gerätes vertraut werden wollen. In diesem Kurs lernen Sie Ihr Gerät und seine Grundeinstellungen kennen. Der Schwerpunkt liegt auf den Apps. Was sind Apps, wie finde ich die richtigen und wie bekomme ich diese auf mein Gerät? Wie organisiere ich meine Apps, damit ich optimal arbeiten kann.

Ein weiterer Schwerpunkt ist die mobile Kommunikation mit dem Internet, welches Ihnen mit dem Smartphone auch unterwegs immer zur Verfügung steht. In diesem Kurs lernen Sie es einfach, sicher und für Ihre persönlichen Belange individuell zu nutzen.

Dies ist ein praxisorientierter Einsteigerkurs. Es sind keinerlei Vorkenntnisse notwendig. Voraussetzung für die Teilnahme ist ein eigenes Gerät.

Unser Tipp: Wenn Sie sich vor Kursbeginn ein eigenes Gerät kaufen möchten, laden wir Sie herzlich ein in unseren Vorkurs „Smartphone Beratertag - Was ist das richtige Modell für mich?“.

### **Löbau 15HA5222LL**

Beginn: Dienstag, 24.11.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 2 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Lars Rönisch, Entgelt: 56,00 €

### **Niesky 15HA5222NN**

Beginn: Dienstag, 06.10.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 2 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Lars Rönisch, Entgelt: 56,00 €

**Weißwasser 15HA5222WW**

Beginn: Mittwoch, 25.11.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 2 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Mike Liebscher, Entgelt: 56,00 €

**Zittau 15HA5222ZZ**

Beginn: Montag, 23.11.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 2 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Mike Liebscher, Entgelt: 56,00 €

## Kaufmännische Praxis- und Rechnungswesen

**Grundlagen der Buchführung - Einführungskurs**

Dieser Kurs richtet sich an Mitarbeiter in Kleinunternehmen sowie Freiberufler und vermittelt Ihnen die theoretischen Grundlagen der Buchführung.

Sie erwerben u.a. folgende Kenntnisse:

Aufgaben und Gliederung der Buchführung, rechtliche Grundlagen und Grundsätze ordnungsgemäßer Buchführung, Buchen von Geschäftsvorgängen, Buchen auf Konten und Kontoabschluss, Gewinn- und Verlustermittlung.

Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Nach Ende des Kurses kennen Sie die verschiedenen Buchungsmöglichkeiten, können diese eingruppiert, sind vertraut mit den notwendigen Begrifflichkeiten für die Zusammenarbeit zum Steuerberater und können verschiedene Aufgaben in der Buchhaltung erledigen.

2010 bewertete die Stiftung Warentest im bundesweiten Vergleich diesen Kurs mit „Sehr gut“. Die VHS Dreiländereck wurde Testsieger mit „Bestem Inhalt“.

Unser Tipp: Für fundiertes und praxisorientiertes Arbeiten buchen Sie diesen Kurs in Kombination mit unserem Folgekurs „Grundlagen der Buchführung mit Excel - Praxis-kurs“!

Kursmaterialien: „Finanzbuchführung 1“ Lehrbuch, ISBN 978-386718-500-4 / Edumedia Verlag, 22,95 Euro. Bitte vor Kursbeginn selbst erwerben!

**Löbau 15HA5501LL**

Beginn: Donnerstag, 01.10.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Regina Kretschmar, Entgelt: 102,00 €.

**Niesky 15HA5501NN**

Beginn: Dienstag, 27.10.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Frank Zierfuß, Entgelt: 105,00 €



## Grundlagen der Buchführung mit Excel - Praxiskurs

Sie müssen die Buchführung für Ihr kleines oder mittelständisches Unternehmen bzw. für sich selbst als Freiberufler selbst vorbereiten? Sie benötigen dafür ein einfaches System zur Buchhaltung?

Oder wollen Sie sich mit der Finanzbuchführung am PC vertraut machen, ohne sich extra umfassende Programme wie Lexware oder DATEV anzuschaffen?

Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie! Der Kurs dient der systematischen und praxisbezogenen Einführung in das Sachgebiet der EDV-Finanzbuchhaltung. Sie werden befähigt, die Finanzbuchhaltung selbstständig am PC mit Excel durchzuführen. Dabei vermitteln Ihnen unsere Dozenten Tipps und Tricks aus ihrer täglichen Praxis für Ihre Buchhaltung.

Voraussetzung für die Teilnahme sind allgemeine PC-Grundkenntnisse sowie theoretische Grundlagen der Buchführung. Alternativ können Sie vorab unseren Kurs „Grundlagen der Buchführung - Einführungskurs“ oder „Finanzbuchführung 1 - Xpert Business“ besuchen.

### Löbau 15HA5511LL

Beginn: Donnerstag, 26.11.2015, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 173,00 €

### Niesky 15HA5511NN

Beginn: Dienstag, 05.01.2016, Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 173,00 €

## Das Kurs- und Zertifizierungssystem Xpert Business (XB)

Xpert Business ist das bekannte bundesweite System für kaufmännische und betriebswirtschaftliche Weiterbildung. Es besteht aus Kursen und Zertifikaten. Nach jedem Kurs können Sie eine Prüfung ablegen, um ein Zertifikat zu erhalten. Die Zertifikate lassen sich zu XB Abschlüssen kombinieren, z. B. Finanzbuchhalter/in (XB).



Xpert Business Kurse bieten fundierte kaufmännische und betriebswirtschaftliche Kompetenzen. Sie können aus verschiedenen Modulen des Kurs- und Zertifikatssystems auswählen und kombinieren. Es bietet Kurse mit Praxisnähe und aktuelle Lehr- und Übungsbücher zur optimalen Kursdurchführung und Prüfungsvorbereitung. Sie haben die Möglichkeit nach jedem Kurs in der VHS eine schriftliche Prüfung abzulegen und ein bundesweit anerkanntes Zertifikat zu erhalten.

Die Prüfungsanmeldung erfolgt über die VHS (Prüfungsgebühr wird erhoben). Folgende Kurse werden zum Erreichen der Abschlüsse aus dem Xpert Business-Programm von der Volkshochschule Dreiländereck angeboten:

Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung  
Finanzbuchführung (1)  
Finanzbuchführung (2)  
Finanzbuchführung (3) am PC mit Lexware  
Finanzbuchführung (3) am PC mit DATEV

Hinweis: Keine fachspezifischen Vorkenntnisse oder Berufserfahrung erforderlich.

Zum Erreichen des Abschlusses „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung“ sind die Zertifikate aus Finanzbuchführung (2) und (3) verpflichtend. Das Zertifikat aus Finanzbuchführung (1) ist fakultativ.

Umfassende Informationen zu Xpert Business finden Sie unter dem Link <http://www.xpert-business.eu/de/erfahrungsberichte/index.html>

Nutzen Sie die Bildungsprämie, mit der Sie u.U. 50 % des Kursentgeltes sparen können. Vereinbaren Sie Ihren Beratungstermin mit Herrn Weber unter Tel: 03585/4177-18.

---

### **Finanzbuchführung 1 - Xpert Business**

Zielgruppe: Mitarbeiter ohne Erfahrungen bzw. mit geringen Vorkenntnissen in der Buchhaltung, die Grundlagenwissen erwerben wollen, um eigenständig in der Buchhaltung arbeiten zu können.

Zudem sind Kursteilnehmende angesprochen, die sich im Bereich Finanzbuchführung weiterqualifizieren wollen und die den anerkannten Abschluss „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung - Xpert Business“ anstreben.

Dieser Kurs ist der klassische Einstieg für eine berufliche Qualifikation im kaufmännischen Bereich. Sie erwerben grundlegende Kenntnisse und Fertigkeiten der Buchführung und erhalten einen Einblick in die steuerlichen Pflichten eines Unternehmens. In zahlreichen Beispielen und Übungsaufgaben aus der betrieblichen Praxis trainieren Sie das neu erworbene Wissen und wenden es direkt an. Die in diesem Kurs erworbenen Fachkompetenzen bilden die Grundlage für das weiterführende Modul „Finanzbuchführung 2“.

Es sind keine fachspezifischen Vorkenntnisse oder Berufserfahrung erforderlich. >>



Kursinhalte:

- gesetzliche / organisatorische Grundlagen der Buchführung
- Inventur, Inventar, Bilanz
- Buchen auf Bestandskonten
- Erfolgskonten und GuV
- Buchen auf Warenkonten
- Systematik der Umsatzsteuer
- Besonderheiten im Warenverkehr
- Privatkonten
- Nicht und beschränkt abzugsfähige Betriebsausgaben
- Personalkosten
- Steuern
- Buchen mit Belegen

Im Anschluss an diesen Kurs können Sie eine Xpert Business Prüfung ablegen. Über die bestandene Prüfung erhalten Sie das Zertifikat „Xpert Business - Finanzbuchführung (1)“. Die Prüfungsgebühr beträgt 33,- Euro.

Kursmaterialien: „Finanzbuchführung 1“ Lehrbuch, ISBN 978-386718-500-4 / Edumedia Verlag 22,95 Euro. Bitte vor Kursbeginn erwerben!

### **Löbau 15HA5521LL**

Beginn: Dienstag, 13.10.2015, Zeit: 08:30 - 12:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Ines Schicht, Entgelt: 212,50 €

### **Weißwasser 15HA5521WW**

Beginn: Montag, 26.10.2015, Zeit: 17:00 - 21:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Elke Dreier, Entgelt: 212,50 €

### **Zittau 15HA5521ZZ**

Beginn: Donnerstag, 17.09.2015, Zeit: 17:00 - 21:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Ines Schicht, Entgelt: 212,50 €

---

## **Finanzbuchführung 2 - Xpert Business**

Zielgruppe: Quereinsteiger aus anderen als kaufmännischen Berufen mit ersten Erfahrungen in der Buchhaltung bzw. Kaufleute, die ihr Grundlagen-Buchführungswissen ausbauen wollen, um eigenständig in der Buchhaltung von Betrieben arbeiten zu können. Zudem sind Kursteilnehmende angesprochen, die den Abschluss „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung - Xpert Business“ anstreben.

In diesem Kurs werden die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisgerecht vertieft. Sie erweitern Ihre grundlegenden Kenntnisse und Fer-

tigkeiten in der Buchführung. In zahlreichen Beispielen und Übungsaufgaben aus der betrieblichen Praxis trainieren Sie das neu erworbene Wissen und wenden es direkt an. Nach erfolgreichem Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie kompetent zu bearbeiten. Die in diesem Kurs erworbenen Fachkompetenzen bilden die Grundlage für das weiterführende Modul „Finanzbuchführung am PC“.

Kursinhalte:

- Gesetzliche / organisatorische Grundlagen der Buchführung
- Besonderheiten bei Produktionsbetrieben
- Jahresabschluss
- Sachliche und zeitliche Jahresabgrenzungen
- Systematik der Umsatzsteuer
- Grundsätze der Bewertung
- Bewertung Anlagevermögen
- Abschreibungen des Anlagevermögens
- Bewertung des Umlaufvermögens und der Schulden
- Rückstellungen

Im Anschluss an diesen Kurs können Sie die Xpert Business Prüfung ablegen. Über die bestandene Prüfung erhalten Sie das Zertifikat „Xpert Business - Finanzbuchführung (2)“. Die Prüfungsgebühr beträgt 33,- Euro.

Kursmaterialien: „Finanzbuchführung 2“ Lehrbuch, ISBN 978-386718-501-1 / Edumedia Verlag 22,95 Euro. Bitte vor Kursbeginn selbst erwerben!

### **Löbau 15HA5522LL**

Beginn: Dienstag, 05.01.2016, Zeit: 08:30 - 12:30 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Ines Schicht, Entgelt: 212,50 €

### **Zittau 15HA5522ZZ**

Beginn: Donnerstag, 26.11.2015, Zeit: 17:00 - 21:00 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Ines Schicht, Entgelt: 212,50 €

## **Finanzbuchführung (3) am PC mit Lexware**

Zielgruppe: Beschäftigte im Handel, im Handwerk und in der Industrie, Wiedereinsteiger/innen in das Rechnungswesen, Existenzgründer/innen, Selbstständige sowie Kurs teilnehmende, die den Abschluss „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung - Xpert Business“ anstreben.

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmer, die ihre Buchhaltungsaufgaben mit dem PC vereinfachen wollen und vermittelt systematisch und anwendungsbezogen die >>





Kenntnisse und Fertigkeiten zur gezielten Nutzung der Lexware Buchführungssoftware. Zahlreiche Praxisfälle aus verschiedenen Bereichen werden am PC geübt.

Ziele des Kurses sind:

- das Beherrschen der Struktur und Systemlogik der praktischen Buchführung mit Lexware am PC
- die Fertigkeit, mit Lexware selbstständig zu arbeiten und alle laufenden Geschäftsvorfälle zu buchen
- die Fähigkeit, Auswertungen zu drucken und zu interpretieren sowie Abschlüsse durchzuführen.

Die Kursinhalte im Überblick:

- Vorstellung der Software - Lexware
- Anlegen einer Firma
- Anlegen und Bearbeiten von Sachkonten, Debitoren, Kreditoren
- Buchen von Eingangs- und Ausgangsrechnungen
- Splittbuchungen und wiederkehrende Buchungen
- Erstellen von Mahnungen und Zahlungen
- Umsatzsteuervoranmeldung und Auswertungserstellung

Teilnahmevoraussetzung: Allgemeine PC-Kenntnisse sowie buchhalterische Kenntnisse entsprechend Finanzbuchführung (1) und (2) oder vergleichbare Kenntnisse. Im Anschluss an diesen Kurs können Sie die Xpert Business Prüfung ablegen. Über die bestandene Prüfung erhalten Sie das Zertifikat „Xpert Business - Finanzbuchführung (3) Lexware“. Die Prüfungsgebühr in Höhe von 33,- € ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

Bei Abschluss der beiden Prüfungen „Xpert Business - Finanzbuchführung (2) und (3)“ erhalten Sie das Zertifikat „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung - Xpert Business“.

Lehrbuch: „Finanzbuchführung mit Lexware“ Lehrbuch, ISBN 978-386718-502-8 / Edumedia Verlag 22,95 Euro. Bitte vor Kursbeginn selbst erwerben!

### **Weißwasser 15HA5531WW**

Beginn: Donnerstag, 27.08.2015, Zeit: 17:00 - 21:00 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Christina Das Gupta, Entgelt: 203,00 €.

---

### **Finanzbuchführung (3) am PC mit DATEV**

Zielgruppe: Beschäftigte im Handel, im Handwerk und in der Industrie, Wiedereinsteiger/innen in das Rechnungswesen, Existenzgründer/innen, Selbstständige sowie Kurs teilnehmende, die den Abschluss „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung - Xpert Busi-

ness“ anstreben. Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmer, die ihre Buchhaltungsaufgaben mit dem PC vereinfachen wollen und vermittelt systematisch und anwendungsbezogen die Kenntnisse und Fertigkeiten zur gezielten Nutzung der DATEV Buchführungssoftware. Zahlreiche Praxisfälle aus verschiedenen Bereichen werden am PC geübt.

Ziele des Kurses sind:

- das Beherrschen der Struktur und Systemlogik der praktischen Buchführung mit DATEV am PC
- die Fertigkeit, mit der DATEV Software selbstständig zu arbeiten und alle laufenden Geschäftsvorfälle zu buchen
- die Fähigkeit, Auswertungen zu drucken und zu interpretieren sowie Abschlüsse durchzuführen.

Inhalte des Kurses sind:

- Vorstellung der Software - DATEV
- Anlegen einer Firma
- Anlegen und Bearbeiten von Sachkonten, Debitoren, Kreditoren
- Buchen von Eingangs- und Ausgangsrechnungen
- Splittbuchungen und wiederkehrende Buchungen
- Erstellen von Mahnungen und Zahlungen
- Umsatzsteuervoranmeldung und Auswertungserstellung

Teilnahmevoraussetzung: Allgemeine PC-Kenntnisse sowie buchhalterische Kenntnisse entsprechend Finanzbuchführung (1) und (2).

Im Anschluss an diesen Kurs können Sie die Xpert Business Prüfung ablegen. Über die bestandene Prüfung erhalten Sie das Zertifikat „Xpert Business - Finanzbuchführung (3) DATEV“. Die Prüfungsgebühr in Höhe von 33,- € ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

Bei Abschluss der beiden Prüfungen „Xpert Business - Finanzbuchführung (2) und (3)“ erhalten Sie das Zertifikat „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung - Xpert Business“

Kursmaterialien: „Finanzbuchführung mit DATEV pro“ Lehrbuch, ISBN 978-386718-592-9 / Edumedia Verlag, 22,95 Euro. Bitte vor Kursbeginn erwerben!

### **Zittau 15HA5531ZZ**

Beginn: Donnerstag, 18.02.2016, Zeit: 17:00 - 21:00 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Ines Schicht, Entgelt: 203,00 €.

### **Löbau 15HA5531LL**

Beginn: Donnerstag, 05.04.2016, Zeit: 08:30 - 12:30 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Ines Schicht, Entgelt: 203,00 €.



## Technische Grund- und Fachlehrgänge

### AdA - Ausbildung der Ausbilder (HWK) - die moderne Ausbilderqualifikation

Der Lehrgang wird auch als Teil IV der Meisterprüfung (HWK) anerkannt.

Betriebliche Ausbilder/innen werden überall dort gebraucht, wo zukünftige Fachkräfte in anerkannten Ausbildungsberufen qualitätsgerecht und anspruchsvoll ausgebildet werden sollen.

Durch die Qualifikation „Ausbildung der Ausbilder (HWK)“ erwerben Sie praxisnahes Wissen, um die verantwortungsvolle Tätigkeit der Ausbildung Ihrer jungen Mitarbeiter erfolgreich ausführen zu können.

Dieser Lehrgang vermittelt Ihnen die nötigen rechtlichen sowie berufs- und arbeitspädagogischen Kenntnisse zur Ausbildung von Auszubildenden und vermittelt Ihnen die notwendigen Kompetenzen in den vier Handlungsfeldern:

1. Ausbildungsvoraussetzungen prüfen und Ausbildung planen
2. Ausbildung vorbereiten und bei der Einstellung von Auszubildenden mitwirken
3. Ausbildung durchführen
4. Ausbildung abschließen.

Die Lehrgangsinhalte orientieren sich an dem aktuellen Rahmenstoffplan der HWK/IHK und bereiten Sie intensiv auf die HWK-Abschlussprüfung vor. Die vermittelten Kenntnisse sind über die berufliche Erstausbildung hinaus geeignet, neue Mitarbeiter anzuleiten, einzuarbeiten, Personalauswahl- und Führungsaufgaben zu unterstützen.

Die Inhalte richten sich nach den Handlungs- und Themenbereichen entsprechend den Prüfungsvorgaben:

- Allgemeine und rechtliche Grundlagen; das aktuelle Berufsbildungsrecht,
- Ausbildungsplanung,
- Auszubildende einstellen,
- Ausbildung am Arbeitsplatz,
- Lernen fördern,
- Lernen in und Anleiten von Gruppen,
- Begleitung der Auszubildenden und Vorbereitung auf die Abschlussprüfung und Ausbildungsende.

Die zusätzliche Prüfungsgebühr von 160,- € wird vor der Prüfung durch die Handwerkskammer separat berechnet.

Zulassungsvoraussetzungen zur Kammerabschlussprüfung (Zulassung wird direkt bei der Kammer geprüft): Abgeschlossene Berufsausbildung in einem anerkannten Ausbildungsberuf oder ein abgeschlossenes Hochschulstudium oder mind. 6 Jahre Berufspraxis in einem Beruf.

Bitte beachten Sie, dass für bestehende bzw. beginnende Ausbildungsverhältnisse ab dem 1. August 2009 dieser Qualifizierungsnachweis vom Ausbilder nachgewiesen werden muss.

Kursmaterialien: „Die Handwerker-Fibel: Band 4: Berufs- und Arbeitspädagogik“, ISBN 978-3778309568 / Holzmann Medien 26,90 Euro. Bitte vor Kursbeginn selbst erwerben!

### **Löbau 15HA5801LL**

Beginn: Montag, 26.10.2015, Zeit: 16:30 - 21:00 Uhr, 13 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Harald Nedo, Entgelt: 331,50 €.

### **Weißwasser 15HA5801WW**

Beginn: Dienstag, 27.10.2015, Zeit: 16:30 - 21:00 Uhr, 13 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Harald Nedo, Entgelt: 331,50 €

### **Zittau 15HA5801ZZ**

Beginn: Donnerstag, 21.01.2016, Zeit: 16:30 - 21:00 Uhr, 13 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Harald Nedo, Entgelt: 331,50 €

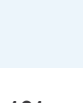
### **Freischneider-Lehrgang (Motorsense) NEU!**

In diesem Kurs erwerben Sie die Grundkenntnisse über Aufbau und Funktion eines Freischneiders (Motorsense) und lernen, einen Freischneider sicher zu bedienen. Sie lernen Mähtechniken auf flacher Ebene sowie am Hang durchzuführen und entdecken Sägetechniken, die es Ihnen ermöglichen, sicher und effizient Gehölze und kleine Bäume zu fällen.

Nach einer grundlegenden Einführung am Freitagabend haben Sie am Samstagvormittag die Gelegenheit, das Gelernte im Freien unter Anleitung des Dozenten praktisch anzuwenden.

#### **Kursinhalte:**

- Einsatzmöglichkeiten des Freischneiders (Motorsense)
- Ausrüstung, Gerätetypen, Schneidwerkzeuge
- Aufbau, Bedienung, Wartung und Pflege von Gerät und Schneidwerkzeug
- Unfallverhütungsvorschriften und persönliche Schutzausrüstung
- Sicherheitseinrichtungen am Freischneider, Sicherheitshinweise zur Arbeiten mit dem Freischneider
- Einstellen des Tragegurtes für sicheres und ergonomisches Tragen
- Schärfen der Messer und Sägeblätter >>





- Säge- und Mähetechniken
- Verschiedene Anbauwerkzeuge (Mähköpfe, Sägeblätter, Dickichtmesser, Häckselmesser etc.)
- Nützliche Tipps für kräfteschonendes Arbeiten



Bitte bringen Sie zu Ihrem eigenen Schutz folgende Dinge mit: Handschuhe, Helm, Arbeitsschutzschuhe.



### **Löbau 15HA5851LL**

Beginn: Freitag, 25.09.2015, Zeit: 16:00 - 20:00 Uhr, und Samstag, 26.09.2015, Zeit: 09:00 - 13:00 Uhr, 2 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Christian Mann, Entgelt: 49,00 €



### **Niesky 15HA5851NN**

Beginn: Freitag, 28.08.2015, Zeit: 16:00 - 20:00 Uhr, und Samstag, 29.09.2015, Zeit: 09:00 - 13:00 Uhr, 2 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Christian Mann, Entgelt: 49,00 €



### **Zittau 15HA5851ZZ**

Beginn: Freitag, 11.09.2015, Zeit: 16:00 - 20:00 Uhr, Samstag, 12.09.2015, Zeit: 09:00 - 13:00 Uhr, 2 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Christian Mann, Entgelt: 49,00 €



---

## **Motorsägen-Lehrgang**

In diesem Kurs lernen Sie die Motorkettensäge in Theorie und Anwendung kennen. In den ersten drei Veranstaltungen erfahren Sie Wissenswertes rund um Aufbau, Funktion, Anwendungsmöglichkeiten und eventuelle Gefahren im Umgang mit der Motorkettensäge. Dabei bildet die fachgerechte Arbeitsweise und Handhabung der Motorkettensäge sowie Unfallverhütungsvorschriften und Arbeitsschutzvorschriften einen wesentlichen Schwerpunkt des Kurses. Am abschließenden Praxistag wenden Sie das Gelernte an, in dem Sie auf einer Freifläche in der Natur mit der Säge praktisch arbeiten lernen.

Kursinhalte Theorie:

- Aufbau der Motorsäge und Funktion der Bauteile
- Inbetriebnahme, Pflege und Wartung
- Fällung und Entastung
- Trennschnitte und Schnitttechniken
- Beachten von Sonderbedingungen
- Arbeitsschutz

Praxisteil am Samstagvormittag:

- Inbetriebnahme der Motorkettensäge
- Fällung und Entastung
- Zu Fall bringen von Hängern
- Arbeit im Bruch und Wurf
- Pflege und Wartung der Motorkettensäge

Bitte bringen Sie zu Ihrem eigenen Schutz folgende Dinge mit: schnittfeste Hose, Handschuhe, Helm, Arbeitsschutzschuhe.

### **Löbau 15HA5841LL**

Beginn: 3x Mittwoch, ab 14.10.2015, Zeit: 08:30 - 12:30 Uhr, 1x Samstag, 31.10.2015, Zeit: 08:00 - 13:00 Uhr, 4 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Christian Mann, Entgelt: 98,70 €

### **Niesky 15HA5841NN**

Beginn: 3x Mittwoch, ab 23.09.2015, Zeit: 08:30 - 12:30 Uhr, 1x Samstag, 10.10.2015, Zeit: 08:00 - 13:00 Uhr, 4 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Christian Mann, Entgelt: 98,70 €

### **Weißwasser 15HA5841WW**

Beginn: 3x Mittwoch, ab 11.11.2015, Zeit: 17:00 - 21:00 Uhr, 1x Samstag, 05.12.2015, Zeit: 08:00 - 13:00 Uhr, 4 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Christian Mann, Entgelt: 98,70 €

### **Zittau 15HA5841ZZ**

Beginn: 3x Mittwoch, 02.09.2015, Zeit: 17:00 - 21:00 Uhr, 1x Samstag, 19.09.2015, Zeit: 08:00 - 13:00 Uhr, 4 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Christian Mann, Entgelt: 98,70 €

## **Vorbereitung auf den sächsischen Fischereischein**

Wer angeln möchte, benötigt einen Fischereischein. In diesem Kurs werden Sie optimal auf das Angeln und die Prüfung zum Erwerb des sächsischen Fischereischeins vorbereitet. Abschließend haben Sie die Möglichkeit, die Prüfung zum Erwerb des sächsischen Fischereischeins bei der DEKRA in Weißwasser durchzuführen.

Kursinhalte im Überblick::

- Allgemeine Fischkunde
- Besondere Fischkunde
- Gewässerkunde >>



- Gerätekunde
- Gesetzeskunde
- Maßnahmen bei Verdacht / Feststellung von Fischsterben
- Prüfungsorganisation und Methodik

Die Prüfung wird bei der DEKRA in Weißwasser durchgeführt. Nach dem Kurs können Sie sich direkt bei der VHS Dreiländereck mit Personalausweis und Passbild zur Prüfung anmelden. Die Prüfungsgebühren werden separat berechnet. Die Prüfung findet ca. 4 Wochen nach Kursende statt. Der genaue Termin wird noch bekannt gegeben. Den Anglerschein erhalten Sie ca. 4 Wochen nach der bestandenen Prüfung.

Gebühren:

Erwachsene,	150,00 €
Erw. Mitglied im DAV,	100,00 €
Kinder bis 18 Jahre,	80,00 €
Kinder Mitglied im DAV,	60,00 €

### Weißwasser 15HA5831WW

Beginn: Freitag, 27.11.2015, Zeit: 17:00 - 20:15 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Ditmar Olschewski, Entgelt: 150,00 €

---

## Arbeit und Gesundheit

### Rückenschule am Arbeitsplatz - Betriebliche Gesundheitsförderung

Am Arbeitsplatz gibt es eine Vielzahl von Risikofaktoren für den Rücken. Dabei sind Berufstätige mit zumeist sitzenden, stehenden oder tragenden Tätigkeiten besonders gefährdet. Mit gezielten arbeitsplatzbezogenen Maßnahmen kann auch während der Tätigkeit Rückenschmerzen und chronischen Erkrankungen entgegengewirkt werden.

Anhand von konkreten Beispielen aus verschiedenen Berufsgruppen und Tätigkeitsgebieten lernen Sie eine gesunde Haltung und gesundheitsbewusste Bewegungsmuster kennen. Dabei analysieren Sie Ihren eigenen Arbeitsplatz und entwickeln Strategien für eine rückenschonende Arbeitsweise sowie Methoden der Schmerz- und Stressbewältigung.

Kursinhalte im Überblick:

- Unser Rücken: Stütze des Lebens
- Anatomie und Physiologie des Stützapparates
- Risiko- und Schutzfaktoren in Alltag und Beruf
- Arbeitsplatzanalyse anhand von Praxisbeispielen

- Umgang mit Schmerz, Entspannung, Stressbewältigung, Bewegungspausen am Arbeitsplatz
- Kinästhetik im Alltags- und Berufsleben

### **Löbau 15HA580BLL**

Beginn: Montag, 26.10.2015, Zeit: 17:00 - 20:45 Uhr, 3 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Stefan Topa, Entgelt: 75,00 €

### **Niesky 15HA580BNN**

Beginn: Montag, 21.09.2015, Zeit: 17:00 - 20:45 Uhr, 3 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Stefan Topa, Entgelt: 75,00 €

### **Weißwasser 15HA580BWW**

Beginn: Donnerstag, 21.01.2016, Zeit: 17:00 - 20:45 Uhr, 3 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Stefan Topa, Entgelt: 75,00 €

### **Zittau 15HA580BZZ**

Beginn: Donnerstag, 12.11.2015, Zeit: 17:00 - 20:45 Uhr, 3 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Stefan Topa, Entgelt: 75,00 €

## **Pflege zu Hause – Intensivkurs für pflegende Angehörige**


Wenn ein Familienmitglied plötzlich Pflege benötigt, stehen alle Beteiligten vor einer besonderen Herausforderung. Den Angehörigen, die sich dieser Aufgabe allein oder mit professioneller Unterstützung stellen und ihr Familienmitglied zu Hause pflegen, fehlt oftmals das Wissen, wie Pflege in der Praxis funktioniert, welche Hilfsmittel, Techniken oder Unterstützungsangebote die Pflege erleichtern. Auch das familiäre Umfeld muss den veränderten Gegebenheiten angepasst werden - eine Herausforderung für alle Beteiligten. Vor diesem Hintergrund unterstützen wir „Pflegeanfänger“ mit diesem Intensivpflegekurs und geben praktische Hilfestellungen für den Alltag.

Kursinhalte im Überblick:


- Bewegung und Mobilisation
- Lagerungstechniken
- Vorbeugende Maßnahmen, z.B. Dekubitusprophylaxe
- Kleiden
- Grundpflege und Waschen
- Nahrungsaufnahme
- Inkontinenzversorgung
- Materialien und Hilfsmittel
- Für Sicherheit Sorge tragen >>








Hinweis: Ggf. ist die Kostenübernahme dieses Kurses durch Ihre gesetzlichen Krankenversicherung möglich. Bitte wenden Sie sich dazu an Ihren zuständigen Berater.




Unser Tipp: Buchen Sie diesen Kurs gleich zusammen mit unserem Folgekurs „Pflege zu Hause - Aufbaukurs für pflegende Angehörige“




### **Löbau 15HA5812LL**

Beginn: Montag, 09.11.2015, Zeit: 08:30 - 11:45 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Stefan Topa, Entgelt: 175,00 €



### **Niesky 15HA5812NN**

Beginn: Dienstag, 10.11.2015, Zeit: 08:30 - 11:45 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, , Kursleiter: Stefan Topa, Entgelt: 175,00 €



### **Weißwasser 15HA5812WW**

Beginn: Montag, 21.09.2015, Zeit: 08:30 - 11:45 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Stefan Topa, Entgelt: 175,00 €



### **Zittau 15HA5812ZZ**

Beginn: Dienstag, 15.09.2015, Zeit: 08:30 - 11:45 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Stefan Topa, Entgelt: 175,00 €

---

## **Pflege zu Hause - Aufbaukurs für pflegende Angehörige** NEU!

Dieser Kurs wendet sich an Angehörige oder Interessierte, die die Pflege eines Menschen übernommen haben und die ihre Pflegefähigkeiten erweitern sowie ihren Alltag optimieren wollen.

Dabei gibt Ihnen der Kurs die Möglichkeit, sich mit offenen Fragen zur Gestaltung des Pflegealltags auseinanderzusetzen, Wissenswertes um Erkrankungen zu erfahren und im Austausch mit Gleichgesinnten Lösungsansätze zur Bewältigung alltäglicher Probleme und Herausforderungen zu finden.

Kursinhalte im Überblick:

- Pflege will gelernt sein: Herausforderungen im Pflegealltag
- Aufbau eines Pflegenetzwerkes
- Gemeinsam Lösungen für den Pflegealltag finden
- Persönliche Entlastung durch Erfahrungsaustausch
- Vorstellung von Hilfsangeboten und Hilfsmitteln zur Entlastung
- Individuelle Wunschthemen der Teilnehmer

Dies ist ein Aufbaukurs. Für grundlegende Hilfestellungen im Pflegealltag mit Angehörigen empfehlen wir Ihnen unseren Kurs „Pflege zu Hause - Intensivkurs für pflegende Angehörige“.

Hinweis: Ggf. ist die Kostenübernahme dieses Kurses durch Ihre gesetzlichen Krankensversicherung möglich. Bitte wenden Sie sich dazu an Ihre zuständigen Berater.

### **Löbau 15HA5813LL**

Beginn: Montag, 07.03.2016, Zeit: 08:30 - 11:45 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Stefan Topa, Entgelt: 175,00 €

### **Niesky 15HA5813NN**

Beginn: Dienstag, 08.03.2016, Zeit: 08:30 - 11:45 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Stefan Topa, Entgelt: 175,00 €

### **Weißwasser 15HA5813WW**

Beginn: Montag, 18.01.2016, Zeit: 08:30 - 11:45 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Stefan Topa, Entgelt: 175,00 €

### **Zittau 15HA5813ZZ**

Beginn: Dienstag, 19.01.2016, Zeit: 08:30 - 11:45 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Stefan Topa, Entgelt: 175,00 €

## Barrierefreiheit – Angebote für Firmen und Institutionen

### **Leichte Sprache - Barrierefreie Kommunikation für Menschen mit Lernschwierigkeiten** NEU!

Faltblätter, Aushänge, Bescheide und Internettexpte sind in unserer Informationsgesellschaft alltäglich. Daher ist es unerlässlich, Sprache verstehen zu können. Für uns alle, aber vor allem für Menschen mit Lernschwierigkeiten, sind herkömmliche Texte häufig zu kompliziert und abstrakt. Daher wurde - mit und für Menschen mit Behinderung- das Konzept der „Leichten Sprache“ entwickelt.

Besonders für viele Vereine, Behörden und Organisationen gehören leicht verständliche Texte mittlerweile zum guten Ton und sind eine vergleichsweise einfache Möglichkeit, mehr Bürgerfreundlichkeit zu schaffen und Service zu bieten. Für Internetauftritte der Bundesbehörden ist „Leichte Sprache“ sogar gesetzlich vorgeschrieben.

Die Kursinhalte im Überblick:

- Einführung: „Leichte Sprache“ und barrierefreie Kommunikation >>



- Regeln für „Leichte Sprache“
- Praktische Übersetzungsübungen und Formulierungstraining

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Antidiskriminierungsbüro Sachsen statt.

### **Löbau 15HA5821LL**

Beginn: Dienstag, 20.10.2015, Zeit: 09:30 - 16:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Rose Jokic, Entgelt: 49,00 €

### **Zittau 15HA5821ZZ**

Beginn: Donnerstag, 25.02.2016, Zeit: 09:30 - 16:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Rose Jokic, Entgelt: 49,00 €

## **Barrierefreie Webseiten und Dokumente (Word, PDF) *NEU!***

Wie gestaltet man barrierefreie Word- und PDF-Dokumente bzw. Webseiten, so dass sie für alle zugänglich sind? Wie wendet man die Formatvorlagen und die geeigneten Tools dafür an? Welche Kosten können dabei entstehen und welche Richtlinien werden dafür eingesetzt? Diese und weitere Fragen zum Thema Barrierefreie Dokumente und Webseiten werden im Rahmen dieses Workshops beantwortet. Nach einer Einführung in die Thematik wenden Sie das Gelernte anhand von praktischen Übungen mit Formatvorlagen an. Sie lernen, wie mit Hilfe eines Screenreaders Webseiten von blinden Menschen bedient und Internetauftritte nach der BITV 2.0 auf Barrierefreiheit geprüft werden.

Kursinhalte im Überblick:

- Einführung: Barrierefreie Kommunikation im digitalen Zeitalter
- Barrierefreie Dokumente in Word-, Open Office- und PDF-Format erstellen
- Screenreader und BITV 2.0 einsetzen

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Antidiskriminierungsbüro Sachsen statt.

### **Löbau 15HA5822LL**

Beginn: Donnerstag, 05.11.2015, Zeit: 09:30 - 17:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Rose Jokic, Entgelt: 56,00 €

### **Zittau 15HA5822ZZ**

Beginn: Donnerstag, 15.10.2015, Zeit: 09:30 - 17:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Rose Jokic, Entgelt: 56,00 €

## Fortbildung für Kursleitende

### Medienkompetent unterrichten! Praxis-Workshop für Kursleitende (MEDIKO) **NEU!**

Dieser praxisorientierte Lehrgang richtet sich an Kursleitende (und Kursplanende), die ihre Kurse mediendidaktisch fundiert und dabei modern und lernwirksam gestalten möchten.

Sie erwerben die Grundlagen der Mediendidaktik und entdecken ausgewählte Medien für den Einsatz in Ihren Kursen mit jugendlichen und erwachsenen Lernenden. Dabei erstellen Sie eigene Video- oder Audio-Podcasts und werden vertraut mit modernen Anwendungen und mobilen Geräten.

Sie lernen diese gemäß ihren technischen und didaktischen Funktionen sinnvoll einzusetzen und erfahren Wissenswerte rund um das Thema Medienrecht. Anhand von Praxisbeispielen entwickeln Sie Lernszenarien und Didaktisierungen für Ihre eigenen Kurse oder entwickeln Ideen für neue Kursformate.

Kursinhalte im Überblick:

- Grundlagen der Mediendidaktik
- Wissenswertes rund um Technik und Medienrecht
- Erste Schritte mit dem Tablet-PC
- Video- und Audio-Podcasts selbst erstellen
- Lernanwendungen wie Moodle, Weblogs, Wiki, Etherpad u.a. ausprobieren
- Eigene Didaktisierungen und Lernszenarien entwickeln

Eigene Laptops (mit WLAN-Zugang, heruntergeladener Software Audacity, Windows MovieMaker) können auf Wunsch mitgebracht werden.

Teilnahmevoraussetzungen: Allgemeine PC-Grundkenntnisse inkl. Office

Abschluss: Zertifikat

Das Projekt „MEDIKO – Mediendidaktische Kompetenzen“ ist eine Kooperation mit der TU Dresden und dem internationalen Hochschulinstitut Zittau. Das Pilotprojekt wurde über den Innovationszuschuss des Sächsischen Staatsministeriums für Kultus gefördert.

#### **Chemnitz 15HA5180CL**

Beginn: 3 x Samstag, 16.01.2016, Zeit: 09:00 - 16:30 Uhr, 3 Veranstaltungen, Ort: Sächsischer Volkshochschulverband, Bergstraße 61, 09113 Chemnitz, Kursleiter: Mike Liebscher, Entgelt: 180,00 €






## Fortbildung für Erzieherinnen im Kindergarten, Hort und PflEGende




### Fortbildung zur/m Praxisanleiter/in für Erzieher und Heilerziehungspfleger (Empfehlung des SMK und SMS 2008)



Dieser Kurs vermittelt Fachkräften in Kindertageseinrichtungen und Einrichtungen der Jugendhilfe sowie Einrichtungen und Diensten der Behindertenhilfe Handlungskompetenzen zur fachlichen Anleitung und Betreuung von PraktikantInnen in der berufspraktischen Ausbildung. Die Aufgaben der PraxisanleiterInnen im Prozess der berufspraktischen Ausbildung setzen sich aus den Funktionen Berater, Moderator und Vorbild zusammen.



Die Inhalte des Kurses beruhen auf der Empfehlung des Sächsischen Staatsministeriums für Kultus:

- 
- Allgemeine Grundlagen
  - Planung der berufspraktischen Ausbildung
  - Durchführung der berufspraktischen Ausbildung
  - Förderung des Lernprozesses
  - Abschluss der Ausbildung



Zulassungsvoraussetzungen:

- Erfolgreicher Abschluss in einem sozialen Beruf mit staatlich anerkannter Ausbildung und Prüfung
- mindestens zweijährige Berufstätigkeit in einer Einrichtung der Kinder- und Jugendhilfe beziehungsweise in einer Einrichtung oder einem Dienst der Behindertenhilfe

Nutzen Sie die Bildungsprämie. Der Prämiegutschein kann pro Jahr 500,- € und 50% des Kursentgeltes wert sein. Wenden Sie sich an uns und vereinbaren Sie einen Beratungstermin (03585-417718). Vielleicht können Sie den Gutschein direkt im Anschluss mitnehmen.

### Görlitz 15HE5810GL

Beginn: Dienstag, 10.11.2015 Zeit: 17:00 - 21:00 Uhr, 14 Veranstaltungen, Ort: JuBest Görlitz, Kursort steht noch nicht fest (Umzug), Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 392,00 €

---

### Heilpädagogische Zusatzqualifikation (HPZ) - Blockveranstaltung

Die heilpädagogische Zusatzqualifikation (HPZ-2003) soll den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern von Kindertageseinrichtungen, die Kinder zur Integration aufnehmen, Hand-

lungskompetenzen zur Erfüllung von Aufgaben bei der Erziehung, Bildung, Förderung, Pflege und Betreuung von behinderten oder von Behinderung bedrohten Kindern vermitteln.

Darüber hinaus soll sie Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Behindertenhilfe und der stationären Pflegeeinrichtungen, in denen volljährige Menschen mit Behinderungen gepflegt und betreut werden, Kompetenzen zur Erfüllung von Aufgaben bei der Pflege und Betreuung vermitteln.

Die heilpädagogische Zusatzqualifikation ist eine vom Sächsischen Staatsministerium für Soziales empfohlene Fortbildung.

Zulassungsvoraussetzungen

- abgeschlossene Berufsausbildung im pflegerischen, sozialpflegerischen oder sozialpädagogischen Bereich und
- mindestens einjährige berufliche Tätigkeit
- zwei Praktika (Nähere Informationen hierzu erfahren Sie bei uns oder in den „Empfehlungen des Sächsischen Staatsministeriums für Soziales zur Durchführung der heilpädagogischen Zusatzqualifikation (HPZ-2003) Vom 28. August 2003“.)

Der Kurs beginnt in Absprache mit Ihnen, sobald genügend TeilnehmerInnen gemeldet sind.

### Löbau 15HE5810LL

Beginn: Donnerstag, 08.10.2015 Zeit: 08:00 - 15:30 Uhr, 41 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 1948,00 €


### **Fortbildung zur Stärkung von Leitungskompetenzen für die Arbeit mit dem Sächsischen Bildungsplan (gemäß Landesjugendhilfeausschuss, 14. Juni 2014)**

Leitungsfachkräfte in Kindertageseinrichtungen sollen stärker als bisher in die Lage versetzt werden, die einrichtungsinterne Qualifizierung und die Begleitung der Umsetzung des Bildungsplans auf hohem fachlichen Niveau professionell zu unterstützen.


Diese Fortbildung soll den Leiter/innen helfen, Entwicklungsprozesse in den Einrichtungen fundiert und sicher unterstützen zu können. (Landesjugendhilfeausschuss, 14. Juni 2014) Zielgruppe sind demnach „Leitungskräfte, die ihre Kindertageseinrichtungen fachkompetent leiten wollen und sich auf den Weg machen, ihre Fähigkeiten und ihr Verständnis immer wieder zu erweitern. (...) Neben der „Zusatzqualifikation als Leiter/-in in einer Kindertageseinrichtung im Freistaat Sachsen“ bedarf es immer wieder einer Aktualisierung und Weiterentwicklung der Leitungskompetenz.

Das betrifft insbesondere die Fähigkeit, dafür Sorge zu tragen, dass die pädagogischen Fachkräfte der Einrichtungen sich in ihrer alltäglichen Praxis am Bildungsverständnis des Bildungsplanes orientieren. (...) Kenntnisse und Handlungskompetenzen >>





werden mit einem speziellen Schwerpunkt erweitert: Die Stärkung der einzelnen Leitungspersönlichkeit für ihre Rolle als Verantwortliche für die pädagogische Arbeit in ihrem Team. Dazu gehören auch Austauschmöglichkeiten von Leiter/-innen untereinander, Supervision und Coaching.



Gern informieren wir Sie über nähere Inhalte und Rahmenbedingungen unter 03583 512205



### **Zittau 15HE5810ZZ**


Beginn: Samstag, 17.10.2015 Zeit: 08:00 - 14:45 Uhr, 12 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 648,00 €

---




### **Blockveranstaltung:**

### **Curriculum Bildungsauftrag KiTA - der Sächsische Bildungsplan**



Dieser Kurs bietet einen umfassenden Einblick in den Sächsischen Bildungsplan, der die Basis für die pädagogische Arbeit in Kindertagesstätten darstellt und schließt mit einem anerkannten Zertifikat ab.



Folgende Module (laut Curriculum des Sächsischen Landesjugendamtes) werden behandelt:

1. Kindheit und Bildung im gesellschaftlichen Kontext
2. Bindungen als Grundlage kindlicher Bildungsprozesse
3. Kindliche Entwicklung aus konstruktivistischer Sicht
4. Kindliche Bildungsprozesse beobachten, analysieren, gestalten, reflektieren und dokumentieren
5. Das Team als Lern-, Entwicklungs- und Kooperationsgemeinschaft
6. Erziehungspartnerschaft
7. Kooperation als Herausforderung bei der Gestaltung von Bildungsprozessen

Gern weisen wir Sie auf die Bildungsprämie ([www.bildungspraemie.info](http://www.bildungspraemie.info)) hin. Der Prämiegutschein kann 500,- € bzw. 50 % des Kursentgeltes wert sein. Wenden Sie sich an uns als Beratungsstelle und vereinbaren Sie einen Termin mit Herrn Weber (03585-417718).

### **Löbau 15HE5811GL**

Beginn: Donnerstag, 17.09.2015 Zeit: 08:00 - 15:30 Uhr, 11 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Dozententeam VHS, Entgelt: 896,50 €

## Aufsichtspflicht im Hort

Kinder haben ein Recht auf freie Entwicklung der Persönlichkeit (Grundgesetz) - aber es darf nichts passieren! Wie können Erzieher/-innen und Leiter/-innen ihrem pädagogischen Auftrag gerecht werden und trotzdem auf der sicheren Seite sein? Sicherheit kommt durch Gesetzeskenntnis und differenziert Freiräume zu bieten und Grenzen zu setzen.

In dieser Fortbildung gibt es auch eine Anregung zur Missbrauchsprävention.

### Niesky 15HE5811NN

Beginn: Montag, 26.10.2015 Zeit: 16:00 - 18:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Gabriele Haseneder, Entgelt: 15,00 €

## Aufsichtspflicht in Krippe und Kindergarten

Wie können Erzieher/Innen und Leiter/Innen ihrem pädagogischen Auftrag gerecht werden und trotzdem auf der sicheren Seite sein? Sicherheit kommt durch Gesetzeskenntnis und differenziertes Grenzen setzen und Freiräume bieten. Es gelten nicht für alle die gleichen Freiräume! In dieser Fortbildung gibt es auch eine Anregung zur Missbrauchsprävention.

### Weißwasser 15HE5811WW

Beginn: Montag, 05.10.2015 Zeit: 16:00 - 18:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Gabriele Haseneder, Entgelt: 15,00 €

## Erkenne Dich selbst - Pferdegestütztes Seminar zur Persönlichkeitsentwicklung

Pferde begleiten den Menschen schon seit Jahrtausenden. Ihrer Natur nach sind sie Beute- und Fluchttiere, die immer auf der Hut vor Raubtieren sein müssen. Ein hierarchisch organisierter Herdenverband sichert ihr Überleben. Pferde kommunizieren über Körpersprache und ihre Wahrnehmung hat sich so verfeinert, dass sie auch Emotionen ihres Gegenübers als Informationsquelle nutzen.

Wir Menschen können in der Begegnung mit Pferden viel über uns selbst erfahren, denn Pferde spiegeln unser Verhalten, unsere Absicht und unsere vielleicht versteckten Gefühle unverfälscht, unmittelbar und ohne Wertung.

In einer solchen Begegnung können eigene, bisher unerkannte Potentiale sichtbar werden, die nachhaltigen Einfluss auf das weitere Leben haben.

In geschütztem Rahmen, im kleinen Kreis, werden verschiedene Übungen mit dem Pferd am Boden durchgeführt. Ganz wichtig dabei: Es gibt keine Fehler, nur ein „So-Sein“ im Augenblick. >>







Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, es wird nicht geritten. Das Tagesseminar ist auf maximal 4 Teilnehmer begrenzt. Bitte bringen Sie festes Schuhwerk, robuste Kleidung und Schreibzeug mit. Bitte beachten Sie auch, dass Theorie und Praxis an unterschiedlichen Orten stattfinden.



Treffpunkt: Praxis für Heilpädagogik und Lebensberatung Franka Schönfelder  
Herderstraße 1, 02727 Ebersbach-Neugersdorf/OT Neugersdorf



Arbeit mit dem Pferd: Pferdehof Arnold, Sorgeweg 4, 02794 Leutersdorf

### **Löbau 15HE5812EL**

Beginn: Samstag, 10.10.2015 Zeit: 09:30 - 14:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Leutersdorf und Neugersdorf, Kursleiter: Franka Schönfelder, Entgelt: 96,00 €

---



### **Auffälliges Verhalten - Kann Verhalten sinnlos sein?**



In diesem Kurs soll es darum gehen, das Verhalten von Kindern so einzuordnen, dass pädagogische Fachkräfte in die Lage versetzt werden, adäquat positiv zu handeln.



Dazu muss es gelingen, das Verhalten eines Kindes als sinnvollen Ausdruck seiner Situation zu verstehen. Fallbeispielbezogen wollen wir analysieren und mögliche Handlungsstrategien erörtern. Dabei werden wir feststellen, dass es keine allgemein gültigen Lösungen gibt, sondern dass ebenso wie das „Verhalten“ eines Kindes, auch die Handlungsweise der pädagogischen Fachkraft individuell ausgerichtet ist.

Zielgruppe sind pädagogische Fachkräfte, die mit Kindern (bis zum Ende des 10. Lebensjahres) arbeiten.

### **Görlitz 15HE5812GL**

Beginn: Freitag, 06.11.2015 Zeit: 14:30 - 18:30 Uhr, 3 Veranstaltungen, Ort: JuBest Görlitz, Kursort steht noch nicht fest (Umzug), Kursleiter: Winfried Berger, Entgelt: 150,00 €

---

### **Was Hortkinder wirklich brauchen - Bedürfnisorientierte Pädagogik mit Grundschulern**

Das Alter zwischen dem 5. und 12. Lebensjahr erfordert nicht nur eine geschlechtersensible Herangehensweise, sondern auch altersspezifische Methoden. Wie in der optimierten Schuleingangsphase betont, sind die 1. und 2. Klasse besonders bedeutsam für den Platz in der Gleichaltrigengruppe. Die Rollenfindung ist nicht selten mit Pubertätsschmerzen verbunden. Mit vorzeitig oder später eingeschulerten Kindern eine riesige

Bandbreite. Darum sollte die 2. Hälfte der 3. und 4. Klasse noch individueller betrachtet werden. Zwischen Ankommen und Übergängen in die weiterführende Schule sind es vor allem Selbstwirksamkeit und Herausforderungen, die die Teenager brauchen.

### **Löbau 15HE5812LL**

Beginn: Montag, 14.09.2015 Zeit: 09:00 - 15:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Heike Seewald-Blunert, Entgelt: 100,00 €

---

### **Experimente für Kindergarten - Hort**

Ganzheitliches Arbeiten, Forschen, Entdecken und Experimentieren rund um Weihnachten und Winter. Bitte verschiedene Stifte, eine Schere und ein Holzbrett ca. 20 cm x 20 cm mitbringen und ca. 4,00 € für Materialkosten einplanen.

### **Weißwasser 15HE5812WW**

Beginn: Dienstag, 24.11.2015 Zeit: 16:00 - 18:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Kerstin Titzler, Entgelt: 15,00 €

---

### **Filmpädagogik für Kita und Hort**

Neue Medien sind für Kinder heutzutage alltäglich, oft zu alltäglich. Neben PC und Handy schauen die Kinder zu häufig fern. Doch welche Filme sind für welches Alter geeignet? Wie bewerte ich Filme außerhalb der FSK? Welche Filme sind bzw. sind nicht für Kinder geeignet? Darauf wird in diesem Kurs eingegangen.

Dieser Kurs richtet sich an pädagogisches Personal und Interessierte, die sich dem Thema nähern wollen. Nach einer kurzen Vorstellungsrunde entwickeln Sie gemeinsam mit der Dozentin anhand praktischer Beispiele Methoden zur Filmbesprechung, Anforderungen und Bewertungskriterien.

### **Zittau 15HE5812ZZ**

Beginn: Samstag, 23.01.2016 Zeit: 09:00 - 15:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Peggy Koedel, Entgelt: 96,00 €

---

### **Therapeutisches Puppenspiel**

In diesem Kurs werden Ihnen Grundlagen im Umgang mit Großhandspielpuppen (living puppets) vermittelt. Sie Erlernen Techniken und Tricks, die Sie für den Einsatz in Kindergärten, Schulen oder Therapien einsetzen können. >>





Ihnen wird gezeigt, worauf Sie bei den living puppets achten sollten, wie positiv sich die Puppe auf Kinder und Klienten auswirken kann und was Sie vermeiden sollten. Die Praxis wird in diesem Kurs eine große Rolle spielen. Sie lernen zu improvisieren und erhalten Anleitung von Ihrem Dozenten zum darstellenden Spiel.

Ziel ist es, Vertrauen zur Figur und zum eigenen Spiel zu entwickeln. Entdecken Sie, wie phantasievoll und berührend der Umgang mit den Großhandspielpuppen sein kann.



### **Löbau 15HE5813LL**

Beginn: Samstag, 14.11.2015 Zeit: 09:00 - 15:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Jörg Trautmann, Entgelt: 56,00 €

---



### **Umgang mit Aggressionen in der Kita**

Theoretischer Impuls zu aggressivem Verhalten - Wozu sind Aggressionen gut?

Vorstellung und Erarbeitung hilfreicher Strategien für Fachkräfte im Umgang mit aggressivem Verhalten.

Vorstellung der Methode „der Wutwurm“ speziell für die Arbeit in der Kita.



### **Niesky 15HE5813NN**

Beginn: Freitag, 15.01.2016 Zeit: 09:00 - 14:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Mandy Schröder, Entgelt: 39,00 €

---



### **Besondere Kinder „Schwierige Kinder...!?“ - Die psychologische Sicht**

Was heißt hier „Schwierige Kinder...!?“ Schwierige Kinder gibt#s gar nicht! Wir stellen uns damit unabdingbar auf die Seite der Kinder. Den Kindern wird ja immer häufiger nachgesagt, sie seien schwierig, verhaltensauffällig, verhaltensgestört. Meine Erfahrung: Nicht die Kinder sind gestört - vielmehr: die Beziehungen sind kaputt! Oder anders: Kinder sind per se meist nicht schwierig; sie werden in der Regel nicht schwierig geboren. Versuchen wir also zu hinterfragen, welche Auswirkungen Bindungsstörungen haben können, wie Persönlichkeitsstörungen entstehen, was bei Entwicklungsverzögerungen zu tun ist - kurz: Bauen wir eine EntstörungsStelle

### **Weißwasser 15HE5813WW**

Beginn: Dienstag, 22.09.2015 Zeit: 16:00 - 19:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Jörg Heidig, Entgelt: 24,00 €

---

## Entwicklungsaufgaben im Krippenalter - die soziale Entwicklung der Ein- bis Dreijährigen

Mit zunehmendem Aktionsradius beginnt das Autonomiestreben und mit der Entdeckung des „Ich“ das Erlangen von Selbstständigkeit. Nicht selten ist das mit Trotz, Konflikten und Nachahmung, auch von unerwünschtem Verhalten verbunden. Die emotionale Differenzierung über das „Du“ zum „Wir“, beginnt und öffnet die Tür zu Welterfahrung und Identitätsfindung. Wir gehen der Frage nach, welche förderlichen Bedingungen in Raum, Material, Beziehung und Tagesgestaltung dafür notwendig sind.

- Omnipotenzgefühl und Trotzphasen
- Entdeckung des Ich und Spiegelneuronen
- Symbolische Spielhandlungen und Lernen

Dieser Kurs richtet sich an pädagogische Fachkräfte, die einen Einblick in das Entwicklungsgebiet näher beleuchten möchten.

### Zittau 15HE5813ZZ

Beginn: Montag, 23.11.2015 Zeit: 09:00 - 15:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Heike Seewald-Blunert, Entgelt: 100,00 €

---

### Mit Kindern in den Wald - Ideen für Wald-Tage im Herbst

Der Wald ist für die Kinder zu jeder Jahreszeit spannend. Besonders im Herbst locken bunte Blätter und verschiedene Früchte. Die Teilnehmer bekommen Anregungen zur Ausarbeitung eines Elternbriefes, zur Organisation und zum inhaltlichen Konzeption eines Waldtages sowie vielfältige methodische Anregungen und ein umfassendes Fachwissen.

Die Fortbildung findet im Wald statt, bitte unbedingt auf Wetter gerechte Kleidung achten!

Treffpunkt: Parkplatz Bürofachmarkt „Brückner & Nitschke“, 02791 Oderwitz, Hauptstraße 173

Der Workshop richtet sich an MitarbeiterInnen aus Kindertageseinrichtungen, Eltern und andere interessierte Neugierige.

Bitte einen Blumentopf aus Ton, Durchmesser 15-20 cm mitbringen und 2,00 € Materialkosten einplanen. Unbedingt auf Wetter gerechte Kleidung achten!

### Löbau 15HE5814LL

Beginn: Dienstag, 15.09.2015 Zeit: 15:30 - 18:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Oderwitz, Treffpunkt: Parkplatz Büromarkt „Brückner & Nitschke“, Kursleiter: Kerstin Titzler, Entgelt: 24,00 €





## Mit Kindern in den Wald: „Herbstwaldtage“


Was ist das eigentlich - der Wald?

Ein Ort verschiedenster Geräusche, ein Konzertsaal und dann wieder eine Oase der Ruhe. Der Wald ist aber auch ein Abenteuer - ein Spielplatz, ein Zauberland, eine Universität und ein Garten.

Kommen Sie mit und Entdecken, Erfahren und Erforschen diesen mit allen Sinnen.

Die TN erhalten Anregungen, zu spannenden, ganzheitlichen Aktivitäten aus allen Bildungsbereichen die, die Kinder zum selbständigen Entdecken und Forschen anregen. Bitte 2,00 € Materialkosten einplanen.


Die Fortbildung findet im Wald statt, bitte unbedingt auf Wetter gerechte Kleidung achten!




### Niesky 15HE5814NN

Beginn: Freitag, 11.09.2015 Zeit: 15:00 - 18:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Kinderkrippe „Krabbekinder“ Str. der Jugend 5 in Diehsa, Kursleiter: Kerstin Titzler, Entgelt: 16,00 €

---



### Hochsensible Kinder - eine besondere Aufgabe - Teil 1



Sie haben ein Kind in Ihrer Gruppe, das als besonders sensibel auffällt? Es scheint ruhig und zurückgezogen. Mag keinen Lärm und Beschäftigungen bei denen viel getobt wird. Stattdessen sitzt es mit wenigen, meist nur einem Freund oder gar allein und beschäftigt sich, wie einer eigenen Welt.

In schwierigen Situationen reagiert es dagegen mitunter unangemessen heftig.

Es könnte sich hier um hochsensibles Kind handeln.

Inhalt: Definition, Begriffsklärung, Besonderheiten hochsensibler Kinder, bisherige wissenschaftliche Erkenntnisse.

Abgrenzung zu ADHS und sozialen Störungen, Erfahrungsaustausch, Praktische Tipps zum Umgang mit hochsensiblen Kindern

### Weißwasser 15HE5814WW

Beginn: Mittwoch, 23.09.2015 Zeit: 16:30 - 19:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Babett Prasa, Entgelt: 20,00 €

---

### Hochsensible Kinder - eine besondere Aufgabe - Teil 2

Anschließend an das Einführungsseminar „Hochsensible Kinder“ wollen wir nun in diesem Aufbauseminar über Ihre konkreten Fallbeispiele sprechen und gemeinsam Anregungen für die Praxis erarbeiten und kennenlernen. Vor allem Übungen zur Stärkung des Selbstwertes und zur Abgrenzung werden hierbei im Mittelpunkt stehen.

Auch Übungen für hochsensible ErzieherInnen können bei Bedarf als Thema gern aufgegriffen werden.

### **Weißwasser 15HE5815WW**

Beginn: Mittwoch, 30.09.2015 Zeit: 16:30 - 19:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Babett Prasa, Entgelt: 20,00 €

---

### **Kreative Kompetenzen stärken - Ein Weiterbildungsangebot für ErzieherInnen und pädagogisches Personal**

Die ästhetische Erziehung Heranwachsender und der Umgang mit kreativ-künstlerischen Medien umfasst einen großen Teil der erzieherischen Praxis. In einer Umwelt, die mehr Wert legt auf konsumorientiertes Verhalten als auf eigenes schöpferisches Tätigsein verkümmern in Kindern und Jugendlichen nicht selten innewohnende Talente, manuelle Fertigkeiten und die Fähigkeit, zu konstruktivem Problemlösungsverhalten. Die Weiterbildung wendet sich an Erzieherinnen und pädagogisches Personal und will Wege aufzeigen, wie ganzheitlich kreativ-künstlerische Erziehung auch unter schwierigen Bedingungen gelingen kann.

### **Zittau 15HE5814ZZ**

Beginn: Samstag, 10.10.2015 Zeit: 11:00 - 15:00 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Anna Ansorge, Entgelt: 150,00 € zzgl. Materialkosten

---

### **Umgang mit Verbalattacken in Kita und Schule**

Ziel der Weiterbildung ist die Stärkung der Gesprächskompetenz im Umgang mit verbalen Angriffen sowie das Erleben von mehr Sicherheit und Abgrenzung. Die Teilnehmer werden in der Weiterbildung Erklärungsansätze für das Entstehen von Verbalattacken sowie unterschiedliche Kommunikationsmodelle kennenlernen.

Durch das Erlernen von Strategien für den Umgang mit verbalen Angriffen können die Teilnehmer ihre Sicherheit erhöhen. Die Reflexion des eigenen Gesprächsverhaltens sowie Fallarbeit bieten die Möglichkeit, die theoretischen Inputs zu vertiefen und zu festigen.

### **Löbau 15HE5815LL**

Beginn: Donnerstag, 03.12.2015 Zeit: 08:30 - 15:15 Uhr, 2 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Mandy Schröder, Entgelt: 120,00 €



## Mit Kindern in den Wald: „Winterwaldtage“

Der Wald bietet Kindern zu jeder Jahreszeit besondere Reize.

Sie entdecken die Kontraste, den Wechsel von Ruhe und Bewegung, von Licht und Dunkelheit, von häuslicher Wärme und eisiger Kälte. In dieser Fortbildung gibt es winterliche Tierspuren, verborgene Eisdrachen und Schneemonster zu entdecken, zahlreiche Spiele mit und ohne Schnee für drinnen und draußen wecken die Fantasie und alle Sinne, und Gedichte, Geschichten und spannende Sachinfos erweitern und vertiefen den Zugang zur Natur. Kommen Sie mit und Entdecken, Erfahren und Erforschen diesen mit allen Sinnen.

Die TN erhalten Anregungen, zu spannenden, ganzheitlichen Aktivitäten aus allen Bildungsbereichen die, die Kinder zum selbständigen Entdecken und Forschen anregen. Die Fortbildung findet im Wald statt, bitte unbedingt auf Wetter gerechte Kleidung achten!

Bitte 2,00 € Materialkosten einplanen.

## Niesky 15HE5815NN

Beginn: Samstag, 23.01.2016 Zeit: 09:00 - 13:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Kinderkrippe „Krabbelkinder“ Str. der Jugend 5 in Diehsa, Kursleiter: Kerstin Titzler, Entgelt: 20,00 €

---

## Zirkuspädagogik - Zirkusdisziplinen als Methoden: Jonglieren, akrobatische Kunststücke, Clownerie und Balance

Losgelöst von theoretischen Aspekten nähern wir uns unterschiedlichen Zirkustechniken wie z.B. Jonglage mit Bällen, Tüchern, Keulen, Diabolos und Devilsticks, Akrobatik, Zaubern, Fadenspiele, Balancieren auf Laufrolle, Rola Bola und Laufkugel, Leiterbalance, Stelzenlaufen u.v.m. an.

Dieses Angebot richtet sich an alle Zirkusbegeisterten, die Lust haben sich in den verschiedenen Zirkuskünsten auszuprobieren und ebenso an Menschen, die das Thema Zirkus weiter vermitteln möchten.

Neben den einzelnen Techniken erfahren Sie auch etwas über die pädagogischen Hintergründe und methodischen Herangehensweisen der jeweiligen Zirkusdisziplin.

Das Material wird gestellt. Wer möchte, kann gerne seine eigenes Zubehör mitbringen.

## Zittau 15HE5815ZZ

Beginn: Freitag, 13.11.2015 Zeit: 08:30 - 15:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Valentin Hacke, Entgelt: 64,00 €

## „Faszination Duft“ Den Geruchssinn mit Kindern im Advent entdecken.

Ein wunderbarer Duft liegt in der Luft: die Adventszeit bietet viele Gelegenheiten gemeinsam mit den Kindern die Welt der Düfte wahrzunehmen und die Nase als Sinnesorgan kennen zu lernen: Wie funktioniert das Riechen? Wie nehmen wir Düfte wahr? Beeinflussen uns Düfte? Können Gefühle und Erinnerungen duften?

Mit allen Sinnen und kleinen Experimenten wird in diesem Workshop der Geruchssinn, die olfaktorische Wahrnehmung, ganz praktisch erforscht. Lassen Sie sich und Ihre Nase überraschen ...

Bitte verschiedene Stifte, eine Schere, eine Mandarine und Gewürze (Anis, Zimt als Stange, Gewürznelken) mitbringen. Für Kopier- und Materialkosten ca. 4,00 € einplanen.

### Niesky 15HE5816NN

Beginn: Dienstag, 03.11.2015 Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Kerstin Titzler, Entgelt: 15,00 €

### Weißwasser 15HE5816WW

Beginn: Dienstag, 10.11.2015 Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Kerstin Titzler, Entgelt: 16,50 €

## Konzentration und Aufmerksamkeit im Alltag

Kinder haben die grundlegende Fähigkeit, sich zu konzentrieren und aufmerksam zu sein. Es gibt jedoch Kinder, die wegen Konzentrationsstörung dazu nicht fähig sind. Dennoch lässt sich eine derartige Beeinträchtigung im Allgemeinen positiv beeinflussen und wieder beheben. Sinnvoller ist es jedoch, Konzentrationsstörungen von vornherein zu vermeiden. Genau hier möchte dieser Kurs ansetzen. Fachkräfte sowie Eltern erhalten in 1,5 Stunden ein Repertoire an Möglichkeiten, wie sie Konzentrations- und Aufmerksamkeitsförderung im alltäglichen Handeln präventiv ansetzen können.

Inhalt:

Zu Beginn wird als Abriss theoretisch darauf Bezug genommen, warum Konzentration und Aufmerksamkeit bedeutend sind. Danach erhalten Sie Informationen, mit welchen einfachen Möglichkeiten Sie die Entwicklung des Kindes im Bereich der Konzentration und Aufmerksamkeit präventiv fördern können. Weiterhin besteht die Möglichkeit, thematisch einschlägige Spiele praktisch asuzuprobieren.

Bitte bringen Sie Stifte und Papier mit.

### Zittau 15HE5816ZZ

Beginn: Dienstag, 27.10.2015 Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Kathrin Fengler, Entgelt: 12,00 €





## Waldpädagogik - Rahmenbedingungen, Theorien und Alltagspraxis

Wir möchten Sie fit für den Erlebnisbereich Wald machen.

Natur ist ein unverzichtbarer Erfahrungs- und Spielraum für Kinder. Da sie meist künstliche Funktions- und Bewegungsräume erleben, bleiben sie oft in Unkenntnis über Wachstum und Ernte von Pflanzen, über die unendlichen Möglichkeiten, mit Naturstoffen zu spielen und zu bauen sowie über den natürlichen, verantwortungsbewussten Umgang mit Tieren. So bleibt unseren Kindern das Geheimnis der Natur als Quelle des Lebens verschlossen, ihre Sinne verkümmern, die Kreativität verarmt, ihnen bleiben großartige Entdeckungen vorenthalten. Die Lebendigkeit der Natur wird ihnen zum Feind statt zum Lehrmeister.

Mit der Weiterbildung setzen wir dieser negativen Spirale Lebenssinn und Lebenslust entgegen. Wir befähigen Sie, die Natur mit ihrem Reichtum als eine unerschöpfliche pädagogische Quelle zu erkennen und dem Alltag der Kinder eine am Leben orientierte, gesündere, wertebewusste Prägung zu geben.

### Löbau 15HE5817LL

Beginn: Montag, 12.10.2015 Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr, 3 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Walter Berenz, Entgelt: 114,00 €

---

### Mathematik im Alltag für Klein- und Vorschulkinder

Rechnen lernen beginnt nicht erst mit dem Eintritt in die Schule. Bereits im Kindergarten und Elternhaus wird sie (un-)bewusst trainiert. Der Alltag bietet viele Möglichkeiten, um Kinder auf spielerische Weise an die Mathematik heranzuführen. In diesem Kurs lernen Sie einige dieser Möglichkeiten kennen.

Der Abend ist offen für Fachkräfte aber auch Eltern und Interessierte, die gern wissen möchten, welche Ansätze für pränumerische Vorerfahrungen die Mathematik bietet.

Inhalt:

Zu Beginn wird als Abriss theoretisch darauf Bezug genommen, warum pränumerische Vorerfahrungen bedeutend sind. Danach erhalten Sie Informationen, mit welchen einfachen Möglichkeiten Sie die Entwicklung der Kinder im Bereich Mathematik präventiv fördern können. Weiterhin besteht die Möglichkeit, thematisch einschlägige Spiele praktisch asuzuprobieren.

Bitte bringen Sie Stifte und Papier mit.

### Zittau 15HE5817ZZ

Beginn: Dienstag, 03.11.2015 Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Kathrin Fengler, Entgelt: 12,00 €

## So ein Stress! - Ein Kurs zur Stressbewältigung und Burnout-Prophylaxe

Dieses Wort „Stress“ ist in aller Munde. Wer möglichst viel davon hat, ist besonders angesehen, denn er setzt sich wirklich ein, auch wenn als Belohnung für so viel Einsatz Krankheit und Burnout winken.

In diesem Kurs wollen wir gemeinsam der Frage nachgehen, was Stress eigentlich bedeutet, wann und wie er uns krank macht und wie wir uns davor schützen können.

Unter Berücksichtigung moderner neurobiologischer Erkenntnisse spüren die Kurs Teilnehmer ihre eigenen Stressverhaltensmuster auf, die sich aufgrund der lebensgeschichtlichen Beziehungserfahrungen gebildet haben. Außerdem werden wirkungsvolle Anti-Stress-Techniken, wie zum Beispiel Klopfakupunktur, zur Selbstbehandlung eingeübt.

### Löbau 15HE5818LL

Beginn: Donnerstag, 29.10.2015 Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, 5 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Franka Schönfelder, Entgelt: 100,00 €

---

## Wischen statt Blättern - Frühkindliche Leseförderung mit digitalen Medien

Die Kindheit ist heute eine Medienkindheit. Diese Entwicklung kann man nicht mehr rückgängig machen, das beweisen neueste Studien. Digitale Medien erleben die Kinder als Alltagsrealität zu Hause. Diese Entwicklung können gerade Kitas als prägenden sozialen Lebensort aufgreifen und mit pädagogischen Aktionen begleiten und unterstützen. Die Verknüpfung von gedruckten Lesemedien mit digitalen Angeboten bietet das Potential, auch Kinder aus sozial benachteiligten Familien schon in frühen Jahren zu erreichen und spielerisch an die Vorläuferfähigkeiten von Lesen und Schreiben heranzuführen.

Inhalt:

Welche Möglichkeiten stecken in einem Tablet für die pädagogische Arbeit mit Kindern?

Was sind Applikationen?

Welche Apps gibt es auf dem Markt? - Eine Orientierungshilfe

Ausgewählte Bilderbuch-Apps selbst ausprobieren

Welche Ideen zu interaktiven, kreativen Aktionen liefern die Apps?

Mini-Projekt mit einem Tablet

### Zittau 15HE5818ZZ

Beginn: Freitag, 13.11.2015 Zeit: 10:00 - 13:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Buch erleben, Entgelt: 38,00 €



## Erziehungspartnerschaft im Kontext interkultureller Bildungsprozesse

Die Anzahl der mehrsprachigen Kinder nimmt in Deutschland immer mehr zu. Dabei handelt es sich um eine recht heterogene Gruppe: Manche wachsen mit deutsch und einer anderen Familiensprache auf, manche sind in Deutschland geboren und hören dadurch regelmäßig Deutsch und wieder andere sind gerade erst nach Deutschland gekommen. Es wird zunächst ein Einblick in die Grundlagen und Besonderheiten der Mehrsprachigkeit gegeben und welche Methoden der Sprachförderung bei Mehrsprachigkeit genutzt werden können.

Aber es gilt nicht nur die sprachlichen Barrieren zwischen ErzieherInnen und Kindern zu überwinden, sondern auch zwischen den Eltern und den ErzieherInnen. Welche Möglichkeiten der Zusammenarbeit mit den Eltern lassen sich trotz sprachlicher und kultureller Unterschiede finden? Interkulturelles Handeln in der Praxis bedarf interkultureller Kompetenzen. Grundlagen derer werden in der Veranstaltung näher gebracht und zielen mit Hilfe von Methoden und Materialien auf eine lebensweltnahe Umsetzung ab. Die Veranstaltung richtet sich hauptsächlich an pädagogische Fachkräfte mit Kindern zwischen 0 und 6 Jahren.

### Löbau 15HE5819LL

Beginn: Freitag, 20.11.2015 Zeit: 09:00 - 15:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Landeskompetenzzentrum Sprachförd LakoS, Entgelt: 104,00 €

## Stärkung der psychischen Gesundheit von Kindern, Schwerpunkt 0-3 Jahre

Die ersten drei Lebensjahre spielen eine besondere Rolle im Leben eines Kindes. Wichtige Weichen werden gestellt und entscheidende Schritte gemacht. Wir wollen die ressourcenorientierte Sichtweise auf psychische Gesundheit stärken und in den Blick nehmen, welche Bedingungen ein psychisch gesundes Aufwachsen von Kindern (und später Jugendlichen) ermöglichen.

Die Fortbildung hat das Ziel, Fachkräfte der sozialen Arbeit und aus dem pädagogischen Bereich für das Thema „psychische Gesundheit bei Kindern von 0-3“ zu sensibilisieren und weiter zu qualifizieren. Mit dem Besuch der Weiterbildung gewinnen Fachkräfte die Kompetenz, Themen der psychischen Gesundheit in ihre Arbeit einzubauen.

Die Weiterbildung ist geeignet für ErzieherInnen, Tagespflegepersonen, PädagogInnen, Fachkräfte der Kinder-, Jugend- und Elternarbeit (vorwiegend aus dem Präventionsbereich).

### Weißwasser 15HE5819WW

Beginn: Donnerstag, 22.10.2015 Zeit: 09:30 - 16:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: OV Zittau e.V. Deutscher Kinderschutzbund, Entgelt: 44,00 €

**Zittau 15HE5819ZZ**

Beginn: Freitag, 30.10.2015 Zeit: 09:30 - 16:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Räumlichkeiten des DKSB OV Zittau e.V., Goethestraße 02, Kursleiter: OV Zittau e.V. Deutscher Kinderschutzbund, Entgelt: 44,00 €

**Zirkuspädagogik - Zirkusdisziplinen als Methoden: Jonglieren, akrobatische Kunststücke, Clownerie und Balance**

Losgelöst von theoretischen Aspekten nähern wir uns unterschiedlichen Zirkustechniken wie z.B. Jonglage mit Bällen, Tüchern, Keulen, Diabolos und Devilsticks, Akrobatik, Zaubern, Fadenspiele, Balancieren auf Laufrolle, Rola Bola und Laufkugel, Leiterbalance, Stelzenlaufen u.v.m. an.

Dieses Angebot richtet sich an alle Zirkusbegeisterten, die Lust haben sich in den verschiedenen Zirkuskünsten auszuprobieren und ebenso an Menschen, die das Thema Zirkus weiter vermitteln möchten.

Neben den einzelnen Techniken erfahren Sie auch etwas über die pädagogischen Hintergründe und methodischen Herangehensweisen der jeweiligen Zirkusdisziplin.

Das Material wird gestellt. Wer möchte, kann gerne seine eigenes Zubehör mitbringen.

**Löbau 15HE581ALL**

Beginn: Freitag, 20.11.2015 Zeit: 08:30 - 15:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Valentin Hacke, Entgelt: 64,00 €

**Ach tut das gut! - „In einem kleinen Apfel, da sieht es lustig aus ...“**

Wie sieht ein Apfel aus, wie riecht und schmeckt er? Was kann ich mit einem Apfel alles machen?

In dieser Fortbildung erhalten Sie ein umfassendes Hintergrundwissen, Ideen und Anregungen für ein ganzheitliches Projekt. Dazu gehört eine Bilderbuchgeschichte, Fingerspiele, Reime, Massagegeschichten, Lieder, verschiedene Gestaltungsideen ...

Bitte verschiedene Stifte, eine Schere und einen Apfel mitbringen. Für Kopier- und Materialkosten ca. 4 € einplanen.

**Niesky 15HE581BNN**

Beginn: Dienstag, 06.10.2015 Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Kerstin Titzler, Entgelt: 15,00 €

**Weißwasser 15HE581BWW**

Beginn: Donnerstag, 08.10.2015 Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Kerstin Titzler, Entgelt: 16,50 €







## Gedächtnistraining im Hortbereich (1-4. Klasse)

Das Seminar befasst sich mit der Entwicklung von Kindern unter folgenden Aspekten:


- Wie funktioniert unser Gedächtnis
- Altersabhängige Reifeprozesse - Gehirnentwicklung bei Kindern
- Was kann Ganzheitliches Gedächtnistraining bei Kindern bewirken?



Sie erhalten Informationen über die modernen Ergebnisse der Lern- und Gehirnforschung. Sie erfahren wie exekutive Funktionen Lernleistungen beeinflussen können und Sie erhalten auch für sich persönlich viele Tipps für die optimalere Nutzung Ihres Gedächtnisses.




Das Seminar ist sehr praxisbezogen. Mit Leichtigkeit und jeder Menge Spaß können Sie viele praktische Tipps und Übungen für sich und Ihren beruflichen Alltag mitnehmen.



### Löbau 15HE581CLL

Beginn: Montag, 26.10.2015 Zeit: 16:00 - 18:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Daniela Nestler, Entgelt: 19,50 €



### Niesky 15HE581CNN

Beginn: Montag, 02.11.2015 Zeit: 16:00 - 18:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Daniela Nestler, Entgelt: 19,50 €



---

## Kleine Monster - Fortbildung für Krippe bis Hort

Monster faszinieren Kinder in hohem Maße, denn das Unerklärliche dieser Gestalten lässt Raum für Fantasien. Das Thema eignet sich deshalb bestens zur Förderung schlummernder Fähigkeiten. Die lustigen Monster sind ganz heiß darauf, Kinder zu unterstützen in der Sprachentwicklung, der Fantasie, der sozialen und motorischen Kompetenz sowie der Entwicklung verschiedener Sinnesbereiche.

In dieser Fortbildung gibt es Anregungen zu einem ganzheitlichen Angebot (Geschichten, Reime, Kreatives, Lieder und Aktionen) rund um die „Kleinen Monster“.

Bitte einen Kochlöffel aus Holz, alte Kinderfingerhandschuhe, eine Socke, Stoffreste und Pfeifenputzer in verschiedenen Farben, ca. 30 Stück Wackelaugen in verschiedenen Größen und 5 Blatt Zeichenkarton weiß A4 mitbringen. Für Kopier und Materialkosten 2,00 € einplanen.

### Niesky 15HE581DNN

Beginn: Donnerstag, 17.09.2015 Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Kerstin Titzler, Entgelt: 15,00 €

**Weißwasser 15HE581DWW**

Beginn: Dienstag, 29.09.2015 Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Kerstin Titzler, Entgelt: 16,50 €

**Zittau 15HE581DLL**

Beginn: Donnerstag, 01.10.2015 Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Kerstin Titzler, Entgelt: 15,00 €

**Geschwisterkonstellationen als Ressource in Kita und Hort**

Geschwister halten zusammen wie Pech und Schwefel und streiten im nächsten Moment auf das Heftigste.

Die Weiterbildung möchte helfen, Verhaltensweisen von Geschwisterkindern besser zu verstehen und einzelne Positionen in der Geschwisterfolge genauer beleuchten. Daraus soll abgeleitet werden, wie pädagogische Fachkräfte in Kita und Hort das Wissen um Geschwisterkonstellationen förderlich für die Kinder in ihrer Arbeit einsetzen können. Im Sinne der Erziehungspartnerschaft soll ebenfalls thematisiert werden, wie mit Eltern zum Thema „Geschwister“ gearbeitet werden kann.

Die Weiterbildung ist geeignet für pädagogische Fachkräfte aus Kindertagesstätten und für Tagespflegepersonen.

**Löbau 15HE581LLL**

Beginn: Dienstag, 17.11.2015 Zeit: 09:00 - 12:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: OV Zittau e.V. Deutscher Kinderschutzbund, Entgelt: 22,00 €

**Niesky 15HE581LNN**

Beginn: Donnerstag, 10.12.2015 Zeit: 15:00 - 18:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: OV Zittau e.V. Deutscher Kinderschutzbund, Entgelt: 22,00 €

**Weißwasser 15HE581LWW**

Beginn: Donnerstag, 03.12.2015 Zeit: 15:00 - 18:00 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: OV Zittau e.V. Deutscher Kinderschutzbund, Entgelt: 22,00 €

**Gesprächsführung mit Eltern - Kommunikationstraining**

Gespräche mit Eltern führen Fachkräfte in verschiedensten Situationen: kurz zwischen Tür und Angel, beim Elternfrühstück, beim Entwicklungsgespräch in der Kita, bei einer Beratung. >>





Die Weiterbildung vermittelt theoretische Grundlagen zu Kommunikationspsychologie und Gesprächsführung und bietet vor allem viel Zeit und Raum zum Üben.

Bringen Sie Situationen mit, die Ihnen bei Gesprächen mit Eltern schwer gefallen oder besonders gut gelungen sind. Der theoretische Teil der Weiterbildung wird von uns gestaltet, der praktische lebt von Ihren Erfahrungen und von Ihrer Lust am Ausprobieren!



Die Weiterbildung ist geeignet für pädagogische Fachkräfte aus Kindertagesstätten und Horteinrichtungen, aus der Jugendhilfe (speziell der Familienbildung) und für Tagespflegepersonen



### **Weißwasser 15HE581MWW**

Beginn: Mittwoch, 30.09.2015 Zeit: 09:30 - 16:30 Uhr, 1 Veranstaltung, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: OV Zittau e.V. Deutscher Kinderschutzbund, Entgelt: 44,00 €

---



## **Medienkompetenz für Erzieher\_innen**



### **Fit am Computer - für ErzieherInnen und Tagesmütter (PC-Grundkurs)**



Dieser Kurs richtet sich an Erziehende und Leitende in Kindertagesstätten sowie Tagesmütter, die Sicherheit im Umgang mit dem PC erwerben wollen, um Entwicklungsfortschritte von Kindern zu dokumentieren und Verwaltungsaufgaben zu vereinfachen. Einen allgemeinen Schwerpunkt des Kurses bildet neben allgemeinen Office-Anwendungen, wie Word und Excel, die Bearbeitung von Bildern. Dabei wird auf ein angemessenes Lerntempo geachtet.

### **Löbau 15HE5820LL**

Beginn: Dienstag, 13.10.2015 Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Jürgen Küche, Entgelt: 105,00 €

### **Niesky 15HE5820NN**

Beginn: Montag, 07.09.2015 Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: 105,00 €

### **Weißwasser 15HE5820WW**

Beginn: Dienstag, 08.09.2015 Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr, 8 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Ulrich Bölke, Entgelt: 105,00 €

### **Zittau 15HE5820ZZ**

Beginn: Dienstag, 12.01.2016 Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr, 10 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Zittau, Kursleiter: Julia Renger, Entgelt: 130,50 €

## PC-Aufbaukurs für ErzieherInnen und Tagesmütter

Dieser Kurs richtet sich an Erziehende und Leitende in Kindertagesstätten sowie Tagesmütter, die bereits über PC-Grundkenntnisse verfügen und die ihre Computerkenntnisse optimieren wollen. Sie erweitern Ihre Fähigkeiten im Umgang mit Word, Excel und Powerpoint und machen erste Schritte mit digitalen Medien wie Fotografie und Internet in der pädagogischen Praxis.

Dabei erfahren Sie Wissenswertes rund um das Thema Medienkompetenz im Kita-Alltag.

Voraussetzungen sind erste PC-Grundkenntnisse oder unser Kurs „Fit am Computer - für ErzieherInnen und Tagesmütter (PC-Grundkurs)“.

### Löbau 15HE5821LL

Beginn: Dienstag, 12.01.2016 Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Löbau, Kursleiter: Jürgen Kuche, Entgelt: 105,00 €

### Niesky 15HE5821NN

Beginn: Montag, 02.11.2015 Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Niesky, Kursraum 1.02, PC - Raum, Kursleiter: Bärbel Regel, Entgelt: 105,00 €

### Weißwasser 15HE5821WW

Beginn: Dienstag, 03.11.2015 Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr, 6 Veranstaltungen, Ort: Geschäftsstelle Weißwasser, Kursleiter: Ulrich Bölke, Entgelt: 105,00 €

---








## Spezial

### Unsere Bildungsfahrten im Überblick




#### **Oberlausitz meets Oberlausitzer - Zu Besuch im Sächsischen Landtag**

##### **Zittau 15HA120EZZ**

Mittwoch, 07.10.2015, Entgelt: 20,00 €

Bitte melden Sie sich bis zum 07.10.2015 in den Geschäftsstellen der Volkshochschule an (begrenzte Platzzahl).

---



#### **Ein Besuch im Bundestag**

##### **Zittau 15HA120FZZ , Weißwasser 15HA120GWW**

Freitag, 06.11.2015 , Entgelt: 15,00 €

Bitte melden Sie sich bis zum 09.10.2015 in den Geschäftsstellen der Volkshochschule an (begrenzte Platzzahl).

---



#### **Museen in der Euroregion- Kunstexkursion nach Liberec: Tschechische Kunst des 20. Jahrhunderts und Besuch der Ausstellung „Transdesign- Junge Angewandte Kunst aus Breslau“**

##### **Liberec 15HA2303ZZ**

Donnerstag, 05.11.2015, Entgelt: 18,60 €

---

#### **Kunstexkursion: Karl Schmidt-Rottluff**

##### **Chemnitz 15HA2306ZZ**


Donnerstag, 14.01.2016, Entgelt: 30,00 €

---

## Volkshochschule für Menschen mit Behinderung

Die „Volkshochschule Dreiländereck“ ist seit Jahren führend in der Bildung für Menschen mit Behinderung. Mit viel Freude und Ausdauer lernen unsere TeilnehmerInnen in unterschiedlichsten Kursen.

Die Bildungsmaßnahmen werden vom Staatsministerium für Soziales, Landesdirektion Sachsen, gefördert. Menschen mit einer geistigen Behinderung von mindestens 50 % können an den Kursen teilnehmen.



**Gefördert vom  
Sächsischen Staats-  
ministerium für Soziales  
und der  
Landesdirektion  
Sachsen“**

Den Dozentinnen und Dozenten und der Volkshochschule Dreiländereck ist es wichtig, dass die TeilnehmerInnen ihren Alltag nach ihren Bedürfnissen soweit als möglich selbstständig regeln und gestalten. Die Förderung der Lese-, Schreib- und Rechenkompetenz, Kochen, das richtige Verhalten im Straßenverkehr aber auch der Umgang mit neuen Medien sind nur Beispiele für die große Vielfaltigkeit der Kurse.

Dass die TeilnehmerInnen durch kompetentes und fachlich geschultes Personal betreut werden, ist für die „Volkshochschule Dreiländereck“ eine Selbstverständlichkeit.

### **Folgende Kurse wurden beim Staatsministerium für Soziales, Landesdirektion Sachsen, beantragt (Beispiele):**

Ämter und Einrichtungen des öffentlichen Lebens, Berufe, Computerkurs, Elementarkurs – Lesen / Schreiben / Rechnen, Fotografie, Grundlagen Hauswirtschaft, Kraftquelle Natur, Straßenverkehr, Umgang mit Geld, Zeichnen, Malen und Gestalten

Hinzu kommen Seminarwoche wie z.B. Kochen und Seminarwochenenden, Backen, Ich lade mir Gäste ein und anderes mehr.

Diese Kurse und Veranstaltungen finden in unserer barrierefreien Lernwerkstatt im Zittauer Salzhaus statt!

## Christian Weise *Bibliothek*

**Donnerstag, 10. September 2015, 19.00 Uhr, Mady Host: „Europa in vollen Zügen“**

Eintritt: Vorverkauf 6,00 €, Abendkasse 7,00 €

Die Reiseschriftstellerin Mady Host hat ihr 4. Buch mit dem Titel „Europa in vollen Zügen“ veröffentlicht. Mit dem Zuhause auf dem Rücken tourte sie zunächst alleine, dann mit ihrer Freundin Cornelia auf Schienen durch Europa. Innerhalb von sechs Wochen erleben die beiden jungen Frauen sechs Länder Europas in vollen Zügen. Die Autorin liest aus ihrem Buch vor, zeigt Fotos und Videos ihrer Tour und steht für Fragen über ihre Reise gern zur Verfügung.

**Donnerstag, 8. Oktober 2015, 19.00 Uhr, Hartmut Krug: „Eigentlich wollte ich arbeiten“**

Eintritt: wird noch veröffentlicht

Der Dresdner Autor, Schauspieler und Musiker Hartmut Krug stellt an diesem Abend seine Arbeit, das Schreiben, vor. Er lässt das Publikum mit Hilfe eines Multitaskingexperimentes daran teilhaben und zeigt auf, wie er schreibend und hörend seine Geschichte weiterentwickelt. Der Abend, den er mit Lyrik beginnt und mit der Lesung der gleichnamigen Kurzgeschichte („Eigentlich wollte ich arbeiten“) fortsetzt, wird Hartmut Krug mit einigen seiner Lieder musikalisch ausklingen lassen.

**Donnerstag, 19. November 2015, 19.00 Uhr, Der Don und die Kosaken: Dia-Ton-Show mit Thomas Mücke (Eine Bild- und Musikromanze mit Gesang)**

Eintritt: Vorverkauf 9,00 €, Abendkasse 10,00 €

Thomas Mücke zu seinem Vortrag: Der große russische Schriftsteller Nikolai Gogol meinte: „Die Losung Freiheit, Gleichheit, Brüderlichkeit hat nur für die Kosaken eine wahre Bedeutung.“ Wir haben die Donkosaken erlebt auf unseren mehrmaligen Exkursionen – ihre herrlichen Pferde, ihre Kultur, die faszinierenden Lieder und Tänze, und nicht zu vergessen, wie die Kosaken meinen – die schönsten Frauen der Welt. All' das eingebunden in eine traumhafte Landschaft. Wieder eine neue Diashow von Nina und Thomas W. Mücke aus Berlin, die noch lange nachschwingen wird.

**Anfang Dezember ist geplant aufnehmen:  
Lesung mit Musik zum Hörbuch: Die Flucht nach Ägypten“**

Für Otfried Preußler führt der Weg von Bethlehem nach Ägypten ganz selbstverständlich durch das Königreich Böhmen. Auf ihrer Flucht zieht die Heilige Familie dabei zugleich durch jenes kleine „Große Welttheater“, wie es sich in den traditionellen böhmischen Weihnachtsskripen zeigt – mit einer prächtigen barocken Fülle, der Freude am Detail der nordböhmischen Alltagswelt und zuweilen auch mit skurrilem Humor.



13.09.2015

Tag der offenen Tür, Führungen im Salzhaus in der VHS 10:30 Uhr, und 12:30 Uhr, sowie CWB 11 Uhr, und 13 Uhr

30.10. 2015

7. Zittauer Kulturnacht

05.12.2015

Weihnachtsmarkt Passage Salzhaus 9-16 Uhr

01.-24.12.15

Öffentlicher Adventskalender, Passage Salzhaus täglich 17 Uhr, am 24.12. bereits um 9:30 Uhr, mit dem Weihnachtsmann

## Widerrufsrecht

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsschlusses.

Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie an die Kultur- und Weiterbildungsgesellschaft mbH VHS Dreiländereck, Geschäftsstelle Löbau Poststraße 8, 02708 Löbau Fax: 03585 4177441, Mail: info@vhs-dle.de

mittels einer eindeutigen Erklärung (z.B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das beigefügte Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist.

Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

## Folgen des Widerrufs

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstigste Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistung während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht. **Ende der Widerrufsbelehrung. Ihre VHS.**

## Widerrufsformular

Wenn Sie den Vertrag widerrufen wollen, dann füllen Sie bitte dieses Formular aus und senden Sie es zurück:

per Post: bitte ausreichend frankieren!

per Fax an: 03585 4177441

per Mail an: info@vhs-dle.de

Hiermit widerrufe(n) ich/wir (\*) den von mir/uns (\*) abge-

schlossenen Vertrag vom: .....

über die Erbringung der folgenden Dienstleistung (\*)

.....

Name und Anschrift des/der Verbraucher(s)

.....

.....

Datum Unterschrift des/der Verbraucher(s) (nur bei Mitteilung auf Papier)

.....

(\*) Unzutreffendes streichen



Kultur- und Weiterbildungs-  
gesellschaft mbH  
VHS Dreiländereck  
Geschäftsstelle Löbau  
Poststraße 8  
02708 Löbau

# Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)

VHS Dreiländereck

## 1. Allgemeines

- (1) Die nachstehenden AGB gelten grundsätzlich für alle Veranstaltungen der Volkshochschule (künftig vhs).
- (2) Studienreisen und Exkursionen, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner bezeichnen, sind keine Veranstaltungen der vhs, sondern werden lediglich vermittelt. Verträge kommen dann unmittelbar mit dem Genannten zustande.
- (3) Zur sprachlichen Vereinfachung wird in den Regelungen lediglich die männliche Form verwendet. Die AGB gelten gleichwohl für alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen.

## 2. Vertragsschluss

- (1) Die Ankündigung/Ausschreibung von Veranstaltungen ist stets unverbindlich.
- (2) Die Anmeldung kann schriftlich durch Einsendung des Anmeldeformulars, elektronisch über das online zur Verfügung gestellte Kontaktformular, fernmündlich sowie persönlich in der Geschäftsstelle erfolgen. Anmeldeschluss ist jeweils fünf Werktage vor Kursbeginn.
- (3) Die gesetzlichen Regelungen des Widerrufsrechts bei Fernabsatzgeschäften werden durch die AGB nicht berührt.

## 3. Vertragspartner und Teilnehmer

- (1) Mit Vertragsschluss werden Rechte und Pflichten nur zwischen der vhs und dem anmeldenden Teilnehmer begründet. Eine Anmeldung kann auch zugunsten Dritter erfolgen, welche namentlich zu benennen sind. Eine nachträgliche Änderung der Person des Teilnehmers bedarf der Zustimmung der vhs. Die Zustimmung darf nur in begründeten Fällen verweigert werden.
- (2) Die vhs darf die Teilnahme von persönlichen und/oder sachlichen Voraussetzungen abhängig machen (z.B. Alter, Vorbildung, med. Voraussetzungen usw.).

## 4. Organisatorische Änderungen

- (1) Es besteht kein Anspruch des Teilnehmers darauf, dass eine Veranstaltung durch einen bestimmten bzw. den genannten Dozenten durchgeführt wird. Die vhs hat das Recht, eine Vertretung einzusetzen.
- (2) Die vhs kann aus sachlichen Gründen Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern.
- (3) Fällt eine Veranstaltungseinheit aus nicht von der vhs zu vertretenden Gründen aus, kann diese nachgeholt werden. Ein Anspruch hierauf besteht jedoch nicht. Wird die Veranstaltungseinheit nicht nachgeholt, wird das entrichtete Entgelt anteilig erstattet.

## 5. Entgelt

- (1) Das Veranstaltungsentgelt ergibt sich aus der jeweils aktuellen Programmankündigung bzw. Aushängen.
- (2) Bezieher von Hilfen zum Lebensunterhalt nach SGB XII erhalten eine Ermäßigung in Höhe von 25 % der ausgewiesenen Kursentgelte, soweit diese einen Betrag von 40,00 € übersteigen. Dies gilt nur für Teilnehmer, die ihre Kursentgelte selbst zahlen und nicht von dritter Seite ersetzt erhalten.
- (3) Schüler, Studenten und Auszubildende erhalten 20 % Ermäßigung auf alle Kursentgelte, soweit diese einen Betrag von 40,00 € übersteigen.
- (4) Anträge auf Ermäßigungen im sozialen Härtefall können beim Leiter der vhs gestellt werden.
- (5) Ermäßigungen können nur gewährt werden, wenn die geforderte Mindestteilnehmerzahl des Kurses erreicht wird. Ermäßigungen sind nicht kombinierbar. Ermäßigungsanträge werden nach Anmeldung nicht mehr bearbeitet.
- (6) Ausgenommen von einer Ermäßigung sind in den Kursentgelten enthaltene Sachkosten, Raummieten, Teilnahmebescheinigungen usw. Von Ermäßigungen ausgenommen sind ferner alle Kurse, die
  - vom Freistaat Sachsen nicht gefördert werden (z.B. weniger als 8 Teilnehmer)
  - über einen Prämiegutschein gefördert werden
  - anderweitig gefördert werden
  - zu IHK-Abschlüssen oder sonstigen zertifizierten Abschlüssen führen
  - sowie Einzelveranstaltungen, Bildungs- und Studienreisen, Exkursionen und spezielle Angebote für Kinder.
- (7) Das Entgelt ist mit Kursbeginn fällig. Der Teilnehmer erklärt sich bereit, zur Gewährleistung des Lastschrifteinzugs ein entsprechendes Mandat zum Einzug nach SEPA-Verordnung zu unterzeichnen. Ab dem 01.02.2014 erfolgt die Abbuchung zum Fälligkeitszeitpunkt nach den Vorschriften des Abkommens über die SEPA-Inlandslastschrift. Rücklastschriftgebühren bei fehlender Deckung hat der Teilnehmer zu erstatten.

## 6. Rücktritt und Kündigung durch die vhs

(1) Die Mindestteilnehmerzahl für Kurse beträgt i. d. R. 8 Teilnehmer. Bei Unterschreitung kann die vhs vom Vertrag zurücktreten. Alternativ kann die Durchführung zu einem erhöhten Entgelt angeboten werden, sofern sich der Teilnehmer damit einverstanden erklärt.

(2) Die vhs kann vom Vertrag zurücktreten, wenn eine Veranstaltung aus von der vhs nicht zu vertretenden Gründen (Ausfall des Dozenten o. ä.) nicht stattfinden kann oder abgebrochen werden muss. In diesem Falle wird das Entgelt ganz bzw. anteilig nach dem Verhältnis der abgewickelten Teile erstattet. Letzteres gilt nicht, wenn erbrachte Teilleistungen für den Teilnehmer ohne Wert sind.

(3) Ist das geschuldete Entgelt nicht bis vier Tage vor Kursbeginn entrichtet bzw. kein Einzugsmandat gemäß Punkt 5. (7) erteilt, kann die vhs vom Vertrag zurücktreten. Der Teilnehmer/Anmelder schuldet in diesem Falle vorbehaltlich weitergehender Ansprüche Bearbeitungskosten von 10,00 €. Der Nachweis, dass die tatsächlichen Kosten niedriger sind, steht dem Teilnehmer/Anmelder offen.

(4) Die vhs kann in den Fällen des § 314 BGB kündigen. Ein wichtiger Grund liegt insbesondere in folgenden Fällen vor:

- Nachhaltige Störung des Unterrichts- bzw. Veranstaltungsverlaufes, wobei in der Regel eine Abmahnung bzw. Ankündigung des drohenden Ausschlusses durch den Veranstaltungsleiter vorauszugehen hat.
- Ehrverletzungen und Straftaten aller Art gegenüber Kurs- bzw. Veranstaltungsleitern, anderen Teilnehmern, Beschäftigten der vhs usw.
- Diskriminierendes Verhalten gegenüber anderen Personen wegen Alter, Geschlecht, Hautfarbe, Volks- bzw. Religionszugehörigkeit usw.
- Missbrauch von Veranstaltungen für parteipolitische oder weltanschauliche Zwecke sowie Agitationen aller Art.
- Beachtliche oder nachhaltige Verstöße gegen die Hausordnung.

(5) Anstelle der Kündigung des Vertrages kann der Teilnehmer auch nur für die betroffene Veranstaltungseinheit ausgeschlossen werden. Der Anspruch der vhs auf die Kursentgelte wird durch Kündigung oder Ausschluss nicht berührt.

## 7. Rücktritt und Kündigung durch den Teilnehmer

(1) Der Teilnehmer kann bis fünf Werktage vor Kursbeginn kostenfrei vom Vertrag zurücktreten. Für Wochenendkurse und -veranstaltungen sowie Kurse die zu IHK- Abschlüssen oder sonstigen zertifizierten Abschlüssen führen gelten anderweitige Regelungen. Bei Studienreisen und Exkursionen der vhs werden unabhängig vom Zeitpunkt Stornogeühren von 20 % des vereinbarten Entgelts berechnet. Bei vermittelten Studienreisen o. ä. gelten die Bedingungen des jeweiligen Veranstalters.

(2) Der Teilnehmer kann den Vertrag kündigen, wenn die (weitere) Teilnahme wegen organisatorischer Änderungen der vhs nicht bzw. nicht mehr zumutbar ist. Das Entgelt wird dann anteilig erstattet. Vollständige Erstattung erfolgt, soweit in Anspruch genommene Teilleistungen für den Teilnehmer wertlos wären.

(3) Rücktritt und Kündigung bedürfen der Schriftform.

(4) Gesetzliche Widerrufsrechte (Fernabsatzgesetz) bleiben unberührt. Im Falle eines Widerrufs nach Fernabsatzgesetz sind in Anspruch genommene Teilleistungen in jedem Falle anteilig zu vergüten.

## 8. Haftungsausschluss

(1) Außer in Fällen des Vorsatzes und der groben Fahrlässigkeit sind Haftungsansprüche gegen die vhs ausgeschlossen.

(2) Der Haftungsausschluss gilt insbesondere dann, wenn beim Teilnehmer medizinische bzw. körperliche Voraussetzungen für die Teilnahme an Veranstaltungen nicht vorliegen.

## 9. Sonstiges

Angaben zu Alter und Geschlecht dienen ausschließlich statistischen Zwecken. Der vhs ist die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten zu Zwecken der Vertragsdurchführung gestattet. Der Vertragspartner kann dem jederzeit widersprechen. Ein Widerspruch gegen die Zusendung von Informations- und Werbematerialien der VHS ist analog jederzeit möglich. Ansprüche gegen die vhs sind nicht an Dritte abtretbar.

Diese AGB treten ab 01. Juli 2015 in Kraft. (Stand: 18. Juni 2015)

# Stichwortverzeichnis

VHS Dreiländereck – Programm 09/2015 - 02/2016

- Aerobic 64-66  
Allg. Geschäftsbedingungen 194-195  
Autogenes Training 50  
Bildbearbeitung 134, 146-148  
Bildungsfahrten 190  
Buchführung 153-159  
Deutsch als Fremdsprache 81-87  
Einbürgerungstest 93-94  
Englisch 95-110  
Englisch für Senioren 102, 104  
Englisch Konversation 104, 107-109  
Entspannung 48-56  
Erbrecht 18  
Ernährung 70-76  
ErzieherInnen 170-189  
Fotografie 34, 41  
Französisch 110-113  
Gebärdensprache 81  
Gesundheit 48-75  
Grüne Seiten 22-23  
Handy 151/152  
Hatha Yoga 52-55  
Heilpädagogik 170-171  
Integrationskurse 88-93  
Internet/Webseitengestaltung 140-142  
Italienisch 113-114  
Jäger-/Falknerausbildung 22-23  
Keramikkurse 36-37  
Kinder 54  
Kochkurse 70-75  
Kultur und Gestalten 28-47  
Kunstexkursionen 190, 28-29  
Latein 114  
Literaturkreis 31  
Malen und Zeichnen 32-36  
Management 51, 136, 142  
Meister (AdA-Schein, Techn. Fachwirt),  
160-162  
Motorsägenschein/Motor-  
sensen 161-163  
Nähkurs 34  
Niveau- und Kenntnisstufen  
Sprachen 78-79  
Office- Anwendungen 136-140  
Pädagogik 172  
PC-Grundlagen 129-133  
Pflege 165-167  
Pilates 60  
Politik, Gesellschaft, Umwelt 12-26  
Polnisch 115-117  
Problemzonen 63-64  
Progressive Muskelrelaxation 50  
Prüfungsmöglichkeiten Sprachen 77  
Psychologie 176  
Qi Gong 55-56  
Recht 18-19  
Russisch 118  
Rücken aktiv 57-59  
Sicher mobil 24  
Sorbisch 127  
Spanisch 119-123  
Tabellenverarbeitung 137-139  
Tablet PC 149-151  
Textverarbeitung 133-134  
Tschechisch 123-127  
Wassergymnastik 65-67  
Widerrufsbelehrung 193  
Wirbelsäulengymnastik 57-59  
Yoga 54-55  
Zumba 39
-